

Lichttherapie kann depressive Symptome bei Demenz bessern

Datum: 03.07.2023

Original Titel:

The Effects of Light Therapy for Depression in Dementia: A Systematic Review and Meta-Analysis

Kurz & fundiert

- Lichttherapie bei Depression: Auch bei Demenz?
- Systematischer Review mit Metaanalyse über 6 Studien
- 406 Personen mit Demenz und Depression
- Licht kann therapeutisch hilfreich sein
- Interventionen über 8 bis 12 Wochen optimal

MedWiss - Eine systematische Recherche und Metaanalyse über 6 Studien mit zusammen 406 Patienten zeigte, dass Lichtinterventionen zu einer Linderung depressiver Symptome bei Demenzpatienten wirksam beitragen können. Besonders Interventionen über 2 - 3 Monate erschienen effektiv.

Depression ist ein besonders häufiges Symptom bei Demenzpatienten. Ziel der vorliegenden Metaanalyse war es, die Wirksamkeit von Lichttherapie bei Depression in Zusammenhang mit Demenz zu ermitteln.

Lichttherapie bei Depression: Auch bei Demenz vorteilhaft?

Die Wissenschaftler führten eine systematische Recherche in den medizin-wissenschaftlichen Datenbanken Web of Science, PubMed, Embase, CiNii, CNKI, Wanfang Database und China Biology Medicine durch und ermittelten randomisierte, kontrollierte Studien oder Querschnitts-kontrollierte Studien. Veröffentlichungen bis Februar 2022 und mit Verwendung der Demenz-spezifischen Depressionsskala Cornell Dementia Depression Scale (CSDD) wurden berücksichtigt.

Systematischer Review mit Metaanalyse über 6 Studien

Insgesamt konnten aus 1 055 Studien 6 Studien für die Metaanalyse identifiziert werden. Die Studien umfassten 406 Personen mit Demenzerkrankungen mit einem Altersdurchschnitt von über 80 Jahren. Die Analyse zeigte, dass Licht-Interventionen die depressiven Symptome dementer Patienten reduzierten (Mittelwertsdifferenz, MD: -2,59; 95 % Konfidenzintervall, KI: -4,46 - -0,71). Demnach waren Lichtintensitäten unter 1 000 Lux besonders dazu geeignet, die Symptome zu lindern (MD: -2,76; 95 % KI: -4,55 - -0,97). Zum Vergleich: Das Umgebungs-Tageslicht kann etwa 10 000 - 25 000 Lux liefern, der Vollmond etwa 1 Lux. Interventionen über 8 bis 12 Wochen waren in dieser Analyse am wirksamsten (MD: -3,77; 95 % KI: -6,93 - -0,60).

Lichttherapie über mehrere Wochen kann auch bei Demenz depressive Symptome lindern

Die Autoren schließen, dass Lichtinterventionen demnach für Demenzpatienten mit Depression eine vielversprechende Strategie zur Linderung depressiver Symptome darstellen können.

Referenzen:

Qu Y, Zhuang L, Zhang H, Liu C, Wang X. The Effects of Light Therapy for Depression in Dementia: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Alzheimers Dis.* 2023 May 5. doi: 10.3233/JAD-221204. Epub ahead of print. PMID: 37182876.