

Neue Erkenntnisse: Sehverlust und Cholesterin erhöhen Demenzrisiko

Neue Studien zeigen, dass Sehverlust und hoher Cholesterinspiegel das Demenzrisiko erhöhen. Erfahren Sie mehr über Prävention.

Gesundheit und Prävention: Neue Erkenntnisse zu Demenzrisiken

Düsseldorf (ots)

Demenz ist eine Erkrankung, die zunehmend in den Fokus der Gesellschaft rückt. Mit etwa 1,8 Millionen Betroffenen in Deutschland ist die Notwendigkeit zur Prävention besonders akut. Vor Kurzem hat die Lancet-Kommission zur Prävention, Intervention und Pflege von Demenz umfassende neue Erkenntnisse veröffentlicht, die zwei zusätzliche Risikofaktoren identifizieren: abnehmendes Sehvermögen und hohe Cholesterinwerte. Diese Studie erweitert die Liste der vermeidbaren Demenzrisiken auf insgesamt 14 Punkte.

Der Einfluss von Sehschwäche auf das Demenzrisiko

Ein abnehmendes Sehvermögen kann die Gefahr, an Demenz zu erkranken, signifikant erhöhen. Laut einer aktuellen Lancet-Studie kann das Risiko um zwei Prozent gesenkt werden, wenn ältere Menschen mit Sehschwächen adäquat behandelt werden. Weltweit haben jedoch 12,5 Prozent der Menschen über 50 Jahre

eine unbehandelte Sehbehinderung. Dr. Anne Pfitzer-Bilsing, Leiterin der Abteilung Wissenschaft bei der Alzheimer Forschung Initiative, erklärt: „Ein schlechtes Sehvermögen kann zu sozialer Isolation führen, was wiederum die Gehirnaktivität verringert. Die weniger aktiven Gehirne sind anfälliger für Alzheimer.“ Die Verbindung zwischen sozialer Isolation und Depressionen wird ebenfalls betont, da auch diese als Risikofaktoren für Demenz gelten.

Cholesterin und Herz-Kreislauf-Gesundheit

Hohe Cholesterinwerte sind ein weiterer neu identifizierter Risikofaktor, insbesondere im mittleren Lebensalter. Der Lancet-Studie zufolge kann Durch eine Senkung des Cholesterinspiegels das Demenzrisiko um erstaunliche sieben Prozent gesenkt werden. Hohe Cholesterinwerte können die Bildung von schädlichen Ablagerungen im Gehirn fördern, die mit Alzheimer in Verbindung stehen. „Ein normaler Cholesterinspiegel verringert das Risiko auf null“, erklärt Pfitzer-Bilsing weiter, „denn damit wird auch die Blutversorgung des Gehirns optimiert.“ Eine gesunde Herz-Kreislauf-Funktion ist essenziell, um das Risiko für vaskuläre Demenz zu minimieren.

Kombination aus Lebensstil und medizinischer Vorsorge

Die Lancet-Studie zeigt auf, dass durch einen gesunden Lebensstil und frühzeitige medizinische Interventionen bis zu 45 Prozent der Demenzerkrankungen verzögert oder sogar verhindert werden können. Dies verdeutlicht die bedeutende Rolle von Ernährung, Bewegung und sozialer Interaktion für die geistige Gesundheit. Die Wahrscheinlichkeit, an Demenz zu erkranken, kann entscheidend durch Präventionsmaßnahmen verringert werden.“ Es ist wichtiger denn je, sich aktiv mit der eigenen Gesundheit zu beschäftigen und relevante Risikofaktoren frühzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Listing der 14 Demenz-Risikofaktoren

- Geringe Bildung
- Eingeschränkte Hörfähigkeit
- Hoher Cholesterinspiegel
- Depressionen
- Kopfverletzungen
- Bewegungsmangel
- Diabetes Typ 2
- Rauchen
- Bluthochdruck
- Starkes Übergewicht
- Übermäßiger Alkoholkonsum
- Soziale Isolation
- Luftverschmutzung
- Einschränkungen der Sehkraft

Schlussfolgerung für die Gesellschaft

Die Erkenntnisse der Lancet-Studie erschüttern nicht nur persönliche Auffassungen über Demenz, sondern haben auch weitreichende gesellschaftliche Implikationen. Durch die Einbeziehung von Sehschwäche und Cholesterin in die Liste der Risikofaktoren wird die Dringlichkeit deutlich, sowohl medizinische als auch gesellschaftliche Ressourcen in der Prävention zu bündeln. Um Demenzerkrankungen aktiv entgegenzuwirken, ist eine umfassende Aufklärung und Prävention innerhalb der Gesellschaft unerlässlich.

- **NAG**

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de