

Eduard Bierich

Dr.med.dent

Einflussfaktoren körperlicher Aktivität bei Patienten mit beginnender bis moderater Demenz

Promotionsfach: Innere Medizin

Doktorvater: Prof. Dr. phil. med. habil. Klaus Hauer

Körperlich inaktive oder wenig aktive ältere Menschen betrachten sich häufig anhand ihrer Selbstwahrnehmung als durchaus aktiv genug. Das dem in der Regel nicht so ist, offenbart eine große Bandbreite an Studien, welche einen Mangel an körperlicher Aktivität mit fortschreitendem Alter zeigen. Die Datenlage zu diesem Sachverhalt bei Personen mit demenzieller Erkrankung ist zwar wesentlich schwächer, deutet jedoch auf einen noch weitaus größeren Verlust an körperlicher Aktivität in diesem Kollektiv im Vergleich zu kognitiv intakten Gleichaltrigen hin. Hinzu kommen oftmals demenzassoziierte Veränderungen im Schlaf-Wach-Rhythmus und Verhaltensauffälligkeiten, die im Sinne einer Apathie häufig mit verminderter körperlicher Aktivität vergesellschaftet sind.

Die positiven Effekte körperlicher Aktivität auf die physische und mentale Gesundheit sind indes weithin bekannt. Auch gibt es Evidenz, dass ein hohes Maß an körperlicher Aktivität den Ausbruch einer demenziellen Erkrankung verzögern kann und das Demenzrisiko im Gesamten senkt. Die Kenntnis von Einflussfaktoren auf die körperliche Aktivität demenziell Erkrankter könnte folglich helfen, einem Verlust selbiger entgegenzuarbeiten und zudem ein besseres Verständnis dieses manifesten Symptombereiches demenzieller Erkrankung zu entwickeln.

Im Rahmen dieser Arbeit konnte auf bereits vorliegende Aktivitätsdaten eines Kollektives (n=122) älterer Menschen (Alter>65 Jahre) mit leichten bis mittelschweren Formen demenzieller Erkrankung zurückgegriffen werden. Die Daten zur körperlichen Aktivität der Probanden wurden dabei, im Gegensatz zum Großteil vergleichbarer Studien, zusätzlich zu Fragebögen und Interviews auch über objektive Messung mittels am Körper getragener

Aktivitätsmessgeräte (Physilog®-System) erhoben. Da sich eine möglichst exakte Abbildung körperlicher Aktivität bei Menschen mit demenzieller Erkrankung vor allem aufgrund von Einschränkungen des Erinnerungsvermögens oftmals schwierig gestaltet, bietet diese Vorgehensweise hier entscheidende Vorteile.

Bei den im Rahmen dieser Arbeit untersuchten Endpunkten körperlicher Aktivität (Gehen / Stehen / Aufstehen) handelt es sich um absolute motorische Schlüsselqualifikationen als Voraussetzung für nahezu alle Formen körperlicher Aktivität bei demenziell erkrankten Älteren. Beschränkt sich doch körperliche Aktivität bei Demenzkranken je nach Schweregrad der Erkrankung häufig nur noch auf mehr oder minder kurze Gehepisoden und Wechsel vom Sitzen zum Stehen und zurück. Andere Formen körperlicher Aktivität wie sportliche Freizeitaktivitäten rücken dabei nahezu vollständig in den Hintergrund, so dass eine möglichst exakte Abbildung grundlegender Aktivitätsmuster und eine bewusste Fokussierung der Untersuchung auf eben diese zielführend erscheint.

Bei den durchgeführten Untersuchungen ergaben sich für jeden der betrachteten Teilbereiche (demographisch / kognitiv / psychisch / funktionell-motorisch) Einflussfaktoren für diese Endpunkte. Somit scheinen sich körperliche Aktivität und Kognition bei demenzieller Erkrankung gegenseitig zu beeinflussen. Neben dem kognitiven Status konnten der BMI, das Alter, der Depressionsstatus und die Gehfähigkeit der Probanden im Rahmen dieser Arbeit als Einflussfaktoren für die körperliche Aktivität der Studienteilnehmer ermittelt werden. Einige der identifizierten Einflussfaktoren körperlicher Aktivität im untersuchten Kollektiv sind dabei beeinflussbar, wie beispielsweise der BMI, andere wie das Alter hingegen nicht.

Aufgrund der erzielten Varianzaufklärung müssen jedoch Schwächen im verwendeten Modell angenommen werden. Das im Rahmen dieser Arbeit verwendete Studienmodell bildet lediglich die körperliche Aktivität in einem kleinen Kollektiv mit beginnender bis mittelschwerer demenzieller Erkrankung ab. Dies schränkt die Übertragbarkeit der ermittelten Parameter auf die Grundgesamtheit deutlich ein. Wichtige verhaltensbasierte Aspekte körperlicher Aktivität scheinen zudem nicht erfasst worden zu sein. Denn die Frage der Motivation und des Interesses an körperlicher Aktivität in Verbindung mit

Beeinflussung aus dem sozialen Umfeld, scheint einen bisher unterschätzten Faktor darzustellen.

Nachfolgende Untersuchungen sollten hier ansetzen und zudem die Diskriminierung zwischen nächtlicher und täglicher Aktivität als weitere Größe einfließen lassen.