

Demenz in jungen Jahren vorbeugen

Datum: 28.02.2024

Original Titel:

Risk Factors for Young-Onset Dementia in the UK Biobank

Kurz & fundiert

- Demenzdiagnose vor dem 65. Lebensjahr: Young-Onset Dementia (YOD)
- Zunahme von Demenzdiagnosen im jungen Alter: Risikofaktoren?
- Prospektive Kohortenstudie mit 356 052 Personen
- 15 Risikofaktoren für Demenz in jungen Jahren identifiziert
- Wichtige Schutzfaktoren: Soziale Beziehungen, Bildung, Stoffwechselfitness und Herz-Kreislauf-Fitness
- Identifizierung von Risikofaktoren ermöglicht gezielte Interventionen und Präventionsmaßnahmen

MedWiss - Eine Kohortenstudie identifizierte 15 Risikofaktoren für eine Demenz in jungen Jahren (unter 65 Jahren) anhand der Daten von 356 052 Personen aus der britischen Biobank. Demnach stellen soziale Beziehungen und Bildung wichtige Schutzfaktoren dar, aber auch Aspekte des Alltags, die Stoffwechselfitness und Herz-Kreislauf-Fitness fördern.

Demnzerkrankungen, die vor dem 65. Lebensjahr auftreten, werden als Demenz im jungen Alter (Young-Onset Dementia, YOD) zusammengefasst. Wissenschaftler aus den Niederlanden und Großbritannien haben sich mit den Risikofaktoren für den Beginn einer Demenz in jungen Jahren beschäftigt, um wichtige Ziele für die Prävention von Demnzerkrankungen oder das Verzögern des Erkrankungsbeginns zu identifizieren.

Demenz bis 65 Jahre: Identifizierung von Risikofaktoren mit Hilfe britischer Biobank

Für die prospektive Kohortenstudie wurden Daten aus der britischen Biobank aus dem Zeitraum 2006 - 2010 verwendet. Die Nachbeobachtung erfolgte bis zum 31. März 2021 für Personen in England und Schottland, bis zum 28. Februar 2018 für Personen in Wales. In die Studie wurden Teilnehmer einbezogen, die jünger als 65 Jahre waren und bei denen bei der Erstuntersuchung keine Demenzdiagnose vorlag.

Insgesamt wurden 39 potenzielle Risikofaktoren untersucht und in folgende Bereiche unterteilt:

- Soziodemografische Faktoren: Bildung, sozioökonomischer Status und Geschlecht
- Genetische Faktoren: Apolipoprotein E (genetischer Risikofaktor für die Alzheimer Erkrankung)
- Lebensstilfaktoren: körperliche Aktivität, Alkoholkonsum, Alkoholkrankheit, Rauchen,

- Ernährung, kognitive Aktivität, soziale Isolation und Ehe
- Umweltfaktoren: Stickoxide, Feinstaub, Pestizide und Diesel
- Blutmarker: Vitamin D, C-reaktives Protein, Nierenwerte (eGFR und Albumin)
- Kardiometabolische Faktoren: Schlaganfall, Bluthochdruck, Diabetes, Unterzuckerungen, Herzerkrankungen, Vorhofflimmern und Aspirinkonsum
- Psychiatrische Faktoren: Depression, Angstzustände, Benzodiazepinkonsum, Delirium und Schlafprobleme
- Weitere Faktoren: traumatische Hirnverletzung, rheumatoide Arthritis, Schilddrüsenfunktionsstörung, Schwerhörigkeit und Gebrechlichkeit (Handgriffkraft)

Viele Risikofaktoren für eine Demenz im jungen Alter sind beeinflussbar

Von den 356 052 eingeschlossenen Teilnehmern waren 197 036 (55,3 %) Frauen, das Durchschnittsalter bei Studienbeginn betrug 54,6 Jahre (+/- 7,0 Jahre). In der Analyse über 2 891 409 Personenjahre wurden 485 YOD-Fälle (51,8 % Männer) festgestellt. Dies entsprach einer Inzidenzrate von 16,8 pro 100 000 Personenjahren (95 % Konfidenzintervall, KI: 15,4 - 18,3). Nach der statistischen Auswertung waren 15 Faktoren signifikant mit einem höheren Risiko für Demenz in jungen Jahren assoziiert:

- Geringer Bildungsgrad sowie niedriger sozioökonomischer Status
- Genetischer Risikofaktor Apolipoprotein E
- Kein Alkoholkonsum, aber auch Alkoholkrankung
- Soziale Isolation sowie Depression
- Vitamin-D-Mangel
- Hohe Spiegel des C-reaktiven Proteins (Entzündungen im Körper)
- Geringere Handgriffkraft (Maß für Gebrechlichkeit)
- Schwerhörigkeit
- Herzerkrankungen, Schlaganfall und Orthostatische Hypotonie (plötzlicher Blutdruckabfall nach dem Aufstehen)
- Diabetes

Demenz-Risikofaktoren Isolation, Herz-Kreislauf-Probleme und geringer Bildungsstand

Bei den meisten in der Studie identifizierten Faktoren handelt es sich um modifizierbare Risikofaktoren. Laut der Studienautoren sollten diese veränderbaren Risikofaktoren in zukünftige Initiativen zur Demenzprävention einbezogen werden. Die Ergebnisse eröffnen zudem neue therapeutische Möglichkeiten, um eventuell frühzeitig in den Verlauf von Demenzerkrankungen einzugreifen.

Die Autoren zeigen mit der Analyse auch auf, wie jeder Mensch sein individuelles Demenzrisiko senken kann. Dabei stellen soziale Beziehungen und Bildung wichtige Schutzfaktoren dar, aber auch Aspekte des Alltags, die Stoffwechselförderung und Herz-Kreislauf-Fitness fördern, wie regelmäßige körperliche Aktivität, gesunde Ernährung, niedriger Alkoholkonsum sowie ein gesundes Körpergewicht.

Referenzen:

Hendriks S, Ranson JM, Peetoom K, Lourida I, Tai XY, de Vugt M, Llewellyn DJ, Köhler S. Risk Factors for Young-Onset Dementia in the UK Biobank. JAMA Neurol. 2023 Dec 26:e234929. doi: 10.1001/jamaneurol.2023.4929. Epub ahead of print. PMID: 38147328; PMCID: PMC10751655.