

# 快活 FISHY WORLD

「脳は老化するものではなく、成熟するもの」と話すのは東京慈恵会医科大学脳神経外科教授の大井静雄さん。大井さんは神経内視鏡を使って水頭症や二分脊椎症などの子供たちの手術を世界各国で行い、その方法について世界中の脳外科医に指導している。

水頭症の子供たちは一般的に脳室にたまった髄液で脳が圧迫され、頭蓋骨も拡張して運動機能や知能に障害がみられるが、まれに言語能力などが正常以上、時にはかなり高いIQ(知能指数)を示すまで発達するケースがあるという。

これについて、大井さんは「水頭症は、初期に治療すれば脳の機能障害は回復する。さらに正常以上に発達した能力をその子の個性と考え、より高めていくことで、その子の人生はさらに明るく豊かになるはず。これは水頭症の子供たちだけでなく、すべての人に当てはまると思う」と話す。

## 老いて成熟する

■11■



「脳の発達と成熟はどのように影響されるか」と話す大井静雄教授

### 脳トレより趣味を

人間のニューロン(脳細胞から出る神経回路)は、出生時に140億個の未発達神経細胞が活性化するが、その数は年を追って減少し、70歳ごろには半分のおよそ70億個に減ってしまう。しかし、「たとえ数が減少しても、能力が低下するわけではない。70年間生きてきた経験、個性、感性などで、若いころにはなかったすばらしい能力を発揮できるはず」と語る。

大人向けの、漢字や計算ドリル、ゲーム機などがヒットする現代社会だが、大井さんは「ここ数十年の偏差値教育、受動的で型にはまった学習法が、大人向けの脳のアンチエイジングにまで使われて

いるのではないか。それまでの一人一人の生き方や趣味・趣向を無視した画一的な方法で、個人の成熟した脳を活性化できるかどうかについては疑問を感じている」。

一方で脳のアンチエイジングについては「自分がそれまで歩んだ人生の中で培って発展させてきたニューロンをさらに活用し、能動的に意欲を高めること。料理、ゴルフ、釣り、将棋、スポーツ、音楽、絵画、歌など自分の好きなものを見つけて、心から楽しいと感じられるものを続けることが真の脳のアンチエイジングになるはず」と話す。

大井さんは脳のアンチエイジングについて「脳のいきいきスコア

ア」という指標を作成し、アクティブな生活を送りながら脳を活性化させているかどうかを判断するスコア(好奇心、集心力、社交性、ユーモア、チャレンジ精神など)と、脳血管疾患のリスク(肥満、飲酒・喫煙の習慣、脳卒中・高血圧・心臓病・糖尿病・高脂血症などの服薬経験など)を数値化した。それをもとに、脳ドックを受診する患者を対象に生活習慣の改善指導などを行っている。

「自分の好きなことを最後まで続けて楽しい人生を送るためにも、脳卒中のリスクや脳の異常を見逃さないよう、脳ドックを受ける一方で、脳がいきいきと活性化するように毎日を送っているかどうかも確かめられるようにこのスコアを考えた」と説明する。

子供の脳の発達研究を通じて人の脳が持つ潜在能力の偉大さに気づき、一人でも多くの水頭症患者を救おうと世界中を駆け回る大井さん。4カ月前にケニアで脳の実践手術指導を行ったばかりだが、今週はインドで15人の子供たちの手術を行っている。

(医療美容ジャーナリスト 宇山恵子)