Altersmythos : Lebensstil und Demenzprogression

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich**

Band (Jahr): **- (2008-2009)**

Heft 101

PDF erstellt am: **05.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Altersmythos

Lebensstil und Demenzprogression

Altersmythos
Die Progressionsgeschwindigkeit der Alzheimer Demenz ist nicht beeinflussbar.

Wirklichkeit
Ein aktiver Lebensstil verzögert den Beginn einer Alzheimerdemenz, welcher dann jedoch signifikant schneller fortschreitet, d.h. er verkürzt die Lebensdauer mit Demenz.

Begründung
Das Washington-Hights-Inwood Columbia Altersprojekt in New York City, das ab 1989 longitudinal repräsentativ ausgewählte ältere Menschen über Lebensstil und Hirnleistung untersuchte, ergab 388 neu Diagnostizierte mit Alzheimerdemenz (Durchschnittsalter 79 jährig, 31 % Schwarze), von denen 283 mehrfach untersucht werden konnten, wobei das Risiko dement zu werden bei hoch aktivem Lebensstil signifikant niedriger war.

- Die mittlere Hirnleistung bei der Erstuntersuchung war definitionsgemäss normal, war jedoch bei den später alzheimerkrank Gewordenen generell 0,6 Standardabweichungen (SA) unter dem Durchschnitt.
- Die Progressionsrate der Hirnleistungsschwäche war signifikant schneller bei Alzheimerkranken mit früher aktivem Lebensstil ($p = 0{,}02$), vor allem bei hohen geistigen Aktivitäten wie Lesen, Kursbesuchen und Spielen (Karten und andere Spiele). ($p = 0{,}001$).

Das heisst, ein aktiver Lebensstil führt zu hohen geistigen Reserven, was ein längeres normales Leben und gegebenenfalls ein verkürztes Leben mit Demenz zur Folge hat.

Heltner E. P. et al (2007): Leisure activity and cognitive decline in incident alzheimer disease. Arch neurol 64: 1749 1754