

Bluthochdruck: Hauptverursacher von Demenz - So können Sie vorbeugen

Der größte Risikofaktor für Demenz bleibt Bluthochdruck. Lesen Sie die Ergebnisse einer Studie und erfahren Sie mehr über Prävention.

Immer mehr Menschen in Deutschland sind von Demenz betroffen, einer Erkrankung, die das Leben sowohl der Patienten als auch ihrer Angehörigen stark beeinflusst. Aktuell leben rund 1,8 Millionen Bürger mit dieser Nervenkrankheit, und Prognosen deuten darauf hin, dass diese Zahl bis zum Jahr 2050 auf 2,8 Millionen ansteigen könnte. Wissenschaftler sind daher ständig auf der Suche nach Möglichkeiten, den Ausbruch der Krankheit zu verhindern oder ihren Fortschritt zu verlangsamen.

Eine bedeutende Untersuchung des University College London beleuchtet nun die Risikofaktoren, die mit Demenz in Verbindung stehen. In der Analyse wurden Daten aus 68 Jahren, von 1947 bis 2015, aus 27 Studien ausgewertet, die sich mit Demenzpatienten befassten. Diese Forschung, die im renommierten Fachmagazin The Lancet Public Health veröffentlicht wurde, identifizierte einige Schlüsselfaktoren, die das Risiko einer Demenzerkrankung erhöhen.

Risikofaktoren für Demenz

Die Forscher fanden heraus, dass fünf Hauptfaktoren signifikant zur Entwicklung von Demenz beitragen können. Diese sind:

- Diabetes
- Fettleibigkeit

- Bluthochdruck
- Rauchen
- Bildungsniveau

Unter diesen Risikofaktoren sticht einer besonders hervor: Bluthochdruck, auch bekannt als Hypertonie, wurde als der größte Risikofaktor identifiziert, der sich über die Jahre hinweg konstant zeigen konnte. Laut Naaheed Mukadam, Psychiaterin und Hauptautorin der Studie, ist es entscheidend, kardiovaskuläre Risikofaktoren wie Bluthochdruck gezielt anzugehen, um effektive Präventionsmaßnahmen gegen Demenz zu entwickeln.

Bluthochdruck ist eine ernstzunehmende Bedingung, die nicht nur das Herz-Kreislauf-System betrifft, sondern auch zu weiteren gesundheitlichen Problemen führen kann. Wenn der Blutdruck über einen längeren Zeitraum erhöht ist, kann dies zu einem Verlust von Nervenzellen führen, was letztlich das Demenzrisiko erhöht. Die Notwendigkeit, den Blutdruck zu kontrollieren, wird daher immer deutlicher für die öffentliche Gesundheit.

Wissenschaftliche Hintergründe

Auf neurodegenerative Erkrankungen, zu denen auch Demenz gehört, fallen die Fachleute zurück, wenn Nervenzellen und deren Funktionen verloren gehen und das Gehirn nicht mehr in der Lage ist, diese Schäden zu kompensieren. Zu den bekanntesten Erkrankungen dieser Art zählen neben Demenz auch Morbus Parkinson. Die Komplexität dieser Krankheiten macht ihre Erforschung schwierig, dennoch sind Fortschritte notwendig, um den steigenden Zahlen an Betroffenen entgegenzuwirken.

In Anbetracht der dramatisch wachsenden Anzahl an Demenzkranken in Deutschland, sollte präventive Gesundheitsförderung in der Gesellschaft oberste Priorität haben. Aufklärung über Risikofaktoren und gesunde Lebensweisen kann dazu beitragen, die Inzidenz von Demenz zu

senken und das Bewusstsein in der Bevölkerung zu schärfen. Nachweislich wirkt sich insbesondere die Vermeidung ungesunder Gewohnheiten, etwa von Alkohol und Zigaretten, positiv auf den Blutdruck und letztendlich auch auf das Risiko, an Demenz zu erkranken, aus.

Daher sollten die Ergebnisse dieser Studie das öffentliche Interesse wecken und alle Beteiligten dazu anregen, einen aktiven Lebensstil zu fördern und sich über die eigenen Gesundheitswerte zu informieren. Aus dieser Perspektive wird deutlich, wie wichtig es ist, individualisierte Gesundheitsstrategien zu entwickeln, um der Herausforderung Demenz wirksam zu begegnen.

Die vorliegende Forschung gibt relevante Einblicke, aber sie schließt nicht aus, dass individuelle Gesundheitsfragen stets mit einem Arzt oder Spezialisten besprochen werden sollten. Die allgemeine Information macht nur einen Teil des gesamten Gesundheitsbildes aus und ersetzt nicht den Arztbesuch oder spezifische Diagnosen.

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de