

Fald kan være forvarsel om Alzheimers sygdom

Kasper Jørgensen

Faldepisoder hos raske ældre uden tegn på kognitiv svækkelse kan udgøre et tidligt tegn på, at en demenssygdom er under opsejling. Faldepisoder er knyttet til biologiske markører for begyndende Alzheimers sygdom i form af ophobning af særlige proteinfragmenter i hjernen, forstyrrelser i hjernecellernes indbyrdes netværk og skrumpning af hjernevæv.



Fald udgør en hovedårsag til tilskadekomst blandt ældre mennesker. Ifølge danske opgørelser falder ca. hver tredje ældre (65+ år) mindst én gang årligt. Problemet er størst blandt de 80+ årige, hvor næsten halvdelen falder årligt. Usikker balance, svigtende muskelstyrke, høj alder og problemer med synet udgør velkendte risikofaktorer for fald, men ifølge et nyt studie fra [Washington University School of Medicine](https://www.washington.edu/news/2023/07/27/falls-as-early-indicator-of-alzheimers-disease/) i St. Louis kan fald også være en tidlig indikator på sygdomsforandringer i hjernen.

Lang præklinisk fase

Tidligere forskning har vist, at Alzheimers sygdom starter i hjernen årtier før glemsomhed og andre symptomer dukker op. Sygdommen starter, så vidt man ved, med dannelse af amyloide plaques mellem hjernecellerne efterfulgt af ophobning af tau inde i cellerne.



Efterhånden som neuronerne degenerer, begynder dele af hjernevævet at skrumpes og flere af de netværk, der forbinder forskellige områder af hjernen, går langsomt i forfald. Først når sygdomsforandringerne i hjernen er forholdsvis fremskredne, dukker de første symptomer på demens op og en klinisk Alzheimerdiagnose kan stilles.

Kognitivt raske deltagere

Forskerne fulgte 83 ældre personer igennem et år. Deltagerne blev ved studiets start vurderet som kognitivt intakte med en *Clinical Dementia Rating* score på 0. De blev udstyret med en slags kalenderdagbog, hvor de skulle notere, om de var faldet eller ej, og efterfølgende indsende resultaterne en gang om måneden i 12 måneder. Endvidere gennemgik de strukturel og funktionel MR-scanning af hjernen, samt PET-amyloid-scanning. Det viste sig, at 23 deltagere var positive for amyloid i hjernen, men uden at det gav anledning til kognitive symptomer.

Neurodegeneration

Tilstedeværelsen af amyloid i hjernen var ikke i sig selv associeret til faldrisiko, men deltagere, der både var amyloid-positive og havde svækkede neurale netværk, havde signifikant øget faldrisiko. Risikoen var især knyttet til svækkelse af såkaldte somatomotoriske netværk i hjernen, der modtager input fra sanserne og er involveret i kontrol af bevægelser. Også skrumpning (atrofi) af hjernestrukturen hippocampus var associeret med øget faldrisiko. Sammenfattende tyder resultaterne på, at faldepisoderne især finder sted i den sene fase af præklinisk Alzheimers sygdom, der er karakteriseret ved neurodegeneration.

Advarselstegn

Som forskerne selv gør opmærksom på, har det aktuelle studie nogle begrænsninger, der betyder at resultaterne bør læses med en vis forsigtighed. Deltagerantallet på 83 personer er forholdsvis beskedent, der var en overvægt af kvinder, og der er generelt behov for mere forskning i emnet.

Trods disse forbehold tyder resultaterne på, at man bør være opmærksom på eventuelle tegn på demens, når ældre personer falder. Som beskrevet i Sundhedsstyrelsens Nationale kliniske retningslinje for forebyggelse af fald fra 2018 kan risikoen i nogen grad mindskes ved hjælp af tiltag som simple forebyggende foranstaltninger i boligen, træning af muskelstyrke og balance samt gennemgang af medicinlisten.

BAGGRUND

[Keleman A, Wisch JK, Bollinger RM, Grant EA, Benzinger TL, Morris JC, et al. Falls Associate with Neurodegenerative Changes in ATN Framework of Alzheimer's Disease. J Alzheimers Dis. 2020;77\(2\):745-52](#)

[Older people with early, asymptomatic Alzheimers at risk of falls. News release, Washington University School of Medicine, 14. september 2020](#)

[National klinisk retningslinje for forebyggelse af fald. Sundhedsstyrelsen; 2018](#)

Oprettet: 18. november 2020