

# 多発性硬化症患者さん向けアプリ 「Cleo」のご紹介



## 多発性硬化症の

# 脳とからだのかかわり

～あなたらしく生活するために～



# Cleo™

多発性硬化症患者さんの毎日を  
アプリでサポートします！

## Cleo(クレオ)の3つの機能

 **調べる**  
MSに関する記事・動画を  
随時更新

 **ダイアリー**  
症状などの記録や共有、  
服薬などのお知らせ機能

 **プログラム**  
専門医監修のプログラムを  
動画で紹介

二次元コードまたはURLから  
ダウンロードしてください。



<https://www.cleo-app.jp>

スマートフォンのアプリストア内からも  
「MS クレオ」で検索できます。  
無料でダウンロードできます。



MS クレオ

本アプリはBiogen, Inc.およびその関連会社が管理・提供するものです。詳細については、本アプリの「多発性硬化症(MS)の患者をサポートするためのMS患者アプリのプライバシー」および「多発性硬化症患者アプリケーション利用条件」をご参照ください。

病院・医院名

製造販売元  
**バイオジェン・ジャパン株式会社**  
東京都中央区日本橋一丁目4番1号  
[www.biogen.co.jp](http://www.biogen.co.jp)

バイオジェン・パートナーコール  
**くすり相談室**  
(フリーダイヤル) **0120-560-086**  
午前9:00～午後5:00  
(祝祭日、会社休日を除く月曜から金曜日まで)

TEC108MA02  
(作成年月 2023年3月)

監修：東北医科薬科大学医学部 脳神経内科学 教授 中島 一郎 先生

多発性硬化症(MS)は、以前は症状の再発や病気の進行を抑えることが難しい病気でした。しかし近年、その状況は大きく変わりつつあります。

日本では、約20年前にMSの再発や進行を予防する治療薬がはじめて登場しました。それから今に至るまでに、複数の治療薬が開発されたほか、より適切な診断や治療が行えるように診断基準やガイドラインがつけられたり、医療費の助成制度が施行されるなど、MS患者さんをサポートするための診療環境が徐々に整ってきました。

MSは、治療をしないまま経過すると、次第に脳に変化が生じて病気の進行へとつながります。この冊子では、MSの症状と脳の変化とのかかわりについて紹介しています。ふだんの生活のなかで気づいた何気ない変化でも、あなたの症状や治療にかかわる大切なことかもしれません。

脳とからだの健康に気をつけながら、適切にMSの進行を予防して自分らしい生活を送っていただくために、この冊子を読んで気になることがあれば、主治医に相談しましょう。



## 「MSブレインヘルス」って何？

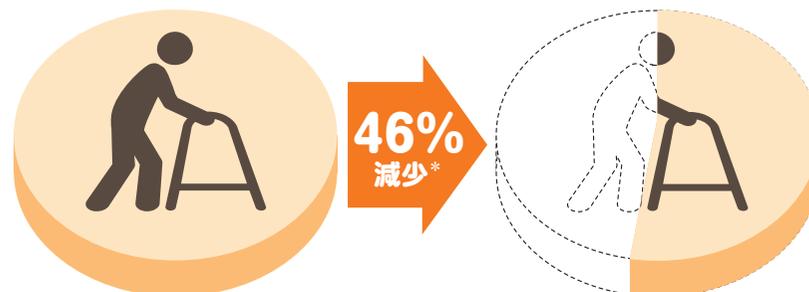
MSの治療をする際に、再発やからだの障害の進行を予防するだけでなく、**脳の健康(ブレインヘルス)**にも着目するという考え方です。MSの症状がないときでも、MS患者さんの脳の中では変化が起きている場合があるため、「ブレインヘルス」にも気をつけながら治療をすることが大切です。

## 診断や治療の進歩により、MSの長期的な経過(予後)の改善が示されています

MS患者さんが杖歩行\*になるリスクの変化(海外のデータ) ※EDSSが6.0

1980~1990年にMSと診断された患者さん

2006~2010年にMSと診断された患者さん



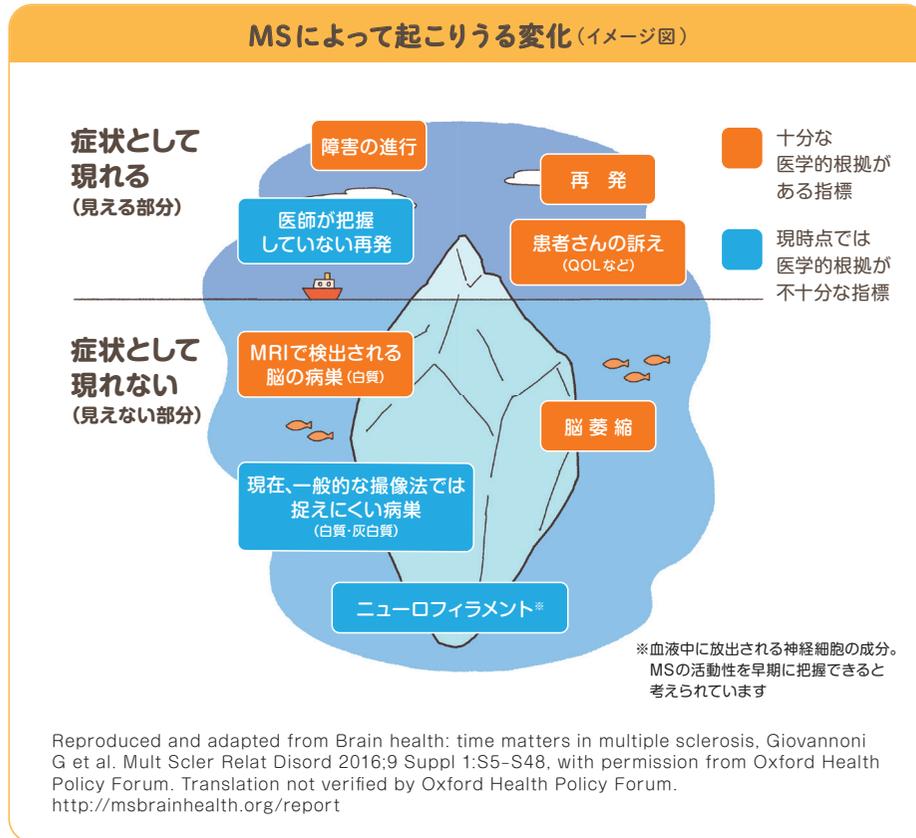
\*1980~1990年にMSと診断された患者96人のデータと2006~2010年にMSと診断された患者327人のデータを比較

対象:再発寛解型MS患者1,324例  
方法:イタリアのMS専門施設における1980~2013年の診療データベースを用いて、MS患者がEDSS6.0に至った年齢と診断年を比較し、診断時期がEDSS6.0に至る年齢に及ぼす影響を評価した。

Capra R et al. Mult Scler. 23(13): 1757(2017)より作図

- 海外の研究によると、2006~2010年にMSと診断された患者さんでは1980~1990年に診断された患者さんにくらべて、杖歩行になるリスクが46%減少していました(上図)。
- これには、MSの診断や治療の進歩が貢献していると考えられます。

## MSでは再発やからだの障害だけでなく、 脳の中でも変化が起こっていると 考えられています



- MSの治療では再発を抑えることが大切であるとともに、再発が起きる前に脳の中で起こっているさまざまな変化を発見し、早くから適切に対応することがさらに重要と考えられています。
- 脳の変化により、認知機能(認識力や記憶力)の低下や精神的な症状などが現れることがあります。

参考: Giovannoni G et al. Mult Scler Relat Disord. 9(Suppl 1):S5(2016)

## 脳の変化から現れる症状を 早期に発見することが大切です



- MSによる認知機能の低下には、主に注意障害、情報処理機能の低下、遂行機能の障害、長期記憶の障害などがあります。
- MSによる精神症状では、抑うつ症状が最も多く、物事への興味や関心が薄れる、集中力が出ない・続かない、出勤・通学・買い物などの日常の活動に取りかかれず、といった症状がみられます。

参考: 河内 泉 ほか. 臨床神経学. 54(12):1060(2014)

## MSの再発を起こさないため、そしてこれからあなたらしく生活するために、以下のことに気をつけながら治療を続けましょう

### MSの再発を起こさないために

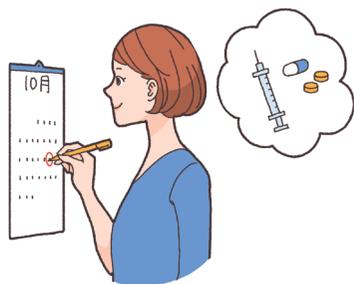
- 疲れやストレスをためないようにしましょう
- 感染に気をつけましょう

⇒ 過労やストレス、感染は、再発の一因となつていわれています



- 注射の打ち忘れや薬の飲み忘れに注意しましょう

⇒ お薬は、決められた量と回数を続けることで、効果が期待できます



### 脳とからだの健康のために

- 禁煙を心がけましょう

⇒ 喫煙は、MSによる認知機能障害との関連が指摘されています



- バランスの良い食生活を心がけましょう
- 適度な運動を心がけましょう
- 体温の上昇に気をつけましょう

⇒ 体温が上がると、視力低下などの症状が一時的にみられたり、体調が悪くなる場合があります(ウートフ徴候)



ご自身の症状のこと、治療のこと、少しでも気になることがあれば主治医にご相談ください

