Eat Well, Live Well.

AJINOMOTO

気づいていますか?
あなたの健康状態・リスク



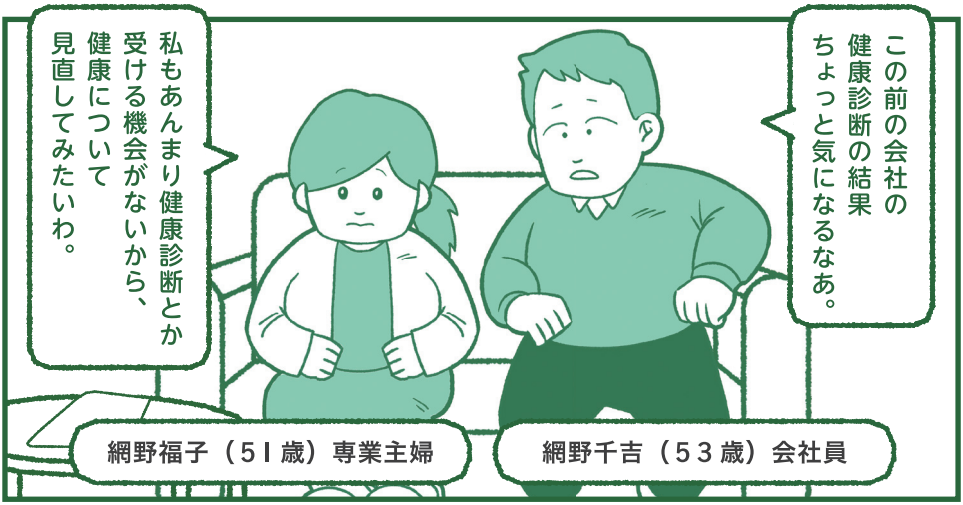
アミノ酸を測る。今のからだを知る。

aminoindex®

アミノインデックス®

監修：三井記念病院 総合健診センター 特任顧問
日本橋室町三井タワー　ミッドタウンクリニック 常任顧問
山門　實

網野さんご夫婦のお悩みは健康について。
自覚症状はないけれど、
老後のことも考えるとやっぱり心配。
そんなある日のこと…







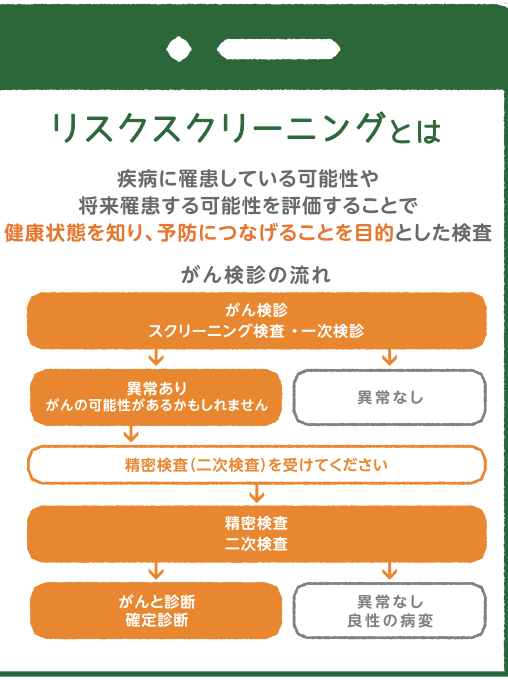
生活習慣と関係する疾病についての検査みたいだな。





予防のために健康状態を知る検査ってことね。





一回の採血で、お父さんは5種類のがん。私は6種類のがんについて、現在がんである可能性を評価できるんですって。



AIRS®アミノインデックス®
リスクスクリーニング

AICS® 男性

□胃がん □肺がん □大腸がん □膵臓がん
□前立腺がん

AICS® 女性

□胃がん □肺がん □大腸がん □膵臓がん
□乳がん □子宮がん・卵巣がん

※子宮がん・卵巣がんは、子宮頸がん、子宮体がん、卵巣がんのいずれかのがんである可能性について評価することができますが、それぞれのがんの可能性について区別することはできません。

AILS®（エーアイエルエス）

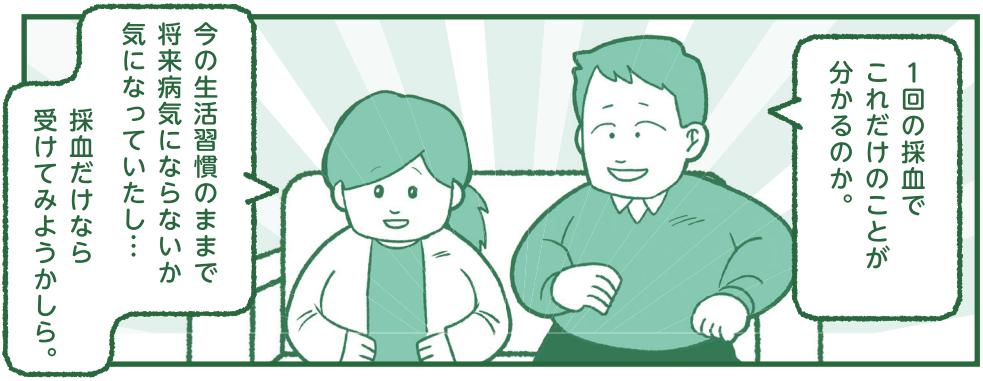
□ 10年以内に脳卒中・心筋梗塞を発症するリスク
□ 4年以内に糖尿病を発症するリスク
□ 血液中の必須・準必須アミノ酸の低さ
□ 現在認知機能が低下している可能性

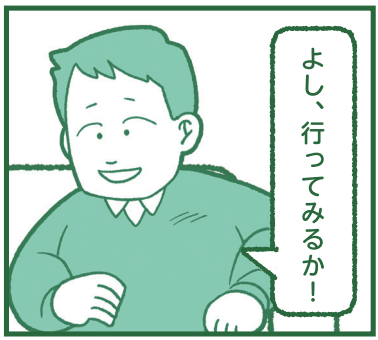
※AILS（認知機能低下）を受診されるかどうかは、ご自身でお選びいただけます。
なお、49歳以下の方はについては、本項目を選択できません。

※がんのみの検査がAICS®です。
がん（AICS®）と生活習慣病（AILS®）の同時検査がAIRS®です。

それだけじゃなくて脳心疾患や糖尿病のリスク、現在認知機能が低下している可能性も教えてくれるみたいだな。











いよいよ検査当日…
病院に行くと

検査前日の準備と採血

いよいよ検査当日。正確な検査を行うためにも事前に守っていただきたい項目があります。

●検査前の8時間は水以外は摂らないでください。
●検査当日朝の激しい運動は控えてください。
●検査当日のお薬の服用方法については、
事前に主治医または検診施設にご相談の上、
その指示に従ってください。



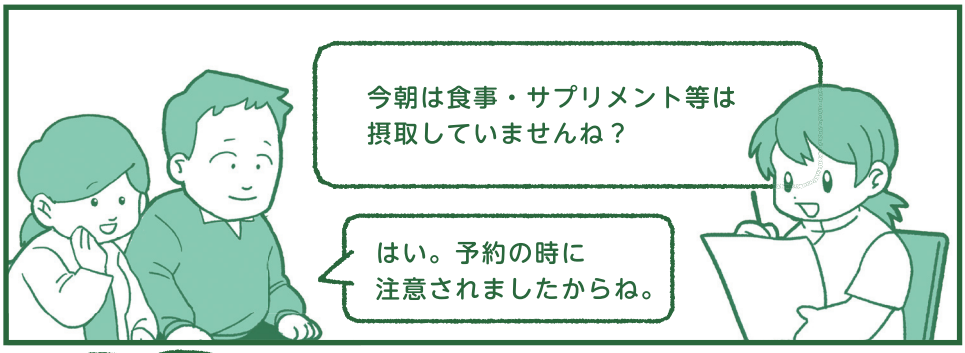


また、以下の方々は検査を受けていただくことはできません。

AIRS®を受けられない方

●がん患者（治療中の方含む）の方　●先天性代謝異常の方
●透析患者の方　●妊娠されている方　●授乳中の方

※AILS（認知機能低下）については49歳以下の方は選択できません。





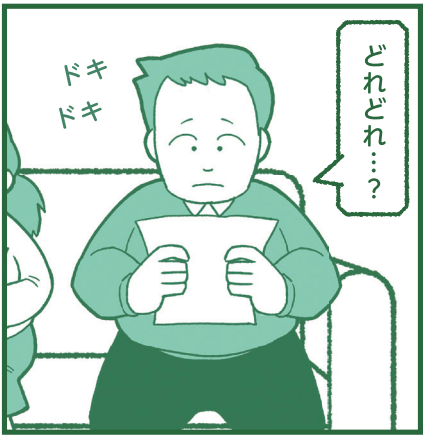


ー採血終了ー





検査結果は２～3週間後に通知されます
詳しくは医療機関にお問い合わせください。

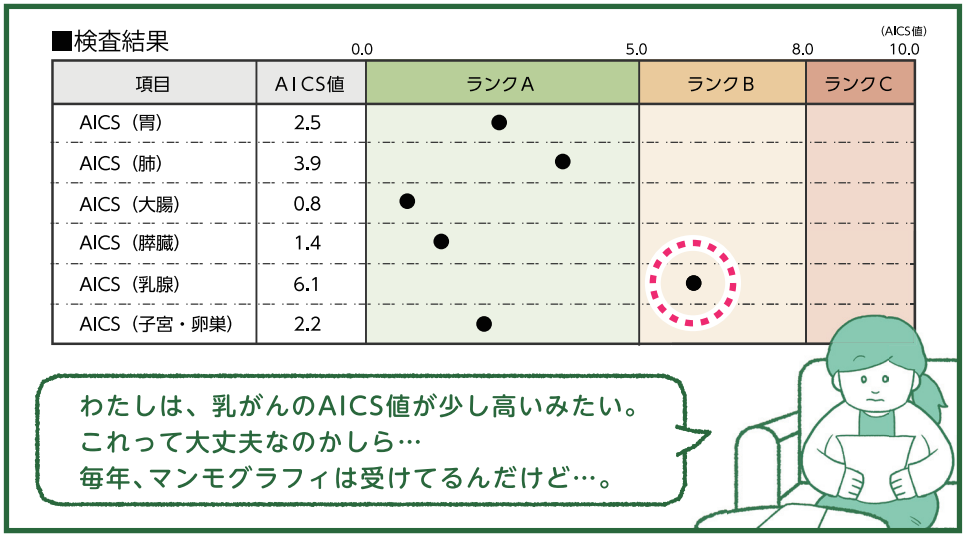




後日…

■検査結果

項目	AICS値	ランクA (0.0〜5.0)	ランクB (5.0〜8.0)	ランクC (8.0〜10.0)
AICS（胃）	2.5	●		
AICS（肺）	3.9	●		
AICS（大腸）	0.8	●		
AICS（膵臓）	1.4	●		
AICS（乳腺）	6.1		●	
AICS（子宮・卵巣）	2.2	●		







AIRS®の検査結果説明

AICS®の報告内容

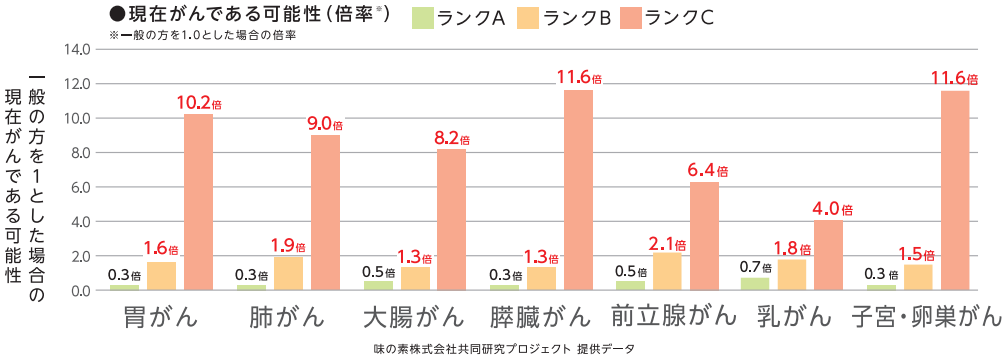
ランク分類	ランクA	ランクB	ランクC
AICS値	0.0～4.9	5.0～7.9	8.0～10.0

低い ← 現在がんである可能性 → 高い

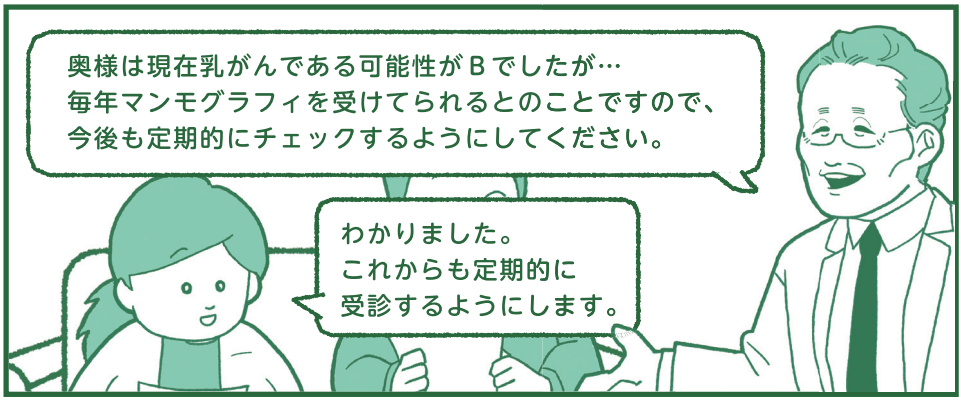


AICS®は採血を行った時点でのがんである可能性を評価する検査です。

結果は3段階のランクA、B、Cで表します。
ランクCだからといって必ずしもがんであるということではありませんが、精密検査の受診をお勧めしています。



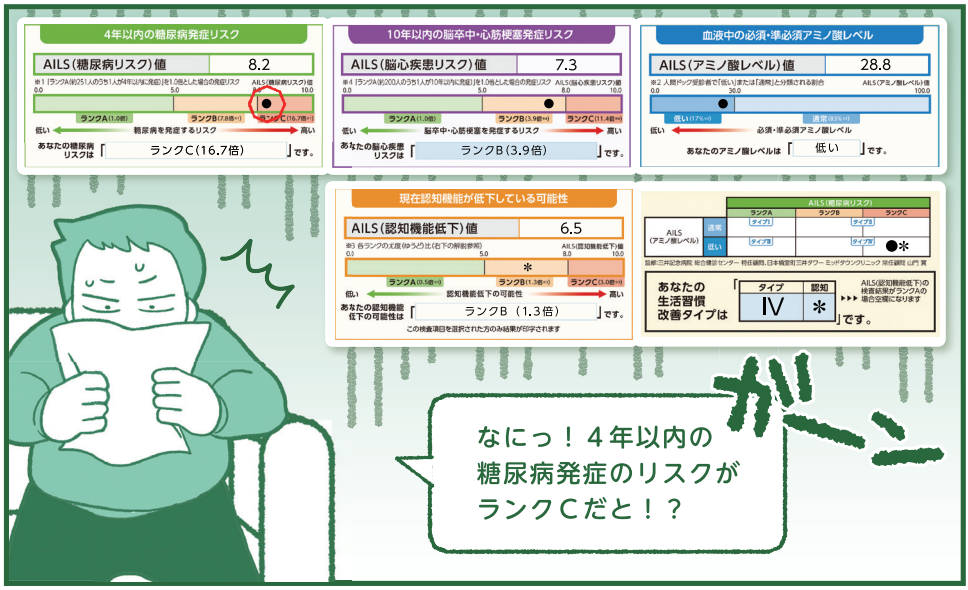
味の素株式会社共同研究プロジェクト 提供データ



本検査結果に基づいて他の検査を受診される場合には、検査内容および受診費用について検査を受診される医療機関にご相談ください。

一方…

どれどれ…
俺は…
現在がんである
可能性は低いな…。



なにっ！４年以内の
糖尿病発症のリスクが
ランクCだと！？

がーん

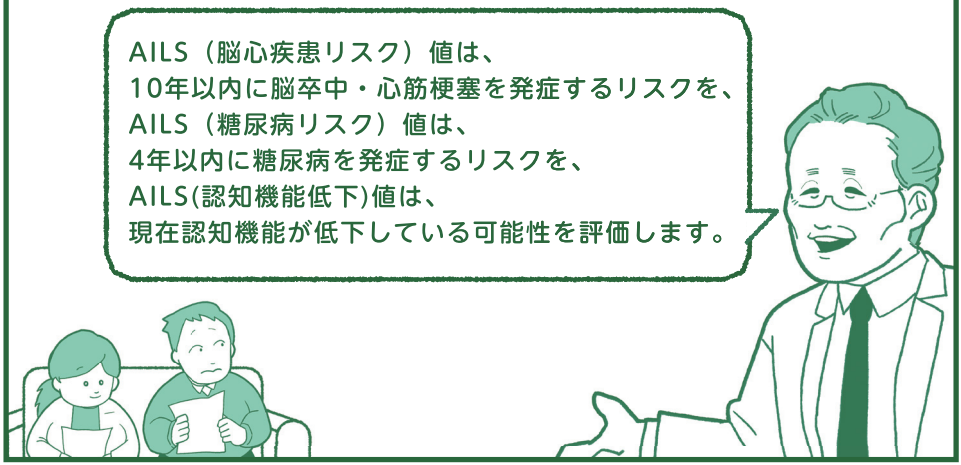
では…
その検査結果についても
ご説明しましょう。

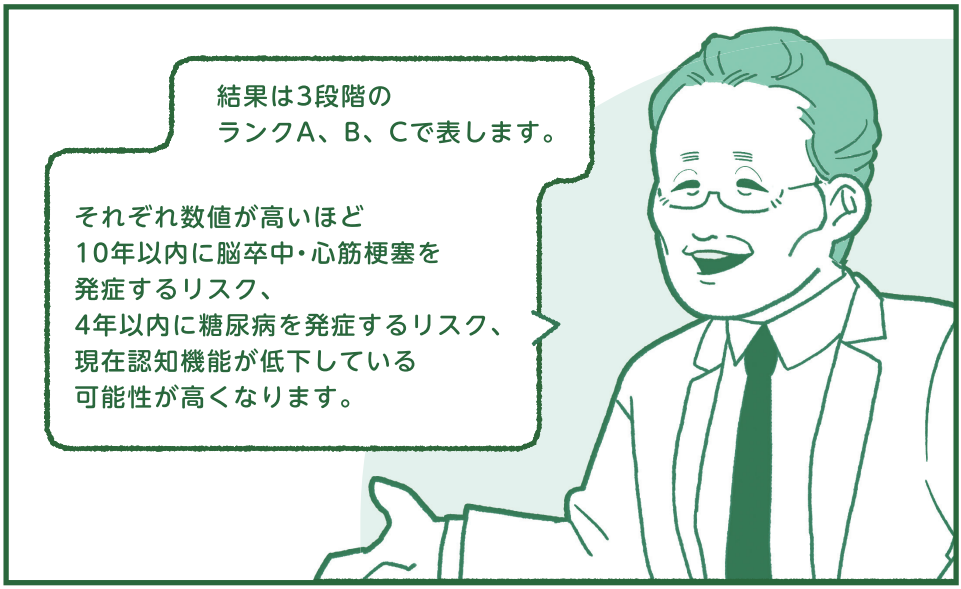
ランクC…。

AILS®（エーアイエルエス）の報告内容

ランク分類	ランクA	ランクB	ランクC
AILS（脳心疾患リスク）値 AILS（糖尿病リスク）値 AILS（認知機能低下）値	0.0～4.9	5.0～7.9	8.0～10.0

10年以内に脳卒中・心筋梗塞を発症するリスク
低い ← 4年以内に糖尿病を発症するリスク → 高い
現在認知機能が低下している可能性





必須アミノ酸　9種

ヒトの体内で作れず
食べ物から摂取する必要がある

メチオニン　ロイシン
スレオニン　イソロイシン
バリン　リジン
トリプトファン　ヒスチジン
フェニルアラニン

非必須アミノ酸 11種

ヒトの体内で作ることが出来る

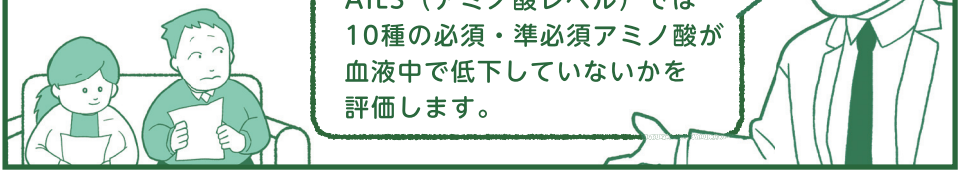
[準]必須アミノ酸
アルギニン
システイン
チロシン

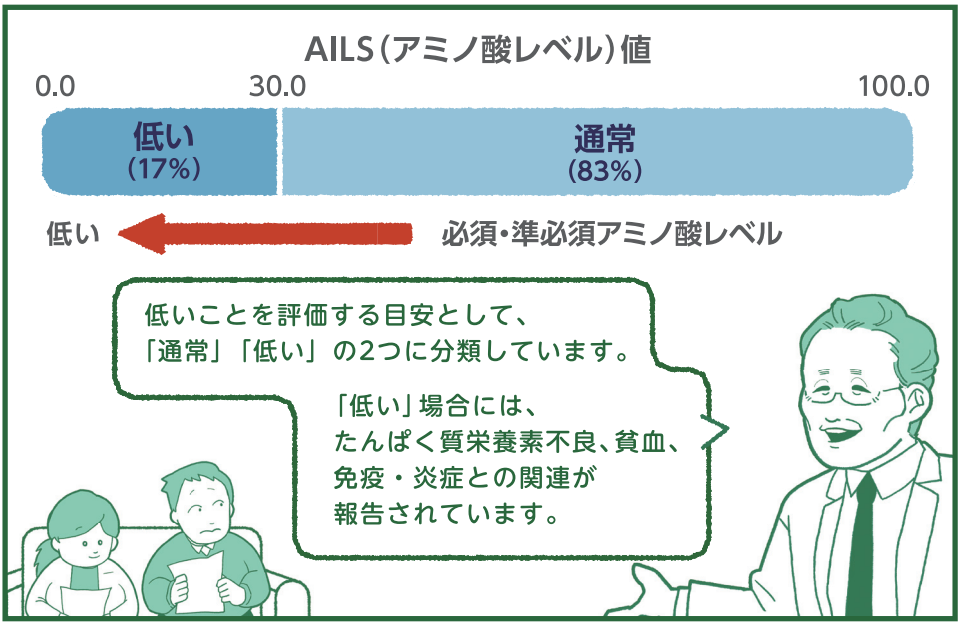
グルタミン酸　グリシン
アスパラギン酸　アラニン
グルタミン　セリン
アスパラギン　プロリン

…AILS（アミノ酸レベル）で評価する10種のアミノ酸

アミノ酸の中には、体の中で合成できない必須アミノ酸、
十分な量が合成しにくい準必須アミノ酸があります。
これらは食事として継続的にバランスよく摂る
必要がある大切な栄養素になります。

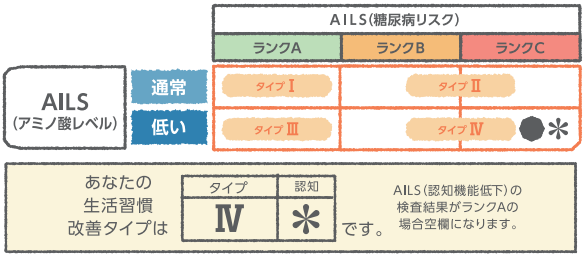
AILS（アミノ酸レベル）では
10種の必須・準必須アミノ酸が
血液中で低下していないかを
評価します。

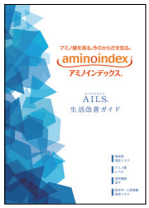




低いことを評価する目安として、
「通常」「低い」の2つに分類しています。

「低い」場合には、
たんぱく質栄養素不良、貧血、
免疫・炎症との関連が
報告されています。







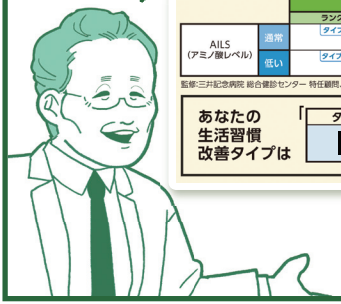
さらにAILS(エーアイエルエス)®では検査結果をもとに、
生活習慣改善タイプを提示し、
付属のAILS(エーアイエルエス)®生活改善ガイドで
タイプ別の生活習慣の改善をサポートします。

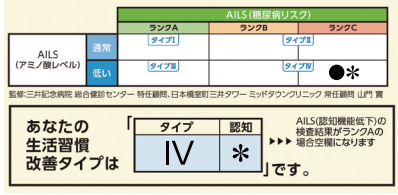
AILS(糖尿病リスク)

AILS(アミノ酸レベル)	ランクA	ランクB	ランクC
通常	タイプⅠ リスクが低い状態	タイプⅡ 4年以内に糖尿病を発症するリスクが高い状態	
低い	タイプⅢ 血液中のアミノ酸が低下している状態	タイプⅣ 4年以内に糖尿病を発症するリスクが高く血液中のアミノ酸が低下している状態	

AILS(糖尿病リスク)とAILS(アミノ酸レベル)の検査結果に基づき、
4つのタイプに分類されます。さらに、AILS(認知機能低下)がランクBまたはCの場合、
各タイプのローマ数字のあとに ＊ が付きます。

ご主人は4年以内に糖尿病を発症するリスクが高いという結果ですね
…しかも、アミノ酸レベルは低いという事なのでタイプⅣになります。





タイプⅣ
4年以内の
糖尿病リスクが高く
血液中のアミノ酸が
現在低下している場合



なるほど。

タイプⅣ

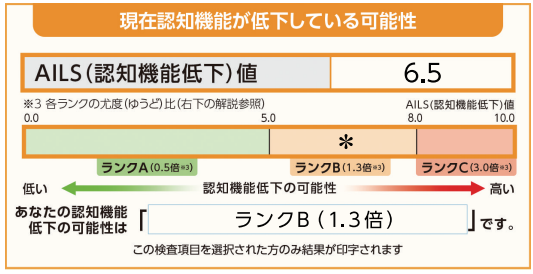
4年以内の糖尿病リスクが高く
血液中のアミノ酸が
現在低下している場合

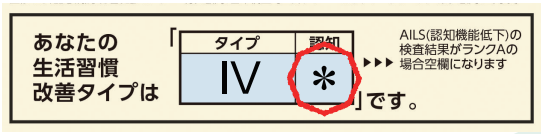
生活改善のポイントは…炭水化物を
減らして食物繊維を摂るように意識する。
たんぱく源のおかずをちゃんと食べる。

そして、有酸素運動と
筋力トレーニングを
習慣づけることです。

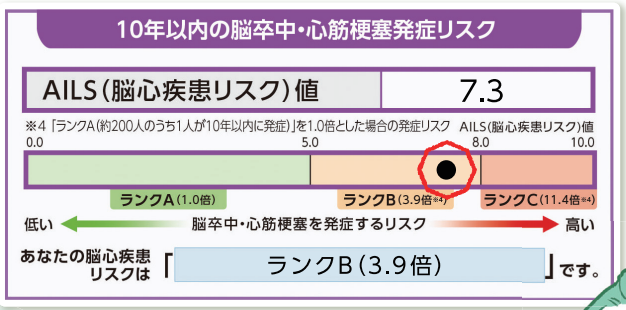
ふむふむ…

さらにAILS
(認知機能低下)が
ランクBだったので
「＊」が付いています。





睡眠不足や
アルコールの取りすぎにも
気を付けてくださいね。

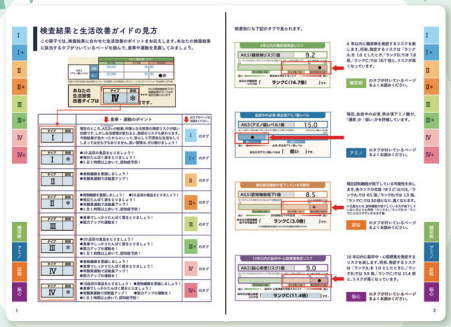


AILS（脳心疾患リスク）もランクBだったので
食事の食塩量には気を付けてくださいね。

なるほど…わかりました。

早期に生活習慣の改善に
取り組むことで生活習慣病の
リスクを低減し、健康を
維持することが出来ます。

AILS®（エーアイエルエス）生活改善ガイドの
検査結果に該当する
タブが付いている
ページを読んで
食事や運動を
見直してみましょう。



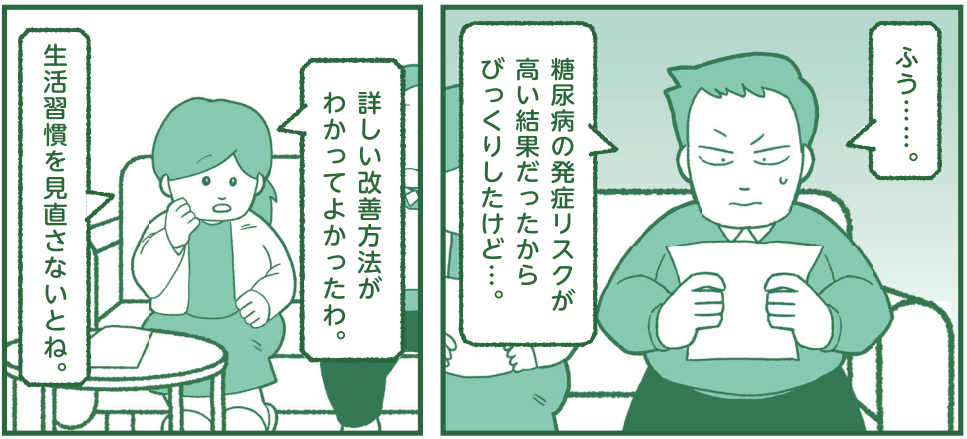
生活改善サポートアプリ aminoステップ™

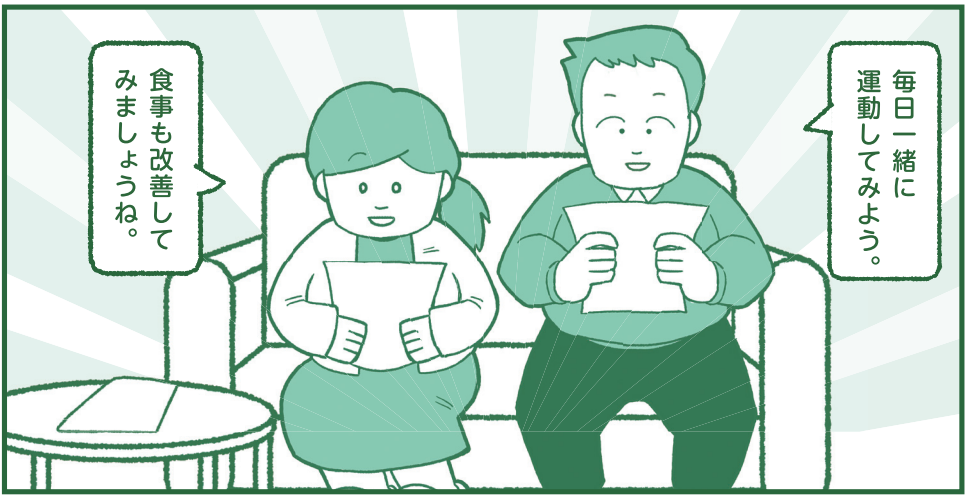


アプリのダウンロードは
こちらから

アミノステップ

生活改善
サポートアプリの
aminoステップ™ も
ご活用ください。


ふう……。
糖尿病の発症リスクが高い結果だったからびっくりしたけど…。
詳しい改善方法がわかってよかったわ。
生活習慣を見直さないとね。


毎日一緒に運動してみよう。
食事も改善してみましょうね。


よし！手軽な運動から始めてみるか！
生活習慣を考え直すきっかけができましたね！お父さん！

検査の対象と注意事項

AIRS®は、下記年齢の日本人を対象として開発された検査です。これらの方以外の結果は報告されますが、評価対象外となります。また、AILS(認知機能低下)の結果は、受診を選択された方のみに報告されます。

検査項目		評価内容	対象年齢
男性	AICS(5種)*1	胃がん、肺がん、大腸がん、膵臓がん	25歳～90歳
		前立腺がん	40歳～90歳
	AILS(脳心疾患リスク)*3	10年以内に脳卒中・心筋梗塞を発症するリスク	30歳～74歳
	AILS(糖尿病リスク)	4年以内に糖尿病を発症するリスク	20歳～80歳
	AILS(アミノ酸レベル)	血液中の必須・準必須アミノ酸の低さ	
	AILS(認知機能低下)	現在認知機能が低下している可能性 ※AILS(認知機能低下)については49歳以下の方は選択できません	50歳～100歳※
女性	AICS(6種)*1	胃がん、肺がん、大腸がん、膵臓がん、乳がん	25歳～90歳
		子宮がん・卵巣がん*2	20歳～80歳
	AILS(脳心疾患リスク)*3	10年以内に脳卒中・心筋梗塞を発症するリスク	30歳～74歳
	AILS(糖尿病リスク)	4年以内に糖尿病を発症するリスク	20歳～80歳
	AILS(アミノ酸レベル)	血液中の必須・準必須アミノ酸の低さ	
	AILS(認知機能低下)	現在認知機能が低下している可能性 ※AILS(認知機能低下)については49歳以下の方は選択できません	50歳～100歳※

*1 AICS®は、現在がんである可能性を評価する検査です。がんであるか否かを判断するものではありません。AICS®はその他の検査結果とともに総合的に判断されるものです。検査結果に対する感じ方や考え方は個人により異なりますので、検査結果の解釈やその他の必要な検査に関しては、医師にご相談ください。

*2 AICS®では子宮がん・卵巣がんは、子宮頸がん、子宮体がん、卵巣がんのいずれかのがんである可能性について評価することはできますが、それぞれのがんの可能性について区別することはできません。

*3 AILS(脳心疾患リスク)は、脳卒中と心筋梗塞を合わせた発症リスクを評価します。

・脳卒中の方、心筋梗塞の方、糖尿病の方、認知症の方、軽度認知障害の方(いずれも医療機関で診断を受けた方、あるいは治療中の方)の場合、その疾病・所見に関するAILS値や生活習慣改善タイプは出力されますが、いずれも評価対象外となります。

・AILS(脳心疾患リスク)は10年以内に脳卒中・心筋梗塞を発症するリスク、AILS(糖尿病リスク)は4年以内に糖尿病を発症するリスク、AILS(認知機能低下)は現在認知機能が低下している可能性を評価するもので、生涯にわたってのリスクを予測するものではありません。

・この検査には健康保険は適用されません。検査の費用については受診される医療機関におたずねください

AIRS®の結果に影響を与える可能性がある病気について

現在以下の病気にかかっている方は、AICS値が高値となる可能性があります。

AICS(肺)	慢性閉塞性肺疾患、間質性肺炎、非結核性抗酸菌症、肺結核、肺気腫、無気肺
AICS(前立腺)	前立腺肥大、糖尿病
AICS(子宮・卵巣)	子宮筋腫、子宮内膜症、良性卵巣腫瘍
複数のAICS®	脳梗塞

脳卒中・心筋梗塞発症や糖尿病発症、認知機能低下※との関連が報告されている以下の病気・所見について、AILS値が高値となる可能性があります。

食後高血糖※、高血圧、脂質異常症※、メタボリックシンドローム、内臓脂肪型肥満※、脂肪肝、肝機能異常、高尿酸血症

※認知機能低下に関しては、食後高血糖、高LDLコレステロール血症、高non-HDLコレステロール血症、内臓脂肪型肥満について、「ランクB」または「ランクC」を示す割合のみが高くなることが知られています。

AIRS®を受けられない方

妊娠されている方、**授乳中**の方、**がん患者**(治療中を含む)の方、**先天性代謝異常**の方、**透析患者**の方は検査結果に影響がありますので、検査を受けていただくことはできません。

また、AILS(認知機能低下)については49歳以下の方は選択できません。

アミノインデックス®に関する情報は、味の素株式会社商品情報サイトにも掲載されています。

https://www.ajinomoto.co.jp/products/aminoindex/

アミノインデックス　味の素　検索

▲HPはこちらから