

Zusammenfassende Analyse mehrerer Studien findet: Mehr Vitamin D, geringeres Demenzrisiko

Datum: 24.12.2018

Original Titel:

25-Hydroxyvitamin D Levels and the Risk of Dementia and Alzheimer's Disease: A Dose-Response Meta-Analysis.

MedWiss - Eine übergreifende Analyse mehrerer Studien mit fast 30000 Teilnehmern fand einen deutlichen Zusammenhang zwischen dem Vitamin-D-Gehalt des Blutes und dem Risiko einer Demenzerkrankung bzw. speziell der Alzheimererkrankung. Je mehr Vitamin D im Blut war, desto seltener litten die Studienteilnehmer unter einer Demenz.

Vorherige große Studien zum Einfluss des Vitamin-D-Blutspiegels auf das Risiko für eine Demenz- bzw. Alzheimererkrankung hatten uneinheitliche Ergebnisse. Um mehr Klarheit zu diesem Thema zu gewinnen, führten chinesische Forscher nun eine sogenannte Dosis-Wirkungsanalyse durch, indem sie frühere Kohortenstudien zu einer übergreifenden Metaanalyse zusammenfassten.

Frühere Studien zu Vitamin D und Demenzrisiko mit uneinheitlichem Ergebnis

Die Wissenschaftler durchsuchten dazu die medizinwissenschaftlichen Datenbanken Pubmed, Embase, Cochrane und *Web of Science* nach relevanten Studien. Kohortenstudien zum Zusammenhang zwischen dem Blutgehalt an Vitamin D (25-Hydroxyvitamin D) und einer Demenz- oder Alzheimererkrankung wurden eingeschlossen. Die Ergebnisse der Studien wurden zusammengefasst und daraus ermittelt, in welchem Verhältnis zunehmende Vitamin-D-Blutspiegel mit dem Erkrankungsrisiko für eine Demenz standen.

Zusammenfassende Analyse mehrere Studien: wie wirkt sich mehr Vitamin D aus?

10 Kohortenstudie mit insgesamt 28640 Teilnehmern wurden erfasst. Aus diesen Daten zeigte sich ein messbarer Zusammenhang zwischen Vitamin D und Demenz: je weniger Vitamin D im Blut vorlag, desto höher war das Demenzrisiko. Die Wissenschaftler errechneten aus sieben dieser Untersuchungen, dass eine Steigerung des Blutspiegels an Vitamin D um 10 nmol/l zu einem um 5 % gesenkten Demenzrisiko führte. Das Risiko speziell für die Alzheimererkrankung sank rechnerisch sogar um 7 % mit dem kleinen Anstieg an Vitamin D im Blut.

Jedes Mehr an Vitamin D im Blut senkt das Demenz- und Alzheimerisiko

Zusammenfassend konnte die übergreifende Analyse mehrerer Studien mit fast 30000 Teilnehmern einen deutlichen Zusammenhang zwischen Vitamin-D-Gehalt des Blutes und dem Risiko einer Demenzerkrankung bzw. speziell der Alzheimererkrankung zeigen. Je mehr Vitamin D im Blut war, desto seltener litten die Studienteilnehmer unter einer Demenz. Unklar ist allerdings, wie viele der Teilnehmer an einem klaren Mangel an Vitamin D litten.

Referenzen:

Chen H, Xue W, Li J, et al. 25-Hydroxyvitamin D Levels and the Risk of Dementia and Alzheimer's Disease: A Dose-Response Meta-Analysis. *Front Aging Neurosci.* 2018;10. doi:10.3389/fnagi.2018.00368.