

Vorteile bei höheren Werten

Triglyzerid-Paradoxon bei Hochbetagten

Die meisten Leitlinien raten zur Senkung des Triglyzeridspiegels in den Normbereich – unabhängig vom Patientenalter. Eine Studie legt jetzt nahe, dass diese Empfehlung möglicherweise revidiert werden sollte.

Um den Patienten vor kardiovaskulären Risiken zu schützen, soll eine Hyperlipidämie behandelt werden. Dass dieser Grundsatz nicht für alle Menschen gilt, hat sich bereits in früheren Studien angedeutet, in denen höhere Cholesterinkonzentrationen bei über 80-Jährigen für die funktionelle Leistungsfähigkeit und Lebensdauer vorteilhaft waren. Ob ähnliche Zusammenhänge auch für Triglyzeride gelten, haben Yue-Bin Lv vom National Institut of Environmental Health in Peking und Kollegen jetzt im Rahmen einer prospektiven Kohortenstudie bei 930 Chinesen untersucht. Im Durchschnitt waren die Probanden 94 Jahre alt.

Innerhalb der Beobachtungsdauer von fünf Jahren schritten der kognitive Ab-

bau der Teilnehmer im Durchschnitt um 29%, die Funktionsfähigkeit um 45% und die Gebrechlichkeit um rund 14% fort. Bei Menschen mit höheren Triglyzeridspiegeln ergaben sich allerdings deutliche Verzögerungen: Die Autoren, errechneten, dass sich die o. g. Parameter nach Berücksichtigung aller Störfaktoren mit jedem Anstieg der Serumtriglyzeride um 1 mmol/l um rund 20% weniger verschlechterten.

Geringere Sterblichkeit bei höheren Triglyzeridwerten

Zudem ging jedes mmol/l Zuwachs mit einer Verringerung der 5-Jahres-Gesamt mortalität um 21% einher. Demgegenüber waren Triglyzeridkonzentrationen unter 2,26 mmol/l im Vergleich zu

höheren Werten mit einem um 72% gesteigerten Mortalitätsrisiko assoziiert.

Das in dieser Studie deutlich gewordene Paradoxon zeige die Notwendigkeit, bei alten Menschen den Grundsatz „je niedriger, desto besser“ zu überdenken, schreiben die Studienautoren. Eine Therapie mit Lipidsenkern bei über 80-Jährigen müsse gut abgewogen werden und bringe ggf. wenig bis keinen Nutzen. Um Empfehlungen für diese Altersgruppe geben zu können, sei allerdings zunächst eine randomisierte placebokontrollierte Studie erforderlich.

Höhere Blutfettwerte scheinen im Alter vorteilhaft zu sein.

Lv Y et al. J Am Geriatr Soc. online 10 Jan. 2019
<https://doi.org/10.1111/jgs.15733>

Schlechte Schlafqualität

Schlafstörungen erhöhen bei Senioren das Risiko für kognitive Einbußen

Bei Älteren sind Schlafstörungen, gemessen mithilfe der Aktigrafie, nach fünf Jahren mit einer Verschlechterung der kognitiven Fähigkeiten assoziiert.

In einer Studie zum Einfluss von Schlafstörungen auf die Kognition bei älteren Menschen untersuchten US-Ärzte den Zusammenhang zwischen objektiven Daten der Aktigrafie sowie Patientenangaben zum Schlafverhalten und den kognitiven Fähigkeiten. Außerdem analysierten sie die Assoziation zwischen dem Schlafverhalten und der Abnahme kognitiver Fähigkeiten fünf Jahre nach Studienbeginn.

V. Eloesa McSorley von der Universität von Chicago und ihre Kollegen stützten sich für ihre Analyse auf Daten der Sleep Study of the National Social Life, Health, and Aging Project (NSHAP). In

der Studie wurden 1.117 Probanden zwischen 63 und 90 Jahren gebeten, über 72 Stunden Aktigrafen zu tragen und ein Schlaftagebuch zu führen. Die kognitiven Fähigkeiten wurden mithilfe des Tests „Montreal Cognitive Assessment adapted for survey administration“ (MoCA-SA) überprüft. Der Ausgangspunktswert lag bei 14,1 von 20.

Assoziation mit nächtlichen Wachphasen

Wie McSorley und ihre Kollegen berichteten, waren Schlafunterbrechungen mit einem niedrigeren MoCA-SA-Score assoziiert. Nächtliche Wachphasen (WASO,

wake after sleep onset) als Zeichen für Schlafstörungen korrelierten am stärksten mit der Kognition. Die Zunahme um eine Standardabweichung (= 22,5 Minuten) im WASO entsprach den Berechnungen zufolge einer Verringerung des MoCA-SA-Scores um 0,59 Punkte.

Eine Assoziation zwischen der von den Teilnehmern berichteten Schlafdauer und dem MoCA-SA-Score wurde nicht festgestellt, weshalb die Ärzte den Nutzen solcher „self reports“ infrage stellen.

Eine gemessene Schlafdauer von weniger als sechs Stunden war mit einem höheren Risiko für das Nachlassen der kognitiven Fähigkeiten nach fünf Jahren assoziiert als eine Schlafdauer von sieben bis acht Stunden.

Mehrere mögliche Störfaktoren waren in der Berechnung berücksichtigt worden, etwa Alkoholgenuß, Schlafapnoe und Nickerchen am Tag.

McSorley VE et al. Am. J. Epidemiol, kwz037,
<https://doi.org/10.1093/aje/kwz037>