

Wenig bekannter Zusammenhang: Schlafapnoe-Behandlung kann Demenzrisiko minimieren

Es ist schon länger bekannt, dass der Schlaf eine wichtige Funktion in der Gedächtnisbildung einnimmt. Eine aktuelle Untersuchung der Universität Kiel hat herausgefunden, dass bestimmte Merkmale im Schlaf, die für diese Gedächtnisbildung wahrscheinlich wichtig sind, bei Patienten mit Alzheimererkrankung verändert sind. Darüber hinaus gibt es weitere Untersuchungen, die zeigen, dass der Schlaf von Demenzpatienten auch schon vor dem Beginn der Krankheit gestört ist und Schlafstörungen ein Risikofaktor für das Entstehen von Alzheimer-Demenz sind, vor allem auch das Schlafapnoe-Syndrom.

Wer davon betroffen ist, hat nach einer großen Studie statistisch gesehen ein etwa 1,6-fach höheres Risiko an Demenz zu erkranken. Bekannt ist bereits, dass Menschen mit Alzheimer-Demenz unter bestimmten Schlafstörungen leiden, der Schlaf ist zum Beispiel kürzer und zerstückelter. Aber dass man durch eine präventive Behandlung der Schlafapnoe das Risiko wahrscheinlich minimieren kann, das ist eine wichtige und weitestgehend noch wenig bekannte Tatsache.

Den Grund dafür, dass gestörter Schlaf eine Demenz-Entstehung bedingt, kennt man noch nicht genau. Während des gesunden Schlafes erweitern sich die Räume zwischen den Nervenzellen im Gehirn und es können Giftstoffe ausgeschwemmt werden. Bei der Entstehung der Alzheimer-Erkrankung spielen schädliche Eiweißstoffe (beta-Amyloide) eine wichtige Rolle. Eine Vermutung ist es, dass diese nicht mehr so gut ausgeschwemmt werden können, wenn der Schlaf gestört ist.

Die Alzheimer-Demenz ist die häufigste Art der Demenz und die Diagnose nimmt seit Jahren zu. Sie ist verbunden mit einem hohen Leidensdruck einerseits und andererseits mit hohen volkswirtschaftlichen Kosten. „Es gibt viele Risikofaktoren und auch die Genetik spielt eine Rolle. Der Zusammenhang zwischen Schlafapnoe und Demenz ist ein Argument mehr, diese Schlafstörung in jedem Alter zu behandeln und somit auch das Risiko für eine Demenz weiter zu minimieren“, betont Prof. Robert Göder vom Zentrum für Integrative Psychiatrie der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel. Er war an der Untersuchung beteiligt und rät jedem Schlafapnoe-Patienten zu einer Behandlung, um damit alles, was möglich ist, zu tun, um das Risiko für eine schwerwiegende Erkrankung wie die Alzheimer-Demenz zu vermindern.

Robert Göder macht jedoch auch deutlich, dass selbstverständlich nicht jeder Schlafapnoe-Patient Demenz bekommen wird. „Aber wer sich bestmöglich gegen Demenz schützen möchte, der sollte eine diagnostizierte Schlafapnoe als zusätzlichen Risikofaktor in jedem Fall therapieren lassen“, rät Göder. Auf der 32. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM), die vom 14.-16. November 2024 in der Messe Essen stattfindet, hält er dazu einen Vortrag mit dem Titel „Alzheimer-Demenz: Zusammenhänge zwischen Gedächtnisverminderungen und Schlafveränderungen“.

Online-Pressekonferenz der DGSM

Medienschaffende sind herzlich eingeladen, sich über aktuelle schlafmedizinische Themen zur Online-Pressekonferenz der DGSM am Montag, den 11. November 2024 von 10-11 Uhr zu informieren! Die Einladung dazu und weitere Pressemitteilungen finden Sie

unter <https://dgsm-kongress.de/allgemeine-informationen/presse>.