

## Du lever kortere, hvis din tvillingsøster eller -bror har demens

Et nyt studie viser, at hvis ens tvillingsøster eller -bror har demens, så må man selv forvente en kortere restlevealder. Forklaringen er formentlig, at en given kombination af gener og miljø, der reducerer levetiden hos en tvilling med demens, også kan forkorte livet for deres tvillingsøskende uden demens.



Et nyt studie viser, at hvis ens tvillingsøster eller -bror har demens, så har man selv øget dødelighed og forkortet forventet restlevealder.

Amerikanske og svenske forskere har ved hjælp af data fra et stort svensk tvillingeregister undersøgt dødeligheden blandt tvillinger med og uden demens. Der er tale om et såkaldt case-kontrolstudie, hvor 987 ældre med demens, der alle udgjorde den ene tvilling i et tvillingepar, blev matchet på køn og alder med godt 2.900 ældre tvillinger uden demens. Tvillinger med demens viste sig at have omtrent dobbelt så høj dødelighed (hazard ratio 2,02) som ubeslægtede tvillinger uden demens.

Med øget dødelighed følger en kortere restlevetid. Gruppen af ældre tvillinger uden demens havde en gennemsnitlig restlevetid på 10,3 år, hvorimod matchede, ubeslægtede tvillinger med demens havde en gennemsnitlig restlevetid på kun 7,1 år svarende til 3,2 færre leveår. En demensdiagnose kan med andre ord siges at koste i gennemsnit godt tre leveår. Det svarer til, hvad man har fundet i tidligere studier af dødelighed ved demens.

## Samme tab af leveår

Da forskerne undersøgte tvillingepar, hvoraf kun den ene tvilling havde demens, dukkede et interessant mønster op. Enæggede tvillinger deler 100 % af deres genotype og udgør i den henseende en tro kopi af hinanden. I datasættet var der 90 enæggede (*monozygote*) tvillingepar, hvoraf den ene tvilling havde demens. I disse 90 tvillingepar havde begge tvillinger samme overdødelighed og tab af restlevetid.

Forskerne granskede endvidere 288 tveæggede (*dizygote*) tvillingepar, hvoraf den ene tvilling havde demens. Tveæggede tvillinger deler 50 % af deres genotype og er i genetisk forstand lige så forskellige som alle andre helsøskende. I disse 288 par havde tvillinger uden demens en gennemsnitlig restlevetid på 8 år, hvilket er ca. et år længere end deres tvilling med demens, men stadigvæk godt to år kortere end matchede, ubeslægtede tvillinger uden demens. Tveæggede tvillingesøskende var således også ramt af overdødelighed, men effekten var svagere end blandt de enæggede.

## Fælles gener og opvækstmiljø

Forklaringen på den påviste overdødelighed blandt personer, der har en tvillingebror eller -søster med demens, kendes ikke, men resultaterne tyder på, at demenssygdom ikke i sig selv udgør den eneste årsag til en forkortet levetid hos en person med demens. Ud over at dele 50 eller 100 % af deres arvemateriale deler de fleste tvillingepar også opvækstmiljø i form af bl.a. kost, skolegang, mulighed for fysisk aktivitet og eventuel eksponering for forurening.

Det kan tænkes, at en given kombination af gener og miljø, der øger risikoen for demens, også øger risikoen for andre helbredsproblemer og sygdomme, som forkorter levetiden. Begge tvillinger i et tvillingepar kan for eksempel udvikle hjertekarsygdom, som forkorter levetiden for dem begge, selvom sygdommen kun bidrager til demens hos den ene tvilling.

Man må som bekendt leve med de gener, som naturen har udstyret én med. Det er et grundlæggende vilkår. Men man har stadig en vis indflydelse på sin risiko for at udvikle demens via de valg, man løbende træffer med hensyn til livsstil, motions- og kostvaner. Så har man en tvillingebror eller -søster med demens, kan der være ekstra grund til at overveje, hvordan man selv kan mindske sin risiko for demens.

Jang JY, Beam CR, Karlsson IK, Pedersen NL, Gatz M. Dementia and mortality in older adults: A twin study. *Alzheimers Dement.* 2023 [Online ahead of print].

[PubMed](#)

Alzheimer's diagnosis signals risk of shortened lifespan in patient's siblings. *University of Southern California News*, 11. December 2023.

[PubMed](#)

Oprettet: 08. marts 2024