

## **Stärker als bisher gedacht erhöht Alkoholmissbrauch die Wahrscheinlichkeit für eine Demenzerkrankung**

Alkoholkonsum steigert in weit unterschätztem Maß das Risiko, an einer Demenz zu erkranken. Besonders deutlich ist dieser Zusammenhang für die Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung noch vor dem 65. Lebensjahr. Das berichten Mediziner als Ergebnis der bisher größten Studie zu diesem Thema im Fachblatt. Sie empfehlen gesundheitspolitische Maßnahmen, damit durch Alkoholmissbrauch gefährdete Menschen früher erkannt und behandelt werden können. Eingeschränkte Verfügbarkeit alkoholischer Getränke, erhöhte Steuern und Werbeverbote wären nach Ansicht der Autoren Möglichkeiten, das Demenzrisiko für die Bevölkerung zu senken und anderen alkoholbedingten Erkrankungen vorzubeugen.

„Die Befunde dieser nationalen Studie zeigen, dass das Ausmaß der durch Alkohol verursachten Demenzerkrankungen viel größer ist als bisher gedacht“, schreiben die Forscher. Durch Alkohol bewirkte Schäden der Hirnzellen, die eine Demenz begünstigen, ließen sich durch frühzeitige Vorsorgemaßnahmen verhindern, sagen die Forscher. Im Schnitt verkürze Alkoholmissbrauch die Lebenserwartung um mehr als 20 Jahre und eine Demenz sei dabei eine der Haupttodesursachen.

Die Forscher nutzten Krankenakten von mehr als 31 Millionen Männern und Frauen, die innerhalb von sechs Jahren in Krankenhäuser eingeliefert worden waren. Bei etwa 1,1 Millionen Patienten hatten die Ärzte eine Form der Demenz diagnostiziert, in 945.500 Fällen Alkoholmissbrauch. Ein starker Alkoholkonsum war mit einem 3,3-fach erhöhten Demenzrisiko verbunden. Besonders ausgeprägt zeigte sich dieser Zusammenhang für Demenzkranke, die jünger als 65 Jahre waren: Von diesen erwiesen sich 57 Prozent als alkoholkrank. Demnach könnte die Bedeutung des Alkoholmissbrauchs für das Demenzrisiko größer sein als so bekannte Faktoren wie Rauchen, Depressive Störungen und Bluthochdruck, schreiben die Mediziner. Unter den Demenzkranken insgesamt überwog der Anteil an Frauen. Doch die Gruppe der vor dem 65. Lebensjahr Erkrankten bestand zu Zweidrittel aus Männern. Da in dieser Studie nur die in Krankenhäusern diagnostizierten Fälle von Alkoholmissbrauch berücksichtigt wurden, könnte der Zusammenhang zwischen starkem Trinken und Demenz in Wirklichkeit noch enger sein, vermuten die Forscher.

Die Beziehung zwischen Alkoholkonsum und Demenzrisiko ist komplex, da zahlreiche zusätzliche Einflussfaktoren eine Rolle spielen. So gibt es mehrere Studien, nach denen ein geringer bis mäßiger Alkoholkonsum sogar mit besseren kognitiven Hirnfunktionen verbunden ist als völlige Abstinenz. So ist es derzeit nicht möglich anzugeben, welche täglich konsumierten Mengen an Alkohol unbedenklich sind. Eindeutig schädlich sind die Auswirkungen allerdings bei starkem Trinken, definiert als tägliche Aufnahme von mindestens 60 Gramm reinem Alkohol bei Männern und 40 Gramm bei Frauen. Das entspricht etwa 1,5 Liter Bier oder 0,6 Liter Wein für Männer und knapp ein Liter Bier oder 0,4 Liter Wein für Frauen. Solche Mengen an Alkohol kann der Stoffwechsel nicht mehr unschädlich machen, so dass Nervenzellen dauerhaft geschädigt werden. Zahlreiche weitere Wirkungen des Alkohols können das Demenzrisiko indirekt zusätzlich steigern.