

Mehr Kaffee macht die kleinen grauen Zellen älterer Patienten mit Typ-2-Diabetes größer und fitter

Datum: 23.10.2018

Original Titel:

Age Modulates the Association of Caffeine Intake With Cognition and With Gray Matter in Elderly Diabetics.

MedWiss - Fazit: die Untersuchung fand, dass der Abbau der Denkleistung bei Patienten mit einer Diabeteserkrankung messbar mit höherem Kaffeekonsum abgemildert war. Dieser Zusammenhang konnte auch mit bildgebenden Verfahren im Gehirn nachgewiesen werden und machte sich besonders bei den älteren Teilnehmern bemerkbar: je mehr Kaffee sie tranken, desto größer war das Volumen der grauen Substanz im Gehirn. Eventuell trägt also Kaffee, zumindest bei älteren Patienten mit einer Diabeteserkrankung, zur Förderung der kleinen grauen Zellen im Gehirn bei.

Ein Effekt von Koffein auf die Denkleistung wurde bisher noch nicht mit älteren Diabetes-Patienten (Typ 2) getestet. Auch ob sich der Kaffeekonsum messbar im Gehirn zeigt, wurde zwar in Tierstudien untersucht, nicht aber beim Menschen. Dr. West von der *Icahn School of Medicine at Mount Sinai* in New York (USA) und Kollegen ermittelten nun, ob Kaffee einen Einfluss auf die Denkleistung bei Patienten mit Diabetes hatte.

Abnehmende Denkleistung bei Diabeteserkrankung - hilft Kaffee?

638 ältere Menschen mit einer Diabeteserkrankung, die an der *Israel Diabetes and Cognitive Decline Study* teilnahmen, wurden hierzu untersucht. Bei einem Teil der Menschen (185 Patienten) wurde zusätzlich auch mit einem bildgebenden Verfahren (Kernspintomographie, MRT) untersucht, ob Denkleistung und Kaffeekonsum auch mit dem Gehirnvolumen zusammenhingen. Dabei wurden die graue und weiße Substanz des Gehirns getrennt untersucht. In der grauen Substanz sind die Nervenzellkörper, also gewissermaßen die Rechner des Gehirns, in der weißen Substanz sind vor allem die informationsleitenden Bahnen, die Nervenfasern, zu finden.

Denkleistungstests und bildgebendes Verfahren

Die Forscher fanden einen Zusammenhang zwischen individuellem Kaffeekonsum und der allgemeinen Denkleistung. Je mehr Kaffee die Patienten tranken, desto besser schnitten sie in den Denkleistungstests ab. Sie konnten auch Verbesserungen von Aufmerksamkeit, Arbeitsgedächtnis, Planungs- und Kontrolldenken (der sogenannten exekutiven Funktion) und der Einordnung von Objekten in sinnvolle Kategorien (beispielsweise Amsel, Schwalbe und Storch in die Kategorie Vögel), die sogenannte semantische Kategorisierung, finden.

Besonders mit zunehmendem Alter förderte mehr Kaffee diese Fähigkeit, Gruppen zu bilden. Der größte Effekt dieser Art zeigte sich in der älteren Patientengruppe, deren Alter über dem Durchschnitt lag. Bei diesen Menschen waren auch sämtliche anderen förderlichen Effekte des höheren Kaffeekonsums ausgeprägt.

Vergleichbares zeigte sich auch mit dem bildgebenden Verfahren: mehr Kaffee stand in höherem Alter in Zusammenhang mit einem größeren Volumen der grauen Substanz.

Mehr Kaffee machte die kleinen grauen Zellen älterer Patienten größer und fitter

Fazit: die Untersuchung fand, dass der Abbau der Denkleistung bei Patienten mit einer Diabeteserkrankung messbar mit höherem Kaffeekonsum abgemildert war. Dieser Zusammenhang konnte auch mit bildgebenden Verfahren im Gehirn nachgewiesen werden und machte sich besonders bei den älteren Teilnehmern bemerkbar: je mehr Kaffee sie tranken, desto größer war das Volumen der grauen Substanz im Gehirn. Eventuell trägt also Kaffee, zumindest bei älteren Patienten mit einer Diabeteserkrankung, zur Förderung der kleinen grauen Zellen im Gehirn bei. Dabei sollten aber mögliche [Nebenwirkungen des Koffeins](#) immer mit bedacht werden.

Referenzen:

West RK, Ravona-Springer R, Livny A, et al. Age Modulates the Association of Caffeine Intake With Cognition and With Gray Matter in Elderly Diabetics. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci*. 2018.
doi:<https://0-dx-doi-org.wam.leeds.ac.uk/10.1093/gerona/gly090>.