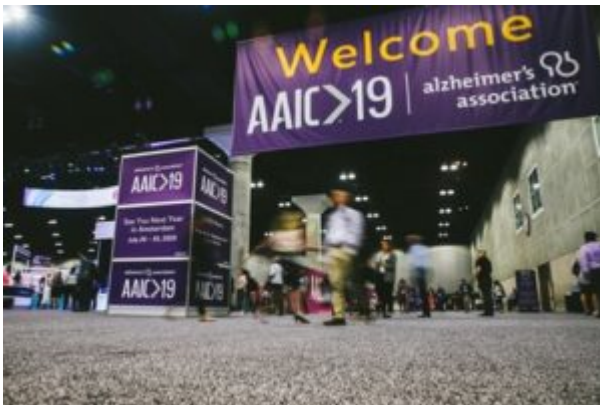


# การประชุมนานาชาติของสมาคมโรคอัลไซเมอร์เผย ไลฟ์สไตล์รักษาสุขภาพอาจช่วยลดความเสี่ยงโรคอัลไซ เมอร์ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมและกรรมพันธุ์



บรรดาผู้เชี่ยวชาญร่วมอภิปรายเกี่ยวกับบทบาทของเชื้อก่อโรคอัลไซเมอร์ รวมถึงความก้าวหน้าของการตรวจเลือดเพื่อหาโรค

ผลวิจัยที่น่าเสนอในการประชุมนานาชาติของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ประจำปี 2562 หรือ Alzheimer's Association International Conference (AAIC 2019) ที่ลอสแอนเจลิส แสดงให้เห็นว่า รูปแบบการใช้ชีวิตที่ใส่ใจสุขภาพมีประโยชน์อย่างยิ่งต่อสุขภาพสมอง และอาจช่วยลดความเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์และโรคสมองเสื่อมอื่นๆ ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมและกรรมพันธุ์

ผลวิจัยที่ก่อให้เกิดความหวังดังกล่าวเป็นหนึ่งในงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์จำนวนมากที่น่าเสนอในการประชุม ซึ่งมีการใช้แนวทางที่หลากหลายในการหาสาเหตุ การพัฒนาของโรค ปัจจัยเสี่ยง การรักษา และการป้องกันโรคอัลไซเมอร์และโรคสมองเสื่อมอื่นๆ

ข้อมูลใหม่อื่นๆ ที่นำเสนอในการประชุมมีดังนี้

- ความก้าวหน้าในการตรวจเลือดซึ่งจะช่วยให้ตรวจพบโรคตั้งแต่เนิ่นๆ รวมถึงยกระดับการวินิจฉัยให้ดีขึ้น ตลอด

จนเพิ่มประสิทธิภาพการรับคนไข้เข้าร่วมการวิจัยโรคอัลไซเมอร์ โรคสมองเสื่อมอื่นๆ และโรคการเสื่อมของระบบประสาท

- ชีววิทยาของโรคอัลไซเมอร์ที่แตกต่างกันตามเพศ ซึ่งอาจช่วยอธิบายได้ว่าเพราะเหตุใดผลกระทบของโรคอัลไซเมอร์ที่มีต่อผู้ชายและผู้หญิงจึงแตกต่างกันมาก
- ผลวิจัยและข้อมูลใหม่จากการทดลองทางคลินิก เพื่อประเมินแนวทางใหม่ๆ ในการรักษาโรคอัลไซเมอร์

การประชุมนี้เป็นเวทีระดับโลกสำหรับแลกเปลี่ยนประเด็นใหม่ๆ เกี่ยวกับการวิจัยโรคอัลไซเมอร์และโรคสมองเสื่อม สำหรับปีนี้ วิทยากรผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านได้มาร่วมนำเสนอมุมมองที่แตกต่างกันเกี่ยวกับบทบาทของการติดเชื้อแบคทีเรียหรือไวรัสที่มีต่อโรคอัลไซเมอร์

ดร. Maria C. Carrillo ประธานเจ้าหน้าที่ฝ่ายวิทยาศาสตร์ของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ กล่าวว่า “ขณะที่เรายังคงหาทางรักษาโรคอัลไซเมอร์และโรคสมองเสื่อมอื่นๆ สิ่งสำคัญที่ต้องทำควบคู่กันคือการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการใช้ชีวิตเพื่อเยียวยาอาการของโรค รวมถึงกำหนดเป้าหมายใหม่ๆ ในการรักษา”

“ข้อมูลจากการทดลองทางคลินิกที่นำเสนอในการประชุมปีนี้สะท้อนความหลากหลายของแนวทางการรักษาโรคอัลไซเมอร์ในปัจจุบัน เราจำเป็นต้องทำการวิจัยเพิ่มเติมเพื่อหาวิธีที่ดีกว่าเดิมในการรักษาผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์หลายล้านคน”

การประชุมนานาชาติของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ เป็นการประชุมประจำปีเวทีสำคัญสำหรับนำเสนอและอภิปรายงานวิจัยใหม่ล่าสุดเกี่ยวกับโรคอัลไซเมอร์และโรคสมองเสื่อม การประชุมในปีนี้เป็นปาโลกเข้าใกล้ความสำเร็จไปอีกขั้น โดยได้รวบรวมผู้เชี่ยวชาญและนักวิจัยระดับแนวหน้ากว่า 6,000 คนจากทั่วโลก และมีการนำเสนอผลงานทางวิทยาศาสตร์กว่า 3,400 รายการ

การเปลี่ยนแปลงไลฟ์สไตล์ช่วยลดความเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์ได้

ผลวิจัยใหม่ที่น่าสนใจในการประชุมครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า รูปแบบการใช้ชีวิตที่ใส่ใจสุขภาพ เช่น การรับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ ไม่สูบบุหรี่ ออกกำลังกายเป็นประจำ และการกระตุ้นความคิด อาจช่วยลดความเสี่ยงของภาวะสมองเสื่อมได้ โดยงานวิจัยหนึ่งชี้ว่า ผู้ที่มีรูปแบบการใช้ชีวิตความเสี่ยงต่ำ 4-5 ประการ มีความเสี่ยงที่จะเกิดโรคอัลไซเมอร์น้อยกว่า 60% เมื่อเทียบกับผู้ที่มีรูปแบบการใช้ชีวิตความเสี่ยงต่ำเพียง 1 ประการหรือไม่มีเลย

อีกสองงานวิจัยบ่งชี้ว่า การเปลี่ยนแปลงรูปแบบการใช้ชีวิตอย่างจริงจังอาจช่วยลดความเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์ได้ โดยรายงานหนึ่งชี้ว่า ผู้ที่มีความเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์จากกรรมพันธุ์สูงแต่ใช้ชีวิตอย่างใส่ใจสุขภาพ มีความเสี่ยงที่จะเกิดโรคสมองเสื่อมลดลง 32% เมื่อเทียบกับผู้ที่ใช้ชีวิตแบบไม่ใส่ใจสุขภาพ ขณะที่รายงานอีกฉบับยืนยันว่า การอาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีมลพิษทางอากาศสูงจะเพิ่มความเสี่ยงของโรคอัลไซเมอร์และโรคสมองเสื่อมอื่นๆ ขณะเดียวกัน ผู้หญิงสูงวัยที่สมองมีศักยภาพการทำงานสูง (วัดจากคะแนนการทำงานของสมอง ระยะเวลาที่เรียนหนังสือ หน้าที่การงาน

และกิจกรรมทางกายภาพ) มีความเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์จากสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้นเพียง 21% เมื่อเทียบกับผู้ที่สมองมีศักยภาพการทำงานต่ำ ซึ่งมีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นถึง 113%

การตรวจเลือดอาจช่วยยกระดับการวินิจฉัยโรคอัลไซเมอร์

ข้อมูลจากการประชุมยังเผยให้เห็นความก้าวหน้าของการตรวจเลือดเพื่อหาข้อบ่งชี้ของโรคอัลไซเมอร์และโรคการเสื่อมของระบบประสาทอื่นๆ เช่น การตรวจหาความผิดปกติของโปรตีนแอมิลอยด์ ซึ่งเป็นข้อบ่งชี้สำคัญของโรคอัลไซเมอร์ รวมถึงการตรวจหาโปรตีนแอลฟาไซนิวคลีอิน (บ่งชี้โรคสมองเสื่อมจากลิวีบอดี) และการตรวจหาโปรตีนนิวโรฟิลาเมนต์ไลต์ (บ่งชี้ความเสียหายของเซลล์สมอง)

ทั่วโลกต่างต้องการเครื่องมือวินิจฉัยโรคอัลไซเมอร์ที่เชื่อถือได้ ราคาไม่แพง ใช้งานง่าย ไม่ทำให้เกิดแผล และหาซื้อง่าย ครอบคลุมของผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์ทั้งในปัจจุบันและอนาคตจะได้ประโยชน์อย่างมากจากเครื่องมือเช่นนี้ เนื่องจากจะช่วยให้ตรวจพบโรคอัลไซเมอร์ตั้งแต่เนิ่นๆ ทำให้สามารถวางแผนการรักษาได้รวดเร็วยิ่งขึ้น เทคโนโลยีการตรวจโรคแบบใหม่ที่กำลังพัฒนาโดยนักวิจัยในภาคอุตสาหกรรมและภาควิชาการ สามารถนำมาใช้ติดตามผลการรักษาในการทดลองทางคลินิกได้เช่นกัน

ความเสี่ยง การพัฒนาของโรค และการหายจากโรคอัลไซเมอร์แตกต่างกันตามเพศ

ผลวิจัยยังระบุถึงชีววิทยา การพัฒนาของโรค และความเสี่ยงของโรคอัลไซเมอร์ที่แตกต่างกันระหว่างผู้ชายกับผู้หญิง โดยงานวิจัยสืบค้นข้อมูลแตกต่างระหว่างเพศที่อาจเผยให้เห็นรูปแบบความเสี่ยงเฉพาะตัว และช่วยให้วงการแพทย์เข้าใจสาเหตุที่ผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์ส่วนใหญ่เป็นผู้หญิง

งานวิจัยสองฉบับพบ 11 ยีนเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์เฉพาะเพศ รวมถึงการเชื่อมโยงเชิงโครงสร้างและการทำงานในสมองของผู้หญิงที่อาจมีส่วนเร่งให้เกิดความผิดปกติของโปรตีนเทา ซึ่งเชื่อมโยงกับภาวะความจำเสื่อมของผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์และโรคสมองเสื่อมอื่นๆ งานวิจัยอีกฉบับชี้ว่าผู้หญิงมีระดับการใช้พลังงานสมองสูงกว่าผู้ชาย ซึ่งอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้ผู้หญิงมีระบบความจำคำพูด (verbal memory) ดีกว่าผู้ชาย และสามารถชดเชยการเปลี่ยนแปลงในสมองจากโรคอัลไซเมอร์ในระยะเริ่มต้น

งานวิจัยฉบับที่สี่พบว่าผู้หญิงที่เข้าสู่ระบบแรงงานแบบมีค่าจ้างในช่วงเข้าสู่วัยผู้ใหญ่จนถึงวัยกลางคน มีอัตราการสูญเสียความทรงจำช้ากว่าในช่วงบั้นปลายชีวิตเมื่อเทียบกับผู้ที่ไม่ได้เข้าสู่ระบบการจ้างงาน

การทดลองแนวทางใหม่ๆ ในการรักษาโรคอัลไซเมอร์

ในการประชุมครั้งนี้ คณะนักวิจัยได้รายงานผลการทดลอง SNIFF เฟสที่ 2/3 ระยะเวลา 18 เดือน ซึ่งประเมินการใช้ยาพนจุมุกอินซูลินรักษาผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์หรือความทรงจำบกพร่องเล็กน้อย ซึ่งผลปรากฏว่า ในกลุ่มผู้เข้าร่วมการทดลอง 40 กว่าคนที่ใช้อุปกรณ์พนจุมุกแบบดั้งเดิม ผู้ที่ได้รับอินซูลินมีคะแนนทดสอบความจำและการทำงาน

ของสมองดีกว่ากลุ่มที่ได้ยาหลอก ทว่าไม่พบผลเช่นนี้ในกลุ่มที่ใช้อุปกรณ์พ่นจมูกแบบอื่น ถึงแม้ว่าจะเป็นสัญญาณที่ดีแต่ก็ต้องมีการศึกษาเพิ่มเติมต่อไป

งานวิจัยอีกฉบับรายงานความคืบหน้าของการทดลอง GAIN เฟสที่ 2/3 ในผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์ระดับเล็กน้อยถึงปานกลาง ซึ่งเป็นการทดลองใหญ่ระดับนานาชาติครั้งแรกที่ประเมินแนวทางการรักษาจากข้อมูลใหม่ที่ชื่อว่า แבקทีเรียพอร์ไฟโรโมนเนส จิงจิवालิส ซึ่งมักเชื่อมโยงกับโรคเหงือก สามารถทำให้สมองติดเชื้อและก่อให้เกิดโรคอัลไซเมอร์ได้ โดยการทดลอง GAIN ได้เริ่มรับสมัครผู้ป่วย 570 คนในสหรัฐอเมริกาและยุโรปแล้ว

นอกจากนี้ ในการประชุมยังมีการเผยความคืบหน้าของการศึกษาว่าด้วยการปกป้องสุขภาพสมองผ่านการปรับรูปแบบการใช้ชีวิตเพื่อลดความเสี่ยง (U.S. POINTER) ซึ่งเป็นการทดลองแบบสุ่มและมีกลุ่มควบคุมระยะเวลาสองปี เพื่อประเมินว่าการปรับรูปแบบการใช้ชีวิตที่เชื่อมโยงกับปัจจัยเสี่ยงต่างๆ จะสามารถรักษาการทำงานของสมองในผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมเพิ่มขึ้นได้หรือไม่ การศึกษา U.S. POINTER กำลังดำเนินการในศูนย์วิจัยสี่แห่งในสหรัฐ และกำลังจะมีแห่งที่ห้าในเร็วๆนี้ โดยตั้งเป้าว่าจะรับสมัครผู้เข้าร่วมการทดลองอายุ 60-79 ปี จำนวน 2,000 คน

การอภิปรายของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับบทบาทของเชื้อก่อโรคอัลไซเมอร์

ในการประชุมครั้งนี้มีการอภิปรายแบบคณะในหัวข้อ “Emerging Concepts in Basic Science Series: Is There a Causative Role for Infectious Organisms in Alzheimer’s Disease?” โดยบรรดาผู้เชี่ยวชาญในวงการได้มาแลกเปลี่ยนมุมมองที่แตกต่างกันเกี่ยวกับบทบาทของเชื้อก่อโรคอัลไซเมอร์

- นักวิทยาศาสตร์สองท่านอธิบายและยืนยันสมมติฐานที่ว่าเชื้อไวรัสเฮอร์พีส์เป็นสาเหตุของโรคอัลไซเมอร์ โดยอาจมีส่วนทำให้เกิดภาวะสมองอักเสบและการเสื่อมของระบบภูมิคุ้มกัน
- นักวิจัยท่านหนึ่งชี้ว่า การตอบสนองของระบบภูมิคุ้มกันต่อการติดเชื้อแบคทีเรียในสมองอาจก่อให้เกิดปฏิกิริยาต่อเนื่องที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของสมอง รวมถึงการก่อตัวของแอมิลอยด์พลาแก ซึ่งถือเป็นรอยโรคในสมองที่โดดเด่นของโรคอัลไซเมอร์ นักวิจัยท่านนี้แนะนำว่าโปรตีนแอมิลอยด์บีตาสามารถปกป้องสมองจากการติดเชื้อด้วยการดักจับเชื้อโรคในแอมิลอยด์
- นักวิทยาศาสตร์สองท่านตั้งคำถามเกี่ยวกับสมมติฐานของเชื้อก่อโรคอัลไซเมอร์ โดยได้แสดงความกังวลว่าสมมติฐานอาจ “เบี่ยงเบนความสนใจจากงานวิจัยที่มีผลกระทบมากกว่า”

เกี่ยวกับการประชุมนานาชาติของสมาคมโรคอัลไซเมอร์

การประชุมนานาชาติของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ (AAIC) เป็นการประชุมโรคอัลไซเมอร์และโรคสมองเสื่อมที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลก และเป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ นักวิจัยจากทั่วโลกจะมารวมตัวกันเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ๆ เกี่ยวกับโรคสมองเสื่อม รวมถึงให้การสนับสนุนชุมชนนักวิจัยที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง

โฮมเพจของ AAIC 2019: [www.alz.org/aaic/](http://www.alz.org/aaic/)

ห้องข่าวของ AAIC 2019: [www.alz.org/aaic/press.asp](http://www.alz.org/aaic/press.asp)

เกี่ยวกับสมาคมโรคอัลไซเมอร์

สมาคมโรคอัลไซเมอร์เป็นองค์กรอาสาสมัครด้านสุขภาพชั้นนำของโลก ซึ่งสนับสนุนการดูแลรักษาและการวิจัยโรคอัลไซเมอร์ จุดมุ่งหมายหลักของเราคือการกำจัดโรคอัลไซเมอร์ด้วยการวิจัยที่ทันสมัย รวมถึงดูแลและสนับสนุนทุกคนที่ได้รับผลกระทบจากโรค และลดความเสี่ยงของการเกิดโรคสมองเสื่อมผ่านการส่งเสริมสุขภาพสมอง เรามุ่งหวังที่จะเห็นโลกที่ปราศจากโรคอัลไซเมอร์ สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมสามารถดูได้ที่ [alz.org](http://alz.org) หรือโทร. 800.272.3900

รูปภาพ -

[https://mma.prnewswire.com/media/948584/Alzheimers\\_Association\\_International\\_Conference\\_2019.jpg](https://mma.prnewswire.com/media/948584/Alzheimers_Association_International_Conference_2019.jpg)

โลโก้ - [https://mma.prnewswire.com/media/946686/Azheimers\\_Association\\_Logo.jpg](https://mma.prnewswire.com/media/946686/Azheimers_Association_Logo.jpg)