

Ursachen

Während Wissenschaftler einiges darüber wissen, welche Krankheitsprozesse im Gehirn bei Alzheimer-Patienten geschehen, kennen sie bisher nicht die Ursache der Krankheit. Allerdings konnten bisher bereits einige Risikofaktoren identifiziert werden, die die Wahrscheinlichkeit erhöhen, eine Alzheimer-Krankheit zu entwickeln:

1. Es gibt einige Faktoren, auf die man selbst keinen Einfluss hat. Das **Alter** ist der wichtigste Risikofaktor. Die Wahrscheinlichkeit, eine Alzheimer-Krankheit zu entwickeln, verdoppelt sich ungefähr alle 5 Jahre. **Frauen** haben häufiger die Krankheit. Es gibt auch einen **genetischen Faktor**, der zwar die Wahrscheinlichkeit einer Alzheimer-Krankheit erhöht, sie aber nicht garantiert. Es handelt sich um das Apolipoprotein-E-Gen (ApoE-Gen). Das ApoE-Gen kommt in 3 Varianten vor. Wenn eine davon (e4) vorhanden ist, steigt die Wahrscheinlichkeit, an Alzheimer zu erkranken.
2. Daneben gibt es einige Risikofaktoren, auf die wir einen Einfluss haben. Eine Gruppe von Risikofaktoren umfasst verschiedene Aspekte eines **aktiven und stimulierenden Lebensstils**. Personen, die viele mentale Aktivitäten (z. B. viel Lesen), körperliche Aktivitäten (z. B. Fahrradfahren, Joggen, Schwimmen) und soziale Aktivitäten (z. B. sich mit Freunden treffen) ausgeübt haben, entwickeln mit einer geringeren Wahrscheinlichkeit eine Alzheimer-Krankheit.
3. Eine weitere Gruppe von veränderlichen Risikofaktoren umfasst **vaskuläre Faktoren**. Die bekanntesten vaskulären Risikofaktoren sind Diabetes, Bluthochdruck, erhöhter Cholesterinspiegel und Übergewicht. Diese Gesundheitsprobleme haben auch einen Einfluss auf das Gehirn. Jeder sollte also daran interessiert sein, diese Probleme frühzeitig zu behandeln.