2025 阿滋海默症協會國際會議研究進展摘要

在 2025 年阿滋海默症協會國際會議（AAIC®）上發表的新研究成果，推進了對阿滋海默症及其他失智症在風險、診斷與治療方面的科學理解。重點包括：

- 美國 POINTER 臨床試驗中的兩項生活方式介入措施改善了有認知衰退風險的年長者的認知功能。與自我引導的介入相比，提供更多支持和問責的結構化介入顯示出更顯著的改善效果，這種介入可幫助抵禦正常老化相關的認知衰退，效果持續長達兩年。
- 阿滋海默症協會首次發布臨床實踐指引，建議專科醫師使用血液生物標記檢測來協助診斷阿滋海默症。
- 根據五項研究的數據，服用治療高血壓、膽固醇與糖尿病的常見藥物組合，可能有助於減緩認知衰退。
- 一項涵蓋超過 60 萬人的研究顯示，大氣與環境中的鉛可能與 50 年後的記憶問題有關。
- 對於擁有阿滋海默症最強已知遺傳風險基因 APOE4 的人來說，步行與其他生活方式介入可能帶來益處。
- 新型針對類澱粉蛋白的阿滋海默症藥物在「真實世界」研究中的初步結果，證實了晚期臨床試驗的發現，且患者表示滿意。
- 根據一項首創的長期研究，參與美國補充營養援助計畫（SNAP）與較慢的認知衰退有關。
- 新研究揭示了大腦健康中關鍵的性別差異，包括創傷性腦損傷對女性與男性的不同影響，以及對接受乳癌化療女性的認知症狀的新理解。

AAIC 是年度首屈一指的會議，專門展示與討論最新的阿滋海默症與失智症研究成果。今年在多倫多舉行的會議吸引了近 19,000 名註冊與會者，並收到了超過 6,400 件科學研究投稿。

美國「透過生活方式介入以降低風險、保護大腦健康研究」（U.S. POINTER）顯示正面成果

阿滋海默症協會主導的「美國透過生活方式介入以降低風險、保護大腦健康研究」（U.S. POINTER）是一項為期兩年的多中心臨床試驗，針對具有認知衰退與失智症風險的年長者，測試兩種不同的生活方式介入方法。研究結果顯示，這兩種介入方式皆能改善年長者的認知功能。

參與結構化介入組的受試者在整體認知表現上優於自我引導組，顯示其可在長達兩年的時間內幫助抵抗與年齡相關的正常認知衰退。換句話說，與自我引導組相比，結構化介入組的參與者

表現相當於年齡年輕一至近兩歲的成年人，這種效果可能有助於增強對認知退化的抵抗力。

這項額外的益處在所有 U.S. POINTER 的子群體中皆有觀察到——無論性別、族裔、遺傳風險或心血管健康狀況（如血壓、膽固醇與血糖水平）。超過 30% 的參與者來自過去在失智症研

究中代表性不足的族群。

兩種介入方式皆著重於提升身體活動、改善營養、進行認知與社交挑戰，以及健康監測。結構化介入與自我引導介入的差異在於介入的強度、結構、責任機制與所提供的支持程度。

U.S. POINTER 是一項大規模、嚴謹的隨機對照臨床試驗。這些正面結果強調了健康行為對大腦健康的強大影響力，並鼓勵我們探索結合生活方式計畫與藥物治療的潛力，作為對抗認知衰退甚至失智症的下一個前線。

阿滋海默症診斷中首份血液生物標記檢測臨床實務指引

阿滋海默症協會於 2025 年 AAIC 會議上發布了首份基於實證的臨床實踐指引（CPG），針對血液生物標記（BBM）檢測在阿滋海默症診斷中的應用，這是推動專科照護領域中阿滋海默症診斷與管理轉型的重要一步。該指引提供嚴謹且基於證據的建議，幫助專科醫師更自信、更規範地使用 BBM 檢測。

這些建議針對在神經科、精神科、老年醫學等領域中負責診斷與評估認知障礙的各類專科醫師，其制定基於一項對截至 2024 年 11 月的現有證據的審查。

指引建議，當 BBM 檢測的靈敏度達到至少 90%、特異性達到至少 75% 時，專科醫師可將其作為阿滋海默症診斷流程中的初步篩檢工具。但若篩檢結果為陽性，仍應透過腦脊髓液（CSF）檢測或類澱粉蛋白正子攝影（PET）等傳統方法加以確認。若 BBM 檢測的靈敏度與特異性皆達到至少 90%，則可作為 PET 或 CSF 檢測的替代方案。然而，專家提醒，目前市面上許多 BBM 檢測尚未達到這些標準。

這份臨床實踐指引是阿滋海默症協會 ALZPro™ 計畫的一部分，該計畫是一個跨領域醫療與研究專業人員的資源與工具中心，旨在降低風險、推進早期偵測、改善醫療服務品質，並擴大所有社區的公平就醫機會。

心血管健康藥物的組合可能也能保護大腦

服用用於治療高血壓、膽固醇與糖尿病的常見藥物組合，可能帶來額外的好處：減緩認知衰退。一項針對超過 4,500 名年長者的研究顯示，那些服用針對血管或代謝疾病（皆為失智症已知風險因素）藥物組合的參與者，其認知測驗成績與年齡小三歲的人相當。

在所有參與者中，同時服用三種心血管藥物的人獲得最大的認知益處，且其大腦在驗屍時顯示出較少與阿滋海默症相關的病變跡象。對於僅服用其中兩種藥物的參與者而言，最有效的組合是高血壓與膽固醇藥物。

鉛污染與年長者記憶問題相關聯

根據一項首創的研究，含鉛汽油時代的歷史性污染可能在 50 年後仍對認知功能造成影響。研

究人員追蹤了 1960 至 1974 年間空氣中鉛的暴露情況——當時正值含鉛汽油使用的高峰期——並分析其對晚年大腦健康的影響。報告估計，當時美國約有一半人口、超過 1.7 億人，在幼年時期暴露於高濃度鉛環境中。

研究人員將 1960 和 1970 年代的污染數據與 2012 至 2017 年間進行的一項現代研究進行比對，發現居住在中度或高度鉛污染地區的人中，有 17% 至 22% 回報出現記憶問題。儘管含鉛汽油早已被淘汰，但其他鉛暴露來源仍然存在，例如老舊的含鉛油漆、水管與工業污染。

專家建議，曾經暴露於鉛環境中的人應特別注意降低其他失智症風險因素，包括控制高血壓、戒菸以及避免社交孤立。

生活方式改變對阿滋海默症風險基因攜帶者的益處可能最為顯著

根據三項大型國際研究長達十年的數據顯示，具有較高阿滋海默症遺傳風險的人，可能最能從健康生活方式的介入中獲益，例如步行。研究發現，攜帶阿滋海默症風險基因 APOE4 的年長者，在接受非藥物介入（如運動、飲食與認知訓練）後，其認知改善幅度高於非攜帶者。

在這項研究中，步行被證實是最有效的健康習慣之一，有助於減緩認知損傷。與許多健康生活方式一樣，關鍵在於持之以恆。研究顯示，若能持續至少兩年，這項習慣可在七年後仍帶來認知上的益處。

參與 SNAP 食物援助計畫者的認知衰退速度較慢

根據在 2025 年 AAIC 上報告的一項新研究，參與美國補充營養援助計畫（SNAP）的人，在 10 年期間的認知衰退速度比未參與者慢。科學家分析了具全國代表性的「健康與退休研究」數據，比較參與 SNAP（該計畫協助低收入個人與家庭購買食物）的人與符合資格但未參與者的認知變化。

研究發現，SNAP 參與者的整體認知功能衰退速度減緩了 0.10%。這項差異在長期中具有意義，估計在 10 年的研究期間可延長約兩至三年的認知健康。

研究樣本包含 1,131 名 SNAP 參與者，包括白人、黑人與西班牙裔族群；對照組則包含 1,216 名符合 SNAP 資格但未參與者。研究顯示所有族群皆有益處，但白人參與者的認知衰退速度明顯較其他族群慢。這項發現突顯了食物援助計畫在支持年長者大腦健康方面的潛在效益。

新型阿滋海默症藥物在真實世界中的效果與患者滿意度獲得肯定

雖然新上市的抗類澱粉蛋白阿滋海默症藥物在嚴格控制的臨床試驗中已證實其療效，但直到近期才首次在真實世界中進行測試。在 2025 年 AAIC 上發表的數十篇摘要顯示，這些藥物（如 lecanemab 和 donanemab）在真實世界中的使用，其安全性與大型臨床試驗相當甚至更佳，且患者對治療結果表示滿意。

研究人員追蹤了來自多種環境的患者，包括美國的診所、記憶照護中心以及國際大學等，評估這些藥物的安全性與療效。其中多個研究地點屬於阿滋海默症協會創立的「阿滋海默症治療與

診斷網絡」（ALZ-NET），該網絡旨在收集接受新療法患者的真實世界數據、追蹤其長期健康狀況，並與科學家與臨床醫師共享數據。

男女在認知健康上的差異有了新發現

在 2025 年 AAIC 上公布的新研究揭示了男性與女性在罹患阿滋海默症及其他失智症相關疾病風險上的關鍵差異。一項研究發現，創傷性腦損傷（TBI，為失智症的已知風險因素）對女性大腦中與失智相關的區域造成的萎縮程度高於男性。另一項研究則深入探討了所謂的「化療腦」（chemobrain）——約三分之一接受乳癌化療的女性會出現思考與記憶能力下降的現象。

目前在美國超過 700 萬名阿滋海默症患者中，女性佔將近三分之二。這項針對化療腦的研究首次證實，與癌症治療相關的大腦變化、發炎與萎縮，與記憶斷片、注意力不集中或詞語找不到等症狀有關。這項研究進一步支持了化療對大腦健康影響的日益增長的證據。

阿滋海默症協會持續支持相關研究，以更深入了解性別在認知健康上的差異，並預防化療患者出現負面副作用。臨床醫師可透過 ALZPro——阿滋海默症協會新推出的線上專業資源與工具庫——進一步了解失智症的早期偵測、診斷與治療。

阿滋海默症協會特別感謝 2025 年 AAIC 白金級贊助商：Biogen、Eisai、Lilly 和 Novo Nordisk。

關於 Alzheimer’ s Association International Conference®(AAIC®)

AAIC（阿滋海默症協會國際會議）是全球規模最大的阿滋海默症及其他導致失智症疾病研究者聚會。作為阿滋海默症協會研究計畫的一部分，AAIC 是促進失智症新知產生與建立研究社群的重要平台。

- AAIC 2025 官方網站：alz.org/aaic
- AAIC 2025 新聞中心：alz.org/aaic/pressroom.asp
- AAIC 2025 社群標籤：#AAIC25

關於阿滋海默症協會

阿滋海默症協會是一個全球性的志願健康組織，致力於阿滋海默症的照護、支持與研究。我們的使命是引領終結阿滋海默症及所有其他失智症的道路——透過加速全球研究、推動風險降低與早期偵測，以及提升照護品質與支持服務。

我們的願景是：一個沒有阿滋海默症與其他失智症的世界®。

- 了解更多請上網：alz.org
- 或撥打電話：+1 800.272.3900