

Bedre hjernesundhed knyttet til faldende demensrater

Kasper Jørgensen

Andelen af ældrebefolkningen i den vestlige verden, der udvikler demens, har været faldende gennem de seneste cirka 25 år. Forklaringen er muligvis, at ældre menneskers hjerner i samme periode er mindre præget af sygdom i blodkarrene end tidligere.



Den andel af ældrebefolkningen, der udvikler demens – den såkaldte incidensrate – har ifølge befolkningsundersøgelser fra blandt andet USA, England, Holland, Sverige og Danmark været faldende med cirka 13 % per årti gennem de seneste 20 til 30 år.

Det betyder ikke, at der nødvendigvis bliver færre ældre med demens, da ældrebefolkningen samtidigt vokser lidt hvert år. Men der er muligvis ved at ske en stabilisering.

Forklaringen på de faldende incidensrater for demens kendes ikke med sikkerhed, men en forskergruppe fra *Rush University Medical Centre* i Chicago har et godt bud: Ældre mennesker har fået et sundere blodkarsystem i hjernen end tidligere.

Obduktion af 1.500 hjerner



Forskergruppen gennemgik data fra obduktion af mere end 1.500 hjerner fra afdøde, ældre mennesker med fokus på forekomsten af forskellige typer af sygdomsforandringer, der kan medføre demens.

Det drejer sig om amyloide plaques, neurofibrillære tangles, Lewy-legemer, TDP-43-ophobninger, infarkter (blodproppfølger) i hjernevævet samt sværhedsgraden af skader på hjernens blodkar i form af aterosklerose og arteriosklerose (åreforkalkning).

Deltagerne fra de to befolkningsundersøgelser *the Religious Orders Study* og *Rush Memory and Aging Project* var født i perioden 1905 til 1930 og afgået ved døden i perioden 1997 til 2022.

På baggrund af deres fødselsår blev deltagerne opdelt i fire lige store grupper – såkaldte fødselskohorter: 1905-1914, 1915-1919, 1920-1924 og 1925-1930. Gennemsnitsalderen på død tidspunktet var omkring 90 år.

Forskerne sammenlignede forekomsten af de forskellige typer sygdomsforandringer i hjernen (standardiseret efter alder på død tidspunktet) på tværs af de fire fødselskohorter.

En sammenligning mellem den yngste og den ældste fødselskohorte viste ingen forskelle i amyloide plaques eller andre typer Alzheimerforandringer i hjernen. Forekomsten af alzheimerdiagnoser stillet post mortem lå stabilt mellem 64 og 68 % i de fire fødselskohorter. Også forekomsten af Lewy-legemer og TDP-43-ophobninger forblev den samme på tværs af fødselskohorterne.

Til gengæld faldt forekomsten af atero- og arteriosklerose markant blandt deltagere i de senere fødselskohorter. Omkring halvdelen af dem, der var født i perioden 1905-1914, havde moderat til svær åreforkalkning, hvilket kun sås hos 22 % af deltagerne født i perioden 1925-1930.

Modstandsdygtige hjerner

Ifølge forskerne er der en mulig sammenhæng mellem den faldende forekomst af sygdom i hjernens blodkar og de faldende incidensrater for demens.

De fire fødselskohorter er desuden karakteriseret ved et stigende uddannelsesniveau med tiden, og det kan tænkes at kombinationen af bedre cerebrovaskulær sundhed og et højere uddannelsesniveau i de 'yngre' årgange resulterer i en større kognitiv reserve og bedre modstandsdygtighed (resiliens) overfor neurodegenerative forandringer i hjernen.

Som påpeget af demensforsker Chengxuan Qiu fra *Karolinska Institutet* i Stockholm (ifølge Alzforum) ser neurodegenerative forandringer i hjernen ud til at være bestemt af alder, hvorimod cerebrovaskulær patologi kan mindskes ved at reducere risikofaktorer for hjertekarsygdomme.

Faldet i både incidensrater for demens og i cerebrovaskulær patologi kan være udtryk for, at vi i den vestlige verden er blevet bedre til at forebygge og behandle hjertekarsygdom og derved også blevet bedre til at forebygge demens.

Grodstein F, Leurgans SE, Capuano AW, Schneider JA, Bennett DA. Trends in Postmortem Neurodegenerative and Cerebrovascular Neuropathologies Over 25 Years. *JAMA Neurol.* 2023 [online ahead of print].

[PubMed](#)

Those Declining Dementia Rates? It's Not the Plaques and Tangles. *Alzforum* 25. Februar 2023

[Alzforum](#)



Oprettet: 03. marts 2023