# 命を延ばすために 脳ドック

日本の脳ドックについて、解説と紹介をさ 化の防止に寄与してきました。ここでは、 より、自覚症状のない脳疾患の発見と重症 機器が多く、それらを活用した脳ドックに せていただきます。 日本は世界一MRI(磁気共鳴画像診断

どのような検査なのかっ 脳ドック」とは

脳ドックは、「脳卒中」や「認知症」とい

る画像診断で、 ている検査があり、 のために行われる検診コースの総称です。 が行われます。検査は主にMRI装置によ 定した認定施設ではそれにのっとって検査 脳疾患の早期発見と予防のために推奨され った、脳疾患の早期発見と予防、早期治療 ックのガイドラインを作成しています。 般社団法人日本脳ドック学会では、 脳萎縮はないか、 脳の内部や表面の異常はな 日本脳ドック学会が認 頚部・頭部の血管 脳

に異常はないか等を把握します。その他に、

長期的に行う必要があります。

脳血管奇形など

血液検査などもあわせて検査しています。 頚動脈超音波検査、 心電図、 認知機能検査

## が見つかるのか?

困難です。したがって、

約3人に1人は様々

してしまうと、完全に元の状態に戻ることは が助からないと言われています。脳が損傷

脳卒中を発症すると、

約3人に1人は命

脳卒中は、脳に血液を送る動脈が詰まっ

ことが一般的です。 の血栓 発症します。その原因となるのが、心臓から すなわち脳卒中の予防対策は、若い頃から 蓄積されていることが関与しています。 よって、若い頃から脳血管等にダメージが は、症状が突然起こったように感じるため などなく、突然発症するまで無症状である 出血などです。これらの病変は、自覚症状 管が狭くなる)により脳血管が詰まる病気 たり、破れて出血したりすることによって 「卒然として中る=脳卒中」と言われます。 実際は、長年の生活習慣の乱れなどに 脳血管や脳動脈瘤が破裂するくも膜下 (血のかたまり) や脳血管狭窄 脳卒中を発症した際に

予防、早期治療に役立ちます。

脳ドックの各検査で見つかる主な疾患に

この脳卒中と認知症のリスクの早期発見 予防が何よりも大切です。脳ドックは、 がる脳卒中は、まずは発症させないこと、 方にも大きな影響が及んでしまいます。 族に介護を頼らざるを得なくなり、 を行えなくなってしまう方も多くおり、 仕事面では、脳卒中の発症以前と同じ業務 なレベルの障害が体に残ってしまいます。

周囲

このように高い確率で死亡や障害につな

●MR―…脳梗塞、脳微小出血、

脳白質変

脳腫瘍、

脳萎縮、など

次のようなものがあります

頭部・頚部MRA検査…脳動脈瘤'

血管狭窄·閉塞、

血管屈曲·蛇行

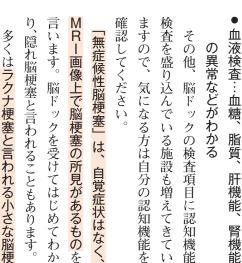


島根県立中央病院医療局次長 井川 房夫

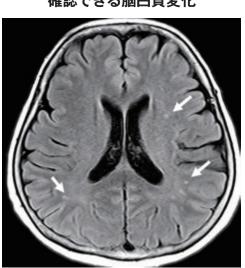
[いかわ・ふさお] 1986 年広島大学医学部 卒業後、広島大学講師や医学部附属病院勤務、 ンクフルトゲーテ大学留学、広島大学 大学院脳神経外科准教授等を経て、2021年 島根大学と広島大学での客員教授 (一社) 日本脳ドック学会理事、日本 脳神経外科救急学会理事等も兼務する。

22

### 【図1】MRI FLAIR画像で 確認できる脳白質変化



塞で、高齢者の10~20%に認められるとさ り、隠れ脳梗塞と言われることもあります。 言います。脳ドックを受けてはじめてわか れておりますが、将来の脳卒中や認知症の 多くはラクナ梗塞と言われる小さな脳梗



矢印が示す白い部分が「脳白質変化」

改善や、必要なら血液をサラサラにする薬 危険因子です。医師と相談し、生活習慣の (抗血小板薬)の内服をお勧めします。

因子と言われています。 れており、脳梗塞、 な出血です。加齢や高血圧との関連が知ら 脳出血、 認知症の危険

脈圧検査…両手両足の血圧を同時に測る

ことで、動脈硬化の程度を調べる

心電図…不整脈、

虚血性心疾患

(血液が

心臓に行き渡っていない状態)がある

硬化の状態

頚動脈超音波検査…頚部頚動脈の動脈

像で白く表れ、やはり、 されています では、「〇」から「4」までの5段階に分類 の危険因子とされます【図1】。 る変化と考えられますが、脳梗塞、 「<mark>脳白質変化」</mark>は、MRI FLAIR画 加齢や高血圧によ 脳ドック

ある方は注意を要すると言われています。 病気です。破裂率は高くなく、全体で年間 認められ、破裂するとくも膜下出血となる が変わってきますので、見つかった場合に 脳動脈瘤の部位や大きさ、形で破裂する率 約1%程度ですが、日本人は欧米人に比較 して約3倍破裂しやすいとされています。 高血圧、喫煙、くも膜下出血の家族歴が 「脳動脈瘤」は、成人の約3~5%の頻度で 治療の要否や時期、方法など、 担当の

あります。脳ドックで見つかる場合は小さ 体腺腫、神経鞘腫などが多く、神経膠腫と みる経過観察となることが多いですが、手 な脳腫瘍が多く、まずは画像のみで様子を いう脳から発生した腫瘍が見つかることも が脳ドックで見つかりやく、髄膜腫や下垂 脳腫瘍」 は、無症状のため良性のもの

「脳微小出血」は、自覚症状のない微小

先生とよく相談してください。

をお勧めいたします たりしたことがある方は、 機能障害の症状を自覚されたり、 ことができると言われています。最近認知 えば、認知症の発症を防ぐことや遅らせる は約半数が認知症になると言われています。 常生活に支障はありませんが、約5年後に 健常者から認知症になる前段階を指し、 も多く、とても身近な病気です。MCーは である「軽度認知障害(MCー)」の高齢者 次第に増えてきています。認知症の前段階 変では外科的治療を要する場合があります。 血管の70%以上が狭窄している高度狭窄病 症の危険もあり、内科的な管理が必要です。 だけではなく、心筋梗塞や末梢動脈疾患発 MCIの段階で適切な予防や治療を行 「認知症」は、高齢化社会の進行とともに 全身の動脈硬化が原因ですので、脳卒中 脳ドックの受診 指摘され

## 

ですが、脳ドックにより発見することがで 無症候性の脳の変化は認知症の危険因子 術や放射線治療などもあります。

されています。 服治療の進歩により発症の可能性は低いと 的に脳梗塞となる可能性はありますが、内 能性は多くはありませんが、年齢が高くな い状態)で、狭窄が強いものが見つかる可 「頚動脈狭窄」は、無症候性(症状がな

るほど頻度は増えるとされています。

### 健 ما



### 【図2】日本脳ドック学会の 「脳ドック施設検索」画面 https://jbds.jp/centers/

脳ドックを受けたほうがよい人として、 受けられない人は? 脳ドックを受けたほうがよい人、

2 ① 40歳以上で、これまで脳ドックを受診 次のような人などが考えられます 高血圧、糖尿病、脂質異常症、動脈硬化、 したことがない人

- ④ ご家族の中で、脳卒中など脳の病気に 過度の飲酒、喫煙習慣がある人 肥満の診断を受けたことがある人
- 症状はないけれど、自分の脳の検査を 希望する人

かかった方がいる人

- 頭痛などの症状がある人
- がある人、あるいは医師による確認が必要な 頭に衝撃が加わるスポーツをしている人 脳ドックを受けられない可能性

生活・食事指導を受け、改善していけ 認知症予防に役立ちます。

き、

ば

予防することが可能と考えられます。 食事指導を受けることにより改善したり、 げられています。そのうち、禁煙、 身体活動の増加、 防と改善に関しては、脳ドックで生活指導、 摂取、アルコールの摂取制限、 脂質異常症、うつ病、難聴の予防などが挙 コールの摂取制限、認知トレーニング、社 高血圧や糖尿病、 会活動の増加、体重管理、高血圧や糖尿病 認知症の予防に効果がある因子として、 脂質異常症、うつ病の予 禁煙、栄養の摂取、 体重管理、 栄養の アル

脳ドックは

2]。日本地図上に示された全国の脳ドッ 実施施設や認定施設から探すことが可能で 全国の脳ドック施設の検索ができます【図 日本脳ドック学会のホームページでは、

実施施設で、なおかつ日本脳ドック学会に に様々な条件をクリアすることが必要です。 定のためには、 より認定された施設のことを言います。認 で「脳ドック」という名称にて健診を行う 「日本脳ドック学会認定施設」とは、 脳ドックの質の向上を目的 日本

受ければいいのかっ 脳ドックは、何年おきに

2~3年に一度の受診でよいと思われます 脳ドックで異常所見が見つからなければ、

いく所存です

① 妊娠中、妊娠の可能性がある人 人として、次のような人などが考えられます。

- ② 心臓のペースメーカーなど、体内に埋め 込んでいる医療機器がある人
- ③ 手術などで、金属が体内にあると言わ れている人
- ④ 刺青(タトゥー)・アートメイクをしている人
- ⑤ 閉所恐怖症の人
- いる人 磁性体のインプラントを埋め込んで

6

① 脳動脈瘤クリッピング術を受けたこと のある人

どこで受けられるのか?

すので、ご活用ください

ことができます。 そのために、認定・教育制度委員会を新たに もありませんので、 立ち上げて脳ドックの質の向上に努めて を担保する責務があると考えております。 ついて、日本脳ドック学会としては一定の質 に関する医師・スタッフの教育はどうかに ただ、「脳ドック」を謳う限りは、 その分、

が多い人は1~2年ごとの脳ドック検査を 喫煙歴のある人、 証明されているわけではありません。 検討してもよいと思われますが、科学的に ったり、 初回の脳ドックで軽度の異常所見が見つか 高血圧症、 親族に脳疾患になった人 脂質異常症、 糖尿病

### 価格が違うのはなぜか?検査機関により

あり、 ックが存在します。 格は一般的な脳ドックと同等です。 ています。様々な検査が含まれており、 守し、5年ごとの審査をクリアした施設で 施設は、『脳ドックのガイドライン』を遵 脳ドックの中にも、様々なタイプの脳ド 日本脳ドック学会がその質を担保し 日本脳ドック学会認定

脳ドックは、いわゆるスマート脳ドックと か、診断の質はどうか、患者さんへの説明 クのガイドラインが遵守されているかどう して最近行われています。医師による説明 などを行わずに、脳MRI検査のみ実施する 方、認知機能検査、 頚動脈超音波検査 価格を抑える