

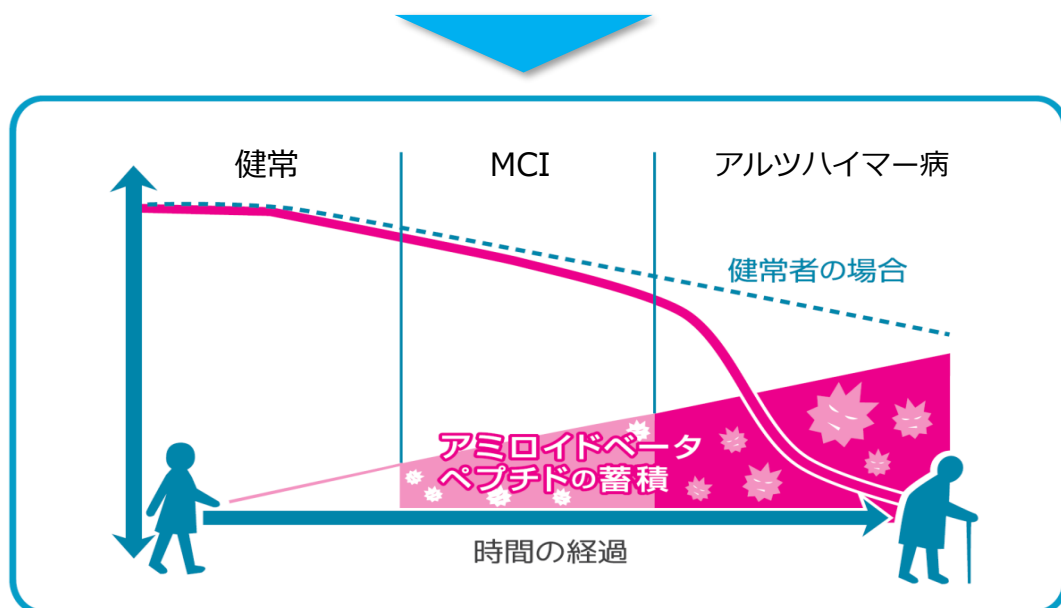
～4月からのスペシャルオプション!～

認知症予防のためのリスク検査 MCIスクリーニング検査

< MCI（軽度認知障害）とは？ >

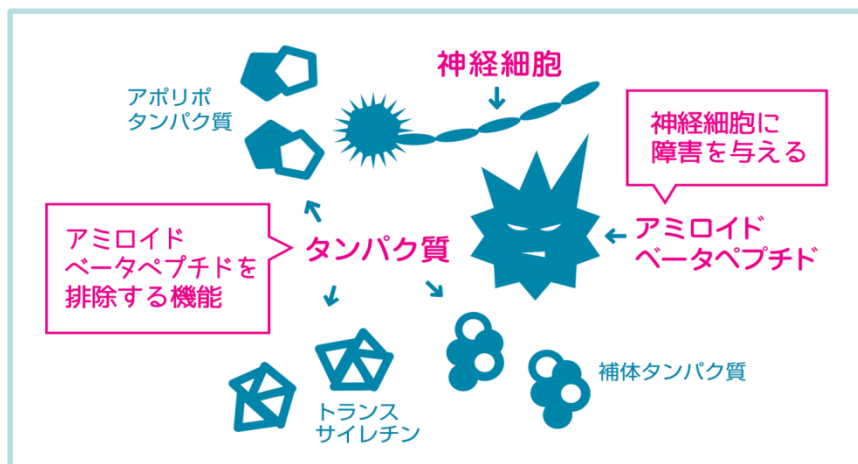
- ◆ MCI（軽度認知障害）とは、日常生活には支障がないけれども、微細な認知機能の低下が認められる状態です。
- ◆ MCI（軽度認知障害）の状態を放置してしまうことで、アルツハイマー病に移行するリスクが高まります。

MCI（軽度認知障害）は、認知症予防のキーワード



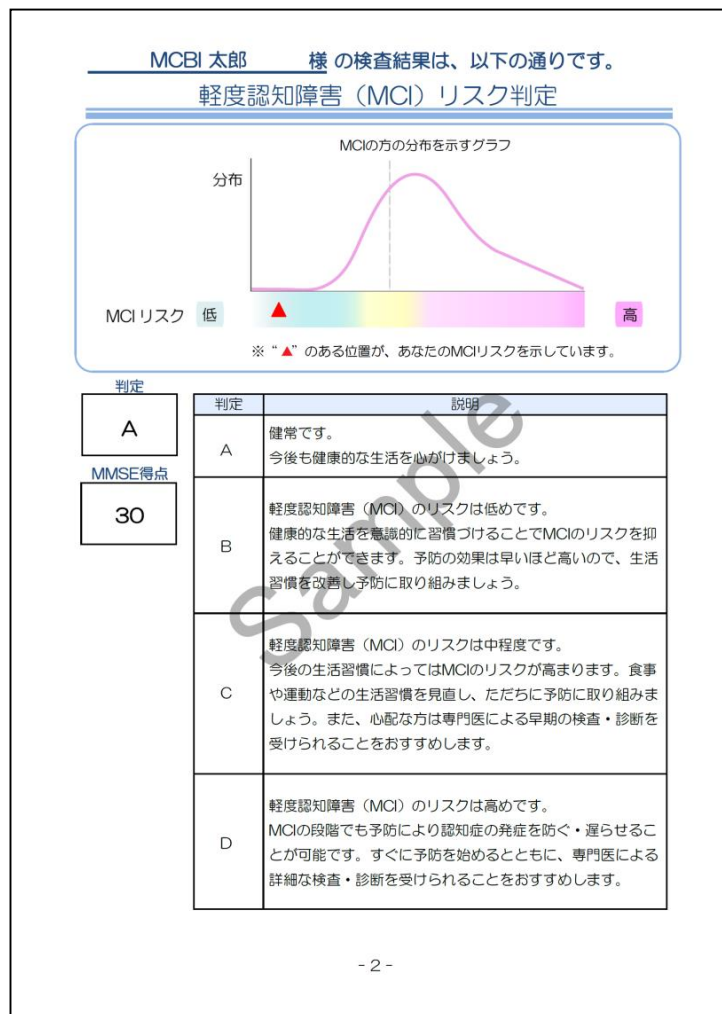
< MCIスクリーニング検査とは？ >

アルツハイマー病はアミロイドベータペプチドが脳内に蓄積されて神経細胞がダメージを受けることで発症するといわれています。本検査では、このアミロイドベータペプチドを排除する機能を持った**3つのタンパク質**の血中濃度を調べることでアミロイドベータペプチドへの「**防御力**」を算定し、間接的に軽度認知障害のリスクを評価しています。



MCIスクリーニング検査で早期に認知症のリスクを知り、適切な対処・予防を行うことで、認知症の予防が可能になります。

【報告レポート】



判定結果はリスクに応じてA～Dの4段階にて報告致します。受診後の認知症予防のため取り組みを解説した別冊資料も提供させていただきます。

【別冊資料】

認知症を予防するには？

④ 脳を活性化させよう！

脳に刺激を与えることは認知症の予防にとっても重要ということが言われています。脳の神経細胞は絶えず生まれ変わっており、脳は日々新しい神経細胞を生みだし成長しているのです。

脳に刺激を与えて活性化させることで認知症の予防へつながります。

✓ 睡眠をしっかり取るよう心がけよう

睡眠で脳を休めることはとても大切です。人は睡眠中に脳内にたまった老廃物を効果的に排出しているのです。認知症を予防するためにも良質な睡眠を取ることを意識しましょう。

✓ 「デュアルタスク」を意識してみよう

脳の認知能力を高めるには、2つの行動を同時にこなすことが大切です。例えば、「歩く」「話す」「書く」などの行動を同時にこなすことが大切です。脳を活性化させることで認知症の予防へつながります。

認知症を予防するには？

③ 食事習慣を見直そう！

健康維持のためには栄養バランスのとれた食事とすることが不可欠です。食事から得る栄養素は血液によって脳に運ばれ脳の働きをサポートしています。逆に、栄養不足や不適切な食生活は、認知症リスクを高めるだけでなく、心臓病・脳卒中・がんなどの病気を引き起こす原因にもなります。

認知症予防に効果があると言われる食品成分をいくつか紹介します。

ミネラル

オメガ3脂肪酸

アスタキサンチン・CoQ10

MCISクリーニング検査を受診頂いた方へ

はじめよう 認知症予防

STOP! 認知症

< 検査の受診に関して >

■ 判定結果に影響を与える可能性がある疾患について

本検査の判定結果において影響を受ける可能性のある病気は、急性障害、急性腎障害、自己免疫性腎疾患などの自己免疫性疾患（急性期）、重度の栄養不良などが考えられます。補体タンパク質（C3）の活性化がおきる疾患では本検査の判定結果に影響を与える可能性があります。トランスサイレチン（TTR）は栄養状態で変動します。極端なダイエットなどでは本検査の判定結果に影響を与える可能性があります。

■ 検査を受ける頻度

検査結果により必要な頻度は異なります。A判定の方は隔年での検査、B判定の方は年1回、C判定が出たら半年～1年ごとの定期検診をおすすめします。D判定の場合は二次検査を受けていただくことをおすすめしますが、二次検査で問題なかった方でも以降は1年に1回の定期検診をおすすめします。

- ※ 原則、午前中・空腹時の採血となります。
- ※ 単独検査、オプション検査どちらでもお申込み可能です

検査価格

16,500円（税別）

検査に関するお問い合わせ先

医療法人財団古宿会
水戸中央病院 健診センター百合が丘

☎029-309-8521
月～土曜日 11:00～16:00