

総合評価

脳画像から認知症リスク因子である
2種類の脳の加齢性変化を測定しました。

いずれも標準以上という結果です。今後
もこの状態を継続できるように、良い
生活習慣を心がけていきましょう。

詳細はp.2~5へ

① 脳全体の萎縮度

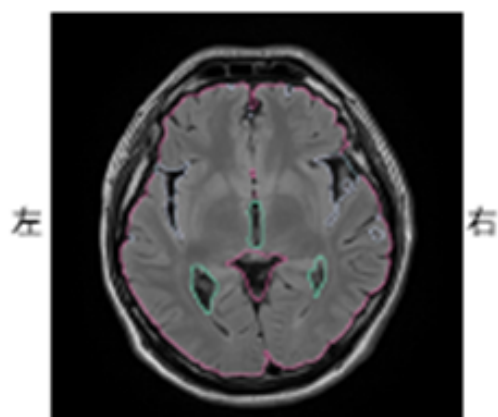
	良好	標準	やや 注意	注意
良好		😊		
標準				
やや 注意				
注意				

② 脳血管健康度

詳細はp.6~7へ

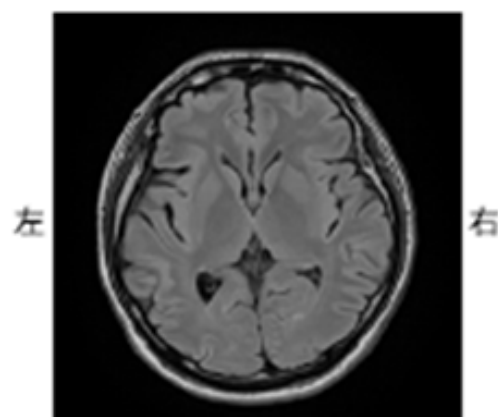
あなたの脳画像

① 脳全体の萎縮度



真ん中（上から見た図）

② 脳血管健康度



真ん中（上から見た図）

脳全体の萎縮度 | 評価サマリー

あなたの脳全体の萎縮度

脳全体の萎縮度

2.5 %

脳年齢

50 歳

萎縮度評価*

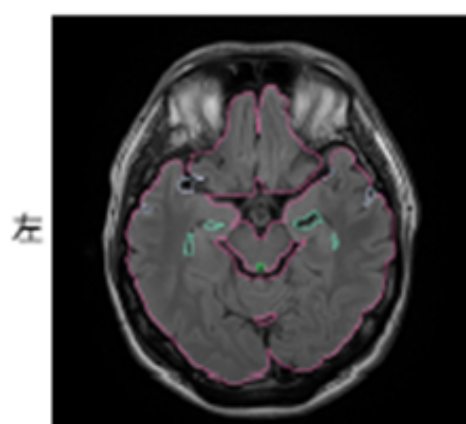
標準

*良好 / 標準 / やや注意 / 注意
の4段階評価

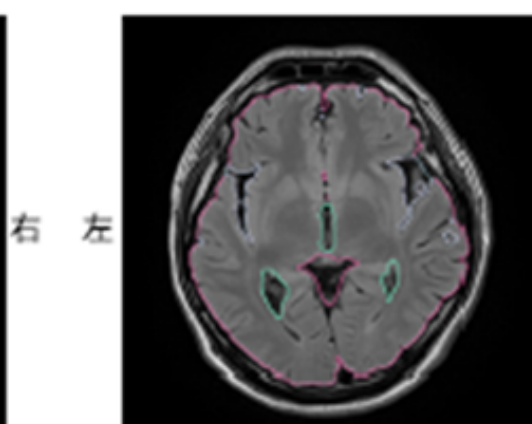
2~3年に一度の継続観察を推奨

あなたの脳の萎縮度は同年代の方と比べて平均的な状態です。脳の萎縮は、加齢に加え生活習慣、環境、基礎疾患と関連があることが報告されています。より若々しい状態を目指して、今後も脳に良い生活習慣を心がけていきましょう。2~3年に1度の継続観察をお勧めします。

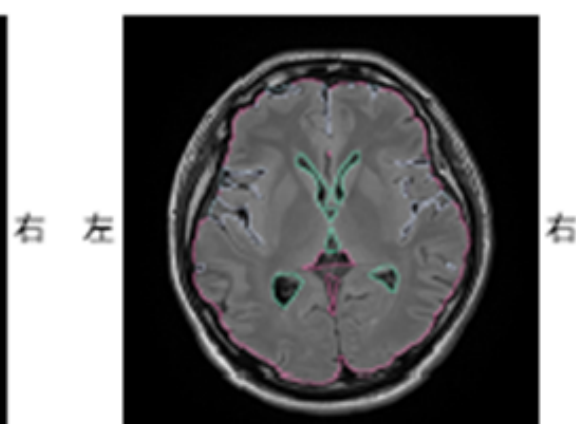
あなたの脳画像



下方（上から見た図）



真ん中（上から見た図）



上方（上から見た図）

脳全体の萎縮について

- 脳は、30歳を過ぎる頃から徐々に萎縮が始まります。誰にでも起きる加齢性の変化ですが、その程度は人により著しく異なります。
- 本レポートでは、この程度を「萎縮度」と呼び、脳内の「隙間」である脳室という部分が脳全体に占める割合を示しています。
- 50代の人を比較したのが右図です。上図は脳室（暗部）が大きく拡大し萎縮が進行していますが、下図は脳室がほとんど開いておらず脳が「若々しい」状態を保っています。
- 脳の萎縮は不健康な生活習慣により加速するという報告があります。脳の若々しさを保つために、状態を数字で知ることから始めましょう。

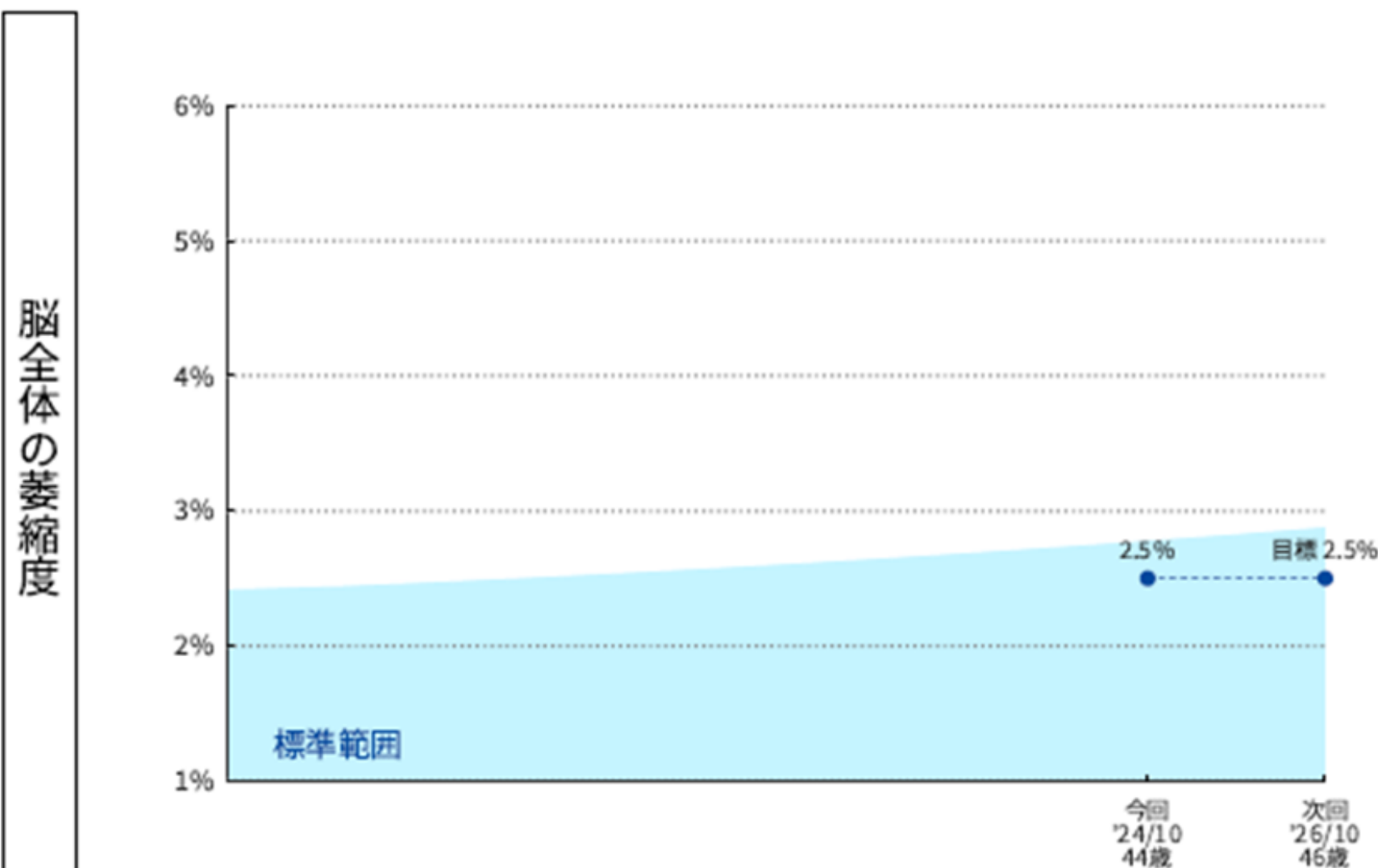
50代の人を比較例



脳全体の萎縮度 | 経年変化と将来目標

初回の検査お疲れさまでした。脳の健康をご自身の手で管理していくための第一歩を踏み出しました。今回の結果を基準として、脳に良い生活を送りながら継続的な受診により、脳の健康を維持していきましょう。

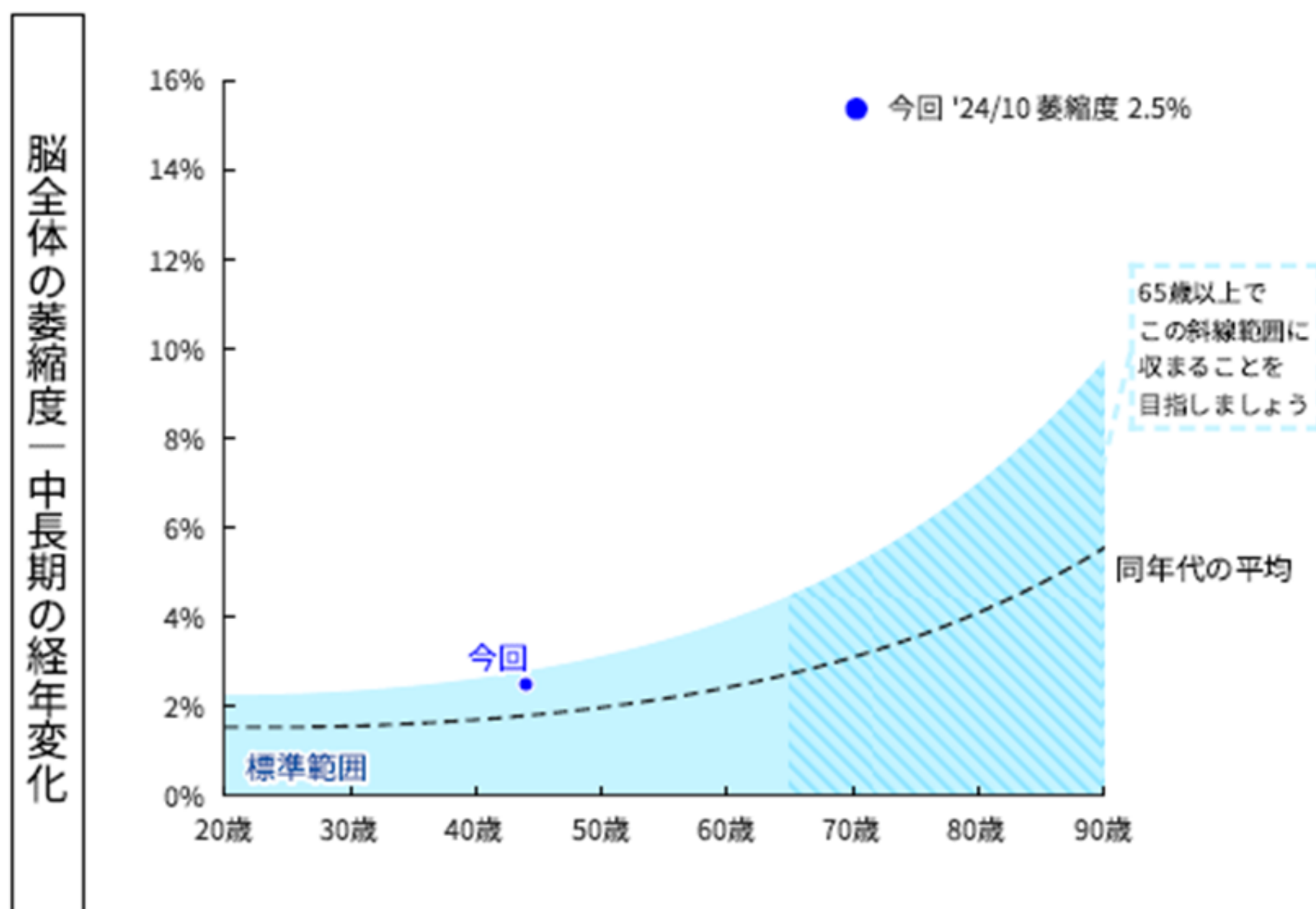
※MRI機器や撮影条件によって萎縮度に多少の差が出ますが、萎縮度評価への影響は軽微です。



脳全体の萎縮度の経年変化の捉え方

- 萎縮度の経年変化が通常に加齢性変化の範囲内にあるかを確認します。
- 2～3年に一度は測定し、脳の健康状態の維持・増進の動機づけにご活用下さい。
- 3年以上かつ3回以上の結果があると、変化の傾向がより分かり易く出ます。

脳全体の萎縮度 | 中長期での経年変化・目標



あなたの脳の萎縮度は、同年代比較で標準範囲内です。今後、平均的な加齢性変化を維持されれば、65歳以上で目指すべき範囲内（上図斜線部）に収まるペースです。今後も良い生活習慣を継続して、若々しい脳の状態を保っていきましょう。

「人生100年時代」中長期的に脳の健康を維持・管理していくために

世界的にも稀有な約3万人の健康な人の脳のビッグデータ分析から分かった事実として、健康な人でも加齢と共に脳は徐々に萎縮し、その萎縮の大小にはばらつきがあることです。95%の人が入る範囲を「標準範囲」としています。

標準範囲外でも病気を意味するものではありませんが、65歳以上で範囲外にいる場合は認知症のリスクが高まることが報告されています。従って、65歳以上で標準範囲にいたること（上図の斜線の範囲内に収まること）は、健康管理の一つの目安となります。

脳の萎縮は、悪い生活習慣や基礎疾患により加速することが報告されています。萎縮度が大きい方、急な増加がある方は習慣改善や基礎疾患治療のきっかけとしてみて下さい。同年代の平均の線よりも緩やかな変化を続けることにより中長期的に標準範囲を目指すことができます。

脳血管健康度 | 評価サマリー

あなたの脳血管健康度

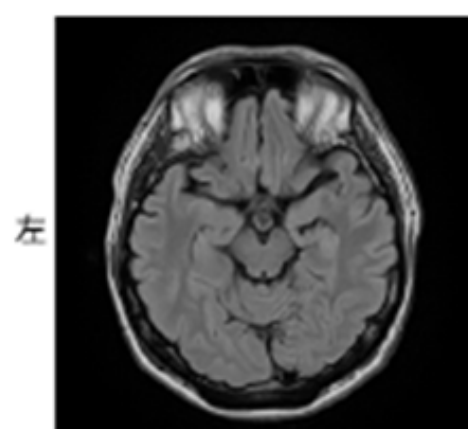
あなたの白質病変体積 1,006mm³

白質病変量評価* 良好

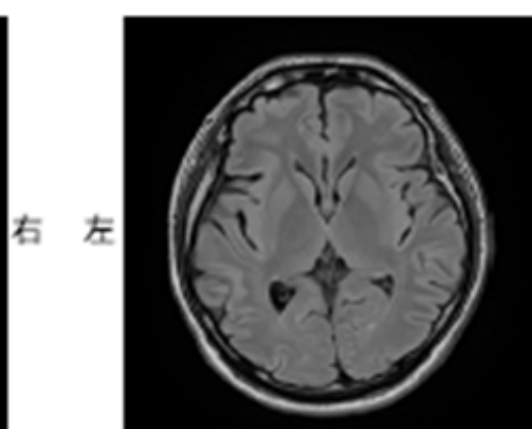
*良好 / 標準 / やや注意 / 注意
の4段階評価

白質病変体積は、少なく抑えられています。今後も継続的な測定により、次頁に示す経年変化のグラフで、この良い状態を維持できていることを確認していきましょう。

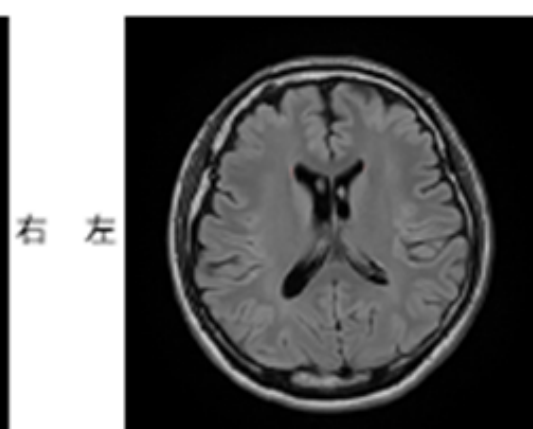
あなたの脳血管健康度検出用画像



下方（上から見た図）



真ん中（上から見た図）



上方（上から見た図）

脳血管健康度と白質病変

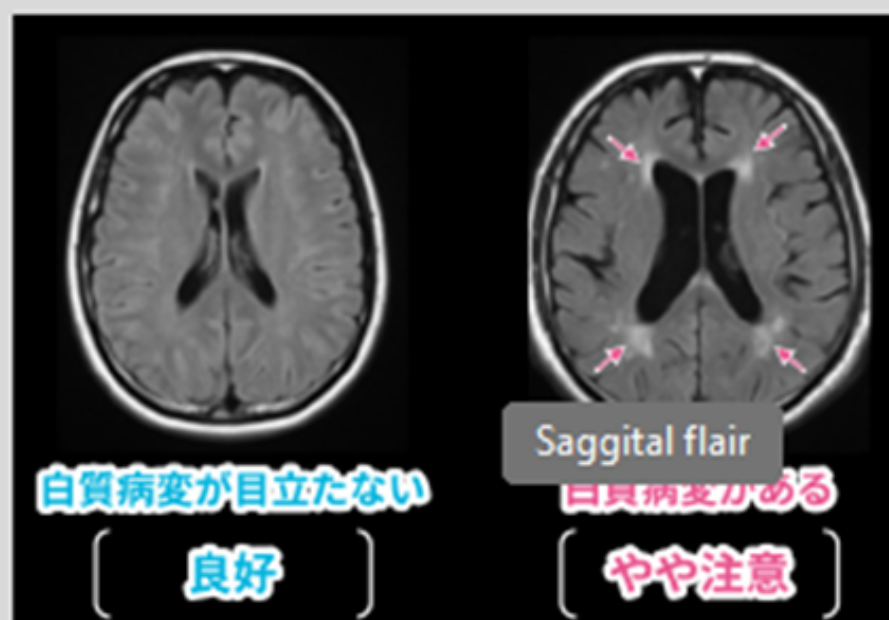
脳血管健康度の目安のひとつである
白質病変（右図の赤い矢印で指した部分）
の体積を算出しています。

白質病変の量は、高血圧と強く関連し、
また悪い生活習慣とも関連していると
考えられています。

白質病変の体積は加齢でも多少増えます
が、顕著に増える傾向があると、脳卒中や
認知症のリスクが高くなることが報告され
ています。

経年変化を観察するとともに、高血圧や生活習慣の改善により適切に管理していきましょう。

※ なお、白質病変そのものは治療対象になるものではなく、また、白質病変体積だけで脳血管の健康状態のすべてを判断するものではありません。ひとつの目安と捉えて下さい。



脳血管健康度 | 経年変化

初回の検査お疲れさまでした。脳の健康をご自身の手で管理していくための第一歩を踏み出しました。今回の結果を基準として、脳に良い生活を送りながら継続的な受診により、脳の健康を維持していきましょう。

※MRI機器や撮影条件によって2,000mm³程度の増減が出ますが、脳血管健康度の評価への影響は軽微です。



白質病変の経年変化の捉え方

- 白質病変体積は、単年度の結果でも測定意義がありますが、経年での変化も重要です。
- 白質病変量評価が「やや注意」「注意」の方、または経年変化の大きい方は、生活習慣を見直す機会と捉えて下さい。
- さらに、2～3年に一度の計測により、生活習慣改善の効果を確かめましょう。