

+ 医知創造ラボ

視力低下と認知症

「白内障の手術で認知症が減る」——
その研究、緑内障の手術と比べてみたら

#09

監修：脳神経内科専門医

「見えにくいのは、年のせいでしょう」

今日、確かめること

見えにくさは、認知症の危険因子に入りました。

この動画で分かること、3つ

01

危険因子に
「見えにくさ」が
入った

しかも手術という、
すでにある方法で
取り戻せる因子として。

02

疑いを検証した
研究がある

「健康な人が手術を
受けているだけ」を、
別の手術と比べて検証。

03

それでも試験は
一つもない

「防げる」を示した
ランダム化試験は
まだ行われていない。

危険因子に、「視力低下」が加わりました

04

📋 12因子 → 14因子へ

2020年版の12因子に、2024年版で2つが新しく加わりました。

👁️ 新しい2つ

高LDLコレステロール(中年期・7%)と、**視力低下(晩年期・2%)**。

この%は**集団についての目安**です。個人が2%減らせる、という意味ではありません。

「すでにある、安価な介入で対応できる」

05

委員会の評価

補聴器や白内障手術のように、
既にある安価な介入で対応できる因子。

ただし

これは**委員会の評価**です。「減る」証明ではありません。

この違いを、ここから順に確かめます。

見えにくい人は、その後発症しやすい

研究	認知症の発症
メタ解析 (16研究)	RR 1.44(1.19–1.75)
UK Biobank (前向き)	HR 1.78(1.18–2.68)

視力が悪いほどリスクが高い、という傾向も見られています。

ただし、いずれも観察研究です。

「同時に測る」と、差は大きく見える

測り方

認知機能障害との関連

同時に測る
(横断)

OR 2.37(1.84–3.03)

先に視力を測り
追いかける(縦断)

RR 1.41(1.31–1.51)

認知症があると、視力表を読むこと自体が難しくなります。

この説明は**解釈**であって、研究が証明したことではありません。

手術を受けた人では、認知症が少なかった

研究

その後の結果

ACT研究
(認知症の発症)

HR 0.71(0.62–0.83)

メタ解析
(認知機能の低下)

HR 0.75(0.72–0.78)

ただし白内障のない人と比べると差はなく(HR 0.84・0.66–1.06)、
著者はこの一連の証拠の確からしさを「とても低い～低い」と評価しています。

「手術を受けられる人が、 もともと健康なだけ」では？

疑いの中身

体力があり、通院でき、判断ができる人ほど
手術に踏み切れます。

- 同じ集団の中で比べる NEGATIVE CONTROL

10

視力を戻さない緑内障手術と比べる

手術	認知症との関連
白内障手術 (視力が戻る)	HR 0.71(0.62–0.83)
緑内障手術 (視力は戻らない)	HR 1.08(0.75–1.56)

「健康だから」なら、緑内障手術でも減るはず——減りませんでした。

著者自身が「おおよその方法にすぎない」と書いています。

- ここが本題です NO RANDOMISED TRIAL

それでも、ランダム化試験は一つもない

11

✍ メタ解析の著者の結論

「認知機能面での利益は、
ランダム化試験でさらに検証されるべきだ」

📖 55万人分を集めてなお

24論文・のべ55万人以上をまとめた人たちが、
決着していないと書いています。

「効きそうだが、まだ証明されていない」——それが現在地です。

難聴には試験があった。視力にはない

	難聴	視力低下
介入	補聴器	白内障手術・眼鏡
ランダム化 比較試験	ある	ない
結果	全体では 有意差なし	観察研究のみ

13のメタ解析を格付けした研究でも、「説得的」に達した関連は一つもありませんでした。

遺伝子を使うと、向きが調べられる

調べた向き	結果
認知症 → 白内障 (逆向き)	関連なし(0.96–1.01)
白内障 → 認知症全体	有意でない(0.98–1.50)
白内障 → 血管性認知症	OR 1.92(1.26–2.92)

逆向きの説明は否定されました。ただし認知症全体では有意になっていません。

日本では、MCIまででした

白内障手術の既往と	結果
軽度認知障害 (MCI)	OR 0.78(0.64-0.96)
認知症	有意な関連なし

「日本でも同じ結果」とは言えません。

これは**横断研究**で、認知症の判定もスクリーニング検査によるものです。

「視力は1.0ある」とは限らない話

測り方	認知症への寄与
重なりを割り引く (Lancet)	2%
実際に測って単独で (Smith 2024)	19.0%(8.2-29.7)
うちコントラスト感度	15.0%(6.6-23.6)

視力表は白地に黒という、最もくっきりした条件で測ります。

これも横断研究です。検査を勧める話ではありません。

「見えにくい＝認知症」ではありません

👁️ 見えにくさ → 認知症

ここまでの話。目そのものの問題が出発点です。

🧠 認知症 → 見えにくさ

目に異常がないのに「見て理解する」ことが難しくなるタイプ。

見分け方はむずかしくありません。まず眼科で目を診てもらうことです。

持ち帰るのは、3つ

01

危険因子に
「見えにくさ」が
入った

2024年に追加。
手術で取り戻せる、
という点が異質。

02

疑いを検証した
研究がある

視力を戻さない
緑内障手術では、
関連が出なかった。

03

それでも試験は
一つもない

日本のデータでも
MCIまで。
証明はされていない。

+ 医知創造ラボ

この動画は情報提供です
個別の診断ではありません

見えにくさが気になるときは、
まず眼科で目を診てもらってください



チャンネル登録



高評価