Zeitschrift: Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

Herausgeber: Geriatrischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

Band: - (2002-2003)

Heft: 80

Rubrik: Altersmythos CXXII : Dement zu werden ist unbeeinflussbares Schicksal

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Siehe Rechtliche Hinweise.

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. Voir Informations légales.

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. See Legal notice.

Download PDF: 22.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

ALTERSMYTHOS CXXII

Dement zu werden ist unbeeinflussbares Schicksal.

Wirklichkeit

Geistige Aktivitäten (insbesondere zum Vergnügen schreiben und Puzzles machen) sowie körperliche Aktivitäten (insbesondere Hausarbeit und Tanzen) bei grossstädtischen Hochbetagten reduzieren die Wahrscheinlichkeit, dement zu werden.

Begründung

In der Bronx Ageing Study wurden 488 nicht demente über 75-jährige New Yorker Personen über ihre geistigen und körperlichen Aktivitäten befragt und 6 $\pm$ 4 Jahre nachkontrolliert. 127 Personen (= 26%) entwickelten eine Demenz. Das Demenz-Risiko wurde reduziert durch:

- Hohe geistige Aktivitäten auf 0.89 (95% 0.86-0.96). Am ausgeprägtesten trugen dazu bei: Schreiben zum Vergnügen (p=0.001) und Puzzles machen (p=0.003).
- Diese Risikoreduktion persistiert auch bei Ausschluss der Personen, die dement wurden innert 7 Jahren nach der Befragung, was unwahrscheinlich macht, dass wenig geistige Aktivitäten die Folge präsymptomatischer Demenz ist.
- Hohe körperliche Aktivitäten auf 0.79 (95% 0.94-0.99). Am ausgeprägtesten trugen dazu bei Haushaltarbeiten (p=0.01) und Tanzen (p=0.07).
- Diese rein epidemiologischen Korrelationen wurden durch die Ergebnisse der SIMA-Studie aus Nürnberg bestätigt (Randomisiert kontrollierte Interventions-Studie von 1 Jahr Fitnesstraining und Gedächtnistraining reduzieren Entwicklung von Demenzsymptomen während 5 Jahren).
- Es ist zu vermuten, dass in der Schweiz übliches häufiges Wandern und Spazieren von Betagten stärkere Effekte zeigt als die mässigen Effekte der körperlichen Grossstadtaktivitäten in New York.

J. Verghese et al: Influence of Mental and Physical Activities on the Risk of Dementia in the Elderly. Annals of Neurology 52 Suppl. 1, 29 and 31, 2002