Rauchen fördert kognitiven Abbau – bei Männern

Erst nach zehn Jahren Abstinenz wieder auf Nichtraucherlevel

Fragestellung: Beschleunigt Rauchen den kognitiven Abbau bei Rauchern im Vergleich zu Nichtrauchern?

Hintergrund: Rauchen wird generell als ein Risikofaktor für die Entwicklung einer Demenz angesehen. Allerdings ging man bisher davon aus, dass die Bedeutung des Rauchens aufgrund der kürzeren Lebensspanne der Raucher unterschätzt sein könnte. Die Autoren untersuchten, ob Rauchen am Übergang vom mittleren zum höheren Lebensalter den kognitiven Abbau beschleunigt.

Patienten und Methodik: Die Autoren führten eine Kohortenstudie durch, bei der 1997 bis 1999 insgesamt 5.009 Männer und 2.137 Frauen im mittleren Alter von 56 Jahren (Spanne 44 bis 69 Jahre) kognitiv getestet wurden. Die fünf Tests (Gedächtnis, Vokabular sowie drei Tests zu exekutiven Funktionen; zusammengefasst zu einem kognitiven Gesamtpunktwert) wurden in den Jahren 2002 bis 2004 sowie 2007 bis 2009 wiederholt. Der Raucherstatus wurde über die gesamte Studiendauer subjektiv erfasst. Statistisch wurde untersucht, wie Raucherstatus und kognitiver Abbau assoziiert sind. Demenzpatienten wurden nicht ausgeschlossen.

Ergebnisse: Während bei Frauen der kognitive Abbau in keiner Weise mit dem Raucherstatus assoziiert war, zeigten sich bei Männern folgende Zusammenhänge: Gegenwärtige Raucher zeigten einen schnelleren kognitiven Abbau als Männer, die niemals geraucht hatten. Dabei lag der mittlere Unterschied im kognitiven Gesamtpunktwert bei $-0,09$ und bei den exekutiven Leistungen bei $-0,11$.

Männer, die erst kürzlich zu rauchen aufgehört hatten, zeigten in den exekutiven Tests ebenfalls eine schlechtere Testleistung als Nichtraucher ($-0,08$). Nur die Männer, die für mindestens zehn Jahre mit dem Rauchen aufgehört hatten, zeigten gleiche Testleistungen wie die Nichtraucher. Bei Berücksichtigung von Dropouts und Todesfällen waren die Effekte etwa 1,2- bis 1,5-fach stärker. Ausbildungsstatus und ApoE4-Genotyp beeinflussten die Assoziation zwischen kognitivem Abbau und Raucherstatus nicht. Der Effekt des Rauchens war bei älteren Personen eher geringer als bei jüngeren. Wenn Rauchen über die Anzahl der Jahre an gerauchten Packungen erfasst wurde, zeigte sich eine Dosisabhängigkeit des Effekts.

Schlussfolgerungen: Rauchen fördert im Übergang vom mittleren zum höheren Lebensalter den kognitiven Abbau. Erst nach mindestens zehnjähriger Abstinenz erreichen Raucher wieder das kognitive Niveau von Nichtrauchern.

Sabia S, Elbaz A, Dugravot A et al. Impact of smoking on cognitive decline in early old age. Arch Gen Psychiatry 2012; Epub ahead of print

© VR Photo / shutterstock.com

Zug um Zug in den kognitiven Abbau.

Kommentar: Basierend auf der bisherigen Datenlage war der Zusammenhang zwischen Rauchen und kognitivem Abbau widersprüchlich. Mit dieser methodisch anspruchsvollen Studie konnte der Zusammenhang erhärtet werden. Allerdings hat die Studie einige Einschränkungen: Es wurden nur Personen höherer sozialer Schichten untersucht, sodass eine Allgemeingültigkeit für die Gesamtbevölkerung nicht angenommen werden kann; der Raucherstatus beruhte auf subjektiven Angaben, sodass Unterschätzungen wahrscheinlich sind; und Demenzfälle wurden diagnostisch nicht erfasst (allerdings zeigten sich bei der Untersuchung nur der Probanden mit 24 oder mehr Punkten auf dem MMST keine Unterschiede). Dass sich bei Frauen keine Assoziation zeigte, könnte an sekundären Effekten liegen:

Männer haben mehr geraucht als Frauen und auch mehr Alkohol konsumiert. Über die Mechanismen, wie Rauchen den kognitiven Abbau fördert, kann man nur spekulieren: Am ehesten sind vaskuläre Mechanismen denkbar, da Rauchen einen wichtigen vaskulären Risikofaktor darstellt. Die Assoziation blieb auch bestehen, wenn für andere kardiale Risikofaktoren kontrolliert wurde. Denkbar ist auch, dass der kognitive Abbau eine Folge der gestörten Lungenfunktion von Rauchern mit eingeschränkter Sauerstoffzufuhr für das Gehirn darstellt. Wie auch immer: Wer langfristig körperlich und geistig fit bleiben will, sollte so bald wie möglich mit dem Rauchen aufhören – aber das haben wir irgendwie auch vorher schon gewusst ...

Klaus Lieb, Mainz