Weiße Substanz nimmt Schaden.

© M. Filippov/fotolia.com

KOGNITIVE DEFIZITE

Kopfeinsatz beim Sport rächt sich im Alter

— Wer seinen Schädel beim Sport häufig als Rammbock benutzt, muss später mit kognitiven Defiziten und Depressionen rechnen. Ursache dafür ist offenbar eine beschleunigte Neurodegeneration.

Der Football-Spieler Dave Duerson ist ein besonders tragisches Beispiel für die

Folgen von exzessivem Kopfeinsatz bei rauen Sportarten: Der ehemalige US-Nationalliga-Profi erkrankte an einer chronisch traumatischen Enzephalopathie und erschoss sich vor knapp einem Jahr in seiner Villa in Miami. Zuvor schickte er seinen Angehörigen noch die Nachricht, dass er sein Gehirn

Wissenschaftlern zur Erforschung dieser Erkrankung zur Verfügung stellen will.

Dass dies auch mit noch lebenden Gehirnen klappt, haben nun Forscher um Dr. John Hart, Dallas, gezeigt. Sie unterzogen 34 ehemalige Football-Nationalspieler, inzwischen im Rentenalter, neuropsychiatrischen Tests und bildgebenden Verfahren. Die Ergebnisse der Bildgebung verglichen sie anschließend mit Daten von 20 gleich alten kognitiv gesunden Männern, die kein Football gespielt und keinerlei Gehirnerschütterungen erlitten hatten.

Die Football-Profis hatten im Mittel vier Gehirnerschütterungen erlitten. Die neuropsychiatrischen Untersuchungen ergaben bei vier (12%) der Ex-Spieler ein Defizit in einem der untersuchten kognitiven Bereiche, acht

(23,5%) zeigten erste kognitive Einschränkungen (Mild Cognitive Impairment, MCI) und zwei (6%) hatten eine manifeste Demenz. Nur 20 (58%) waren kognitiv unauffällig. Überraschenderweise war auch jeder Vierte depressiv, drei hatten Depressionen und zugleich kognitive Defizite.

Die Störungen korrelierten mit Auffälligkeiten in Hirnregionen, die für Gedächtnis sowie Wortfindung und -verarbeitung nötig sind. So zeigten sich bei der Diffusions-Tensor-Bildgebung (DTI) mikrostrukturelle Schäden der Weißen Substanz im bestimmten frontalen und parietalen Kortexarealen sowie im linken Temporallappen.

THOMAS MÜLLER ■

■ Hart J et al. JAMA Neurol. 2013; Epub 7.1.2013, doi:10.1001/2013.jamaneurol.340.

STUDIE MIT HOCHBETAGTEN

Probleme beim Gehen? Dann ist das Demenzrisiko hoch

— Solange man im Alter von über 90 Jahren noch körperlich recht fit ist, muss man sich kaum vor einer Demenz fürchten. Das kann sich aber schnell ändern, wenn einem plötzlich das Gehen schwer fällt. Gibt es im hohen Alter einen Zusammenhang zwischen körperlichem und geistigem Abbau? Dieser Frage ging ein Team um Dr. Szofia Bullain von der Universität in Irvin in Kalifornien nach – und zwar bei Menschen im Alter von über 90 Jahren, die derzeit an der so genannten 90+-Studie teilnehmen. 629 dieser uralten Menschen konnten die Neurologen um Bullain für ihre Untersuchung gewinnen, das Durchschnittsalter lag bei 94 Jahren. Fast drei Viertel der Langzeitüberlebenden waren Frauen, ein Viertel hatte bereits eine Demenz.

Die Teilnehmer wurden gebeten, mehrere Übungen zu absolvieren. Wie sich herausstellte, stieg die Demenzrate linear mit der Gebrechlichkeit an. Am deutlichsten war dies bei der Vier-Meter-Gehstrecke zu erkennen: Bei Teilnehmern, die diese Strecke

überhaupt nicht mehr schafften, war die Demenzrate etwa um den Faktor 30 größer als bei denen im schnellsten Quartil, und bei Teilnehmern im langsamsten Quartil war die Rate immerhin noch um das Zwölfwache erhöht.

Körperlicher Verfall als Vorbote einer Demenz?

Aus den Daten lässt sich schließen, schreiben die Forscher, dass schon geringfügige körperliche Einschränkungen bei den Uralten mit einem drastisch erhöhten Demenzrisiko einhergehen

Eine Hypothese besagt, dass der physische Abbau zu körperlicher Inaktivität führt, was wiederum den kognitiven Abbau beschleunigt. So wird die Produktion neuroprotektiver Faktoren bei körperlicher Inaktivität gedrosselt. Demnach würde es sich lohnen, alles zu tun, um auch im hohen Alter noch bestmöglich körperlich fit zu bleiben und somit die Neurodegeneration zu bremsen.

MUT ■

■ Bullain SS et al. JAMA Neurol 2013; 70(1): 107–113.

Umfrage

Lieber früh sterben als Alzheimer bekommen

Wie eine Umfrage der Deutschen Krankenversicherung (DKV) bei knapp 2200 Personen unter 66 Jahren ergab, möchten 53% der Bundesbürger lieber früher sterben als mit Alzheimer leben. Während bei jungen Menschen unter 30 Jahren nur 47% angaben, mit Alzheimer nicht weiterleben zu wollen, sind es unter den über 45-Jährigen schon 59%. Nur ein Viertel der Befragten möchte auch mit Alzheimer länger leben, heißt es in einer Mitteilung der DKV.

„Alzheimerkranke, die eine gute Unterstützung durch Angehörige oder Pflegekräfte bekommen, können durchaus ein zufriedenes und oft auch glückliches Leben führen“, sagte Prof. Bernd Reuschenbach, Gerontologe und Pflegeforscher an der Katholischen Stiftungshochschule München. „Statt uns vor Alzheimer zu fürchten, sollten wir das Leben dieser Menschen so gut wie möglich gestalten und Angehörige und Pflegenden mit ihren Problemen nicht allein lassen.“

MUT ■

■ Pressemitteilung der DKV vom 17.1.2013