Gang und Händedruck lassen auf Demenzrisiko schließen

Langsamer Gang und schwacher Händedruck weisen nicht nur auf einen allgemein reduzierten Gesundheitszustand, sondern speziell auf ein höheres Demenz- und Schlaganfallrisiko hin.

Für ihre Studie des Zusammenhangs zwischen der körperlichen Fitness und klinischen bzw. subklinischen Hirnerkrankungen hat eine Forschergruppe um die Neurologin Erica Camargo, Boston University, auf die Daten von mehr als 2.000 Probanden der Framingham-Offspring-Studie im mittleren Alter von 62 Jahren zurückgegriffen. Diese hatten sich zwischen 1999 und 2005 umfangreichen Untersuchungen einschließlich kognitiver Tests und MRT unterzogen. In elf Jahre Nachbeobachtungszeit wurden alle Fälle von Demenz und Schlaganfall festgehalten. Die Berechnungen von Camargo und Kollegen zeigten, dass pro Reduktion der Ganggeschwindigkeit um eine Standardabweichung das Demenzrisiko um 76% und das Risiko für die Alzheimerdemenz um 68% stieg. Bei den über 65-Jährigen lagen die Steigerungsraten bei 91% und 78%. Lag die Ganggeschwindigkeit bei maximal 1 m/s, war das Demenzrisiko allgemein fast dreimal so hoch wie bei den rascher marschierenden Probanden.

Für die Stärke des Händedrucks zeigte sich kein kontinuierlicher Zusammenhang. Lag die Stärke allerdings unter dem 10. Perzentil (für Frauen ≤ 15 kg, für Männer ≤ 30 kg), erhöhte sich das Demenz- bzw. Alzheimerisiko um den Faktor 2,2–3,2. Unklar war zunächst, ob es sich bei der Schwäche um Ursache oder Folge handelte. Daher wurden alle Probanden, die in den ersten drei Jahren des Follow-up eine Demenz entwickelten oder starben, in einer zweiten Phase der Kalkulationen von der Analyse ausgeschlossen. Danach erwies sich die Assoziation von Ganggeschwindigkeit und Demenzrisiko nicht mehr als signifikant. Die Griffstärke aber blieb aussagekräftig; das Risiko für Probanden mit schwachem Händedruck, neu an einer Demenz bzw. Alzheimerdemenz zu erkranken, lag drei- bis viermal höher. Für über 65-Jährige bedeutete eine geringe Handkraft auch ein erhöhtes Schlaganfallrisiko.

Niedrige Ganggeschwindigkeit und schwacher Händedruck waren zudem mit einem geringeren Hirnvolumen assoziiert. Außerdem fielen die Ergebnisse solcher Probanden bei Tests des visuellen Gedächtnisses, der Sprache, der exekutiven Funktionen und der visuellen Wahrnehmung schlechter aus. Langsamer Gang wies auf ein reduziertes verbales Gedächtnis, schwacher Händedruck auf verminderte Abstraktionsfähigkeit hin. Camargo und Mitarbeiter betonen, Ganggeschwindigkeit und Kraft der Hände seien einfach zu messen. „Entsprechende Tests könnten als klinische Marker für Struktur und Funktion des Gehirns dienen und so die Vorhersage des Demenzrisikos verbessern.“ (Dr. Robert Bublak)

Camargo EC et al. Association of Physical Function with Clinical and Subclinical Brain Disease: The Framingham Offspring Study. *J Alzheimers Dis* 2016; 53: 1597–1608

Hier steht eine Anzeige.