

TELEPOLIS

Übergewicht senkt Demenzrisiko

Peter Mühlbauer 10.04.2015

Über die Ursache des Zusammenhangs wird spekuliert

Einer in der Fachzeitschrift *Lancet Diabetes & Endocrinology* [1] veröffentlichten neuen Datenanalyse zufolge haben übergewichtige Menschen ein geringeres Risiko, an Demenz zu erkranken. Bei Adipösen liegt es um 24 Prozent unter dem Durchschnitt, bei nicht adipös Übergewichtigen ist es um 18 Prozent niedriger. Untergewicht erhöht dagegen die Wahrscheinlichkeit, krankhaft vergesslich zu werden, um mindestens 39 Prozent.

Das Ergebnis überraschte die Forscher, weil bisherige Studien einen umgekehrten Zusammenhang zu suggerieren schienen: Diese vorangegangenen Studien hatten aber bei weitem nicht den Umfang der jetzt veröffentlichten Untersuchung, für die 20 Jahren lang Gewichts- und Gesundheitsdaten von 1.958.191 durchschnittlich 55 Jahre alten Briten erhoben wurden.



Demenzvorsorge?

Darüber, wie Übergewicht das Demenzrisiko senkt, wird bislang nur spekuliert: einige Forscher glauben, dass ein Mangel an D- und E-Vitaminen Demenz begünstigt. Mit diesen in fettem Fisch, Milch, Eiern und Pflanzenöl vorkommenden Vitaminen sind Übergewichtige möglicherweise besser versorgt. Dass Demente schon sehr lange vor der Diagnose anfangen, Mahlzeiten zu vergessen (und dadurch abnehmen), halten auf Demenz spezialisierte Mediziner dagegen für ausgeschlossen, weil solche Erscheinungen erst im fortgeschrittenen Stadium der Krankheit auftreten.

Aber auch ohne Kenntnis der konkreten Zusammenhänge stellen die Ergebnisse den im letzten Jahr bekannt gewordenen Plan infrage, die Briten mit Demenzrisikotests zu einer Änderung ihrer Lebensgewohnheiten zu bewegen (vgl. Vorsorgetest für Demenzrisiko [2]). In diese Berechnungen sollte unter anderem das Übergewicht einfließen - und zwar als Faktor, der das Risiko erhöht.

Nawab Qizilbash^[3], der Leiter der Studie, warnt jedoch auch davor, aufgrund der jetzt festgestellten Korrelation absichtlich zuzunehmen, weil Übergewicht (nach bisherigem Forschungsstand) zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen^[4] beitragen kann. Wer das in Kauf nimmt und einen schnellen Herzinfarkt oder Schlaganfall einem jahrelangen Dahinsiechen in zunehmender Umnachtung bewusst vorzieht, der geht ein Risiko ein: Führt ein Herzinfarkt oder Schlaganfall nämlich nicht gleich zum Tod, sondern nur zu einer dauerhaften und gravierenden Schädigung des Gehirns, dann droht ebenfalls die Pflegebedürftigkeit.

Anhang

Links

- [1] [http://www.thelancet.com/journals/landia/article/PIIS2213-8587\(15\)00033-9/abstract](http://www.thelancet.com/journals/landia/article/PIIS2213-8587(15)00033-9/abstract)
- [2] <http://www.heise.de/tp/artikel/43/43238/>
- [3] <http://www.bbc.com/news/health-32233571>
- [4] <http://www.kardionet.de/herz-kreislauf-erkrankungen>

Artikel URL: <http://www.heise.de/tp/artikel/44/44619/>
Copyright © Telepolis, Heise Zeitschriften Verlag