

Gedächtnisstörungen im Alter

Schützt Omega-3-Gabe zusätzlich zu einer Multidomänenintervention vor Demenz?

Fragestellung: Was bringt die Omega-3-Gabe zusätzlich zu einer Lifestyle-Intervention bei Gedächtnisstörungen im Alter?

Hintergrund: Bislang gibt es keine großen Interventionsstudien, die Lifestyle-Interventionen mit der Gabe spezifischer Ernährungssupplemente kombiniert haben, um kognitiver Verschlechterung im Alter vorzubeugen.

Andrieu S, Guyonnet S, Coley N et al; MAPT Study Group. Effect of long-term omega 3 polyunsaturated fatty acid supplementation with or without multidomain intervention on cognitive function in elderly adults with memory complaints (MAPT): A randomised, placebo-controlled trial. *Lancet Neurol* 2017; 16: 377–89

Patienten und Methodik: 1.680 über 70-Jährige mit nachlassender Gedächtnisleistung, Beeinträchtigung im Alltag oder langsamer Ganggeschwindigkeit wurden prospektiv in vier Gruppen randomisiert: drei Jahre Multidomänenintervention (43 Gruppensitzungen mit kognitivem und körperlichem Training,

Ernährungsberatung, drei Präventionsberatungen) plus Omega-3-Supplementation (800 mg DHA und 225 mg EPA pro Tag) oder plus Placebo, nur Omega-3-Gabe, nur Placebo. Die Supplementgabe erfolgte doppelblind, die Intervention naturgemäß nicht, wobei die Rater verblindet waren. Primärer Endpunkt war die Änderung der kognitiven Leistung.

Ergebnisse: Es ergab sich kein Unterschied im primären Endpunkt Gedächtnisleistung. In einer Post-hoc-Subgruppenanalyse zeigten sich allerdings Effekte der kombinierten Behandlung bei der Untergruppe mit dem höchsten Demenzrisiko (ApoE4-positiv, CDR [Clinical Dementia Rating] 0,5, positiver Amyloid-Scan). Zudem zeigte sich in der Subgruppe mit niedrigen Blutwerten von DHA und EPA eine raschere Progredienz.

Schlussfolgerungen: Lifestyle-Intervention und ungesättigte Fettsäuren, allein oder in Kombination, hatten keinen Effekt auf eine kognitive Verschlechterung bei über 70-Jährigen mit Gedächtnisbeschwerden.

– **Kommentar** von Christine von Arnim, Ulm

Lebensstilempfehlungen zur Demenzprävention bleiben schwierig

Zunehmend wird aus epidemiologischen Studien klar, dass der Lebensstil inklusive Ernährung einen Effekt auf das Demenzrisiko im Alter hat. Es stellt sich daher die Frage, wann und welche prospektive Intervention welchen Effekt hat. In den letzten Jahren haben sich mehrere größere europäische Studien diesen Fragen in einem „Real-life-Setting“ gestellt. Die finnische FINGER-Studie wies positive Effekte auf die kognitive Leistungsfähigkeit nach zwei Jahren mit einer Multidomänenintervention (hochfrequentes körperliches und geistiges Training, Ernährungsberatung und Einstellung kardiovaskulärer Risikofaktoren) aus. Die Stärke der vorliegenden MAPT-Studie ist ein lebensnahes Setting bei langer Interventionsdauer

und methodisch sauberem Vorgehen. Wie bei allen Studien mit Lifestyle-Intervention ist als selektiver Bias zu beachten, dass sich meist die Menschen, die größten Bedarf hätten, sich nicht für solche Studien interessieren. Dies spiegelt sich in einem Drittel der Teilnehmer mit Universitätsabschluss verglichen mit 22 % ohne Schulabschluss wider. Trotz aller Vorsicht bezüglich der Subgruppenanalyse ergibt sich hier doch der Hinweis, dass gerade die vulnerabelsten Patienten mit dem höchsten Demenzrisiko von der kombinierten Intervention profitieren. Das ist in einer Linie mit anderen Studien und den Empfehlungen der S3-Leitlinie Demenz 2016, die den Einsatz nicht medikamentöser Interventionen auch bei Demenz nochmal deutlich betonen. Bezüglich detaillierter Empfehlungen werden wir die Ergebnisse weiterer laufender Studien abwarten müssen.



Weitere Infos auf springermedizin.de

Ernährung bei Demenzerkrankungen

Im Verlauf einer Demenzerkrankung kommt es infolge der kognitiven Beeinträchtigungen früher oder später zu Ernährungsproblemen und Mangelernährung, die das Risiko für Begleiterkrankungen erhöhen und zum Fortschreiten der Demenzerkrankung beitragen. Diesen Artikel finden Sie, indem Sie den Titel in die Suche eingeben.



Prof. Dr. med. Christine von Arnim, Ulm

Chefärztin, Klinik für Neurogeriatrie und neurologische Rehabilitation, Universitäts- und Rehabilitationskliniken Ulm
E-Mail: christine.arnim@uni-ulm.de