Ist Alzheimer weiblich? Warum Frauen häufiger an Alzheimer erkranken

Düsseldorf – **Frauen erkranken deutlich häufiger an Alzheimer als Männer. Rund zwei Drittel der 1,2 Millionen Alzheimer-Erkrankten sind weiblich. Lange ist man davon ausgegangen, dass die längere Lebenserwartung von Frauen der Grund ist, denn das Risiko an Alzheimer zu erkranken steigt mit zunehmendem Alter. Doch auch wenn man die höhere Lebensdauer herausrechnet, erkranken Frauen immer noch öfter an der häufigsten Form der Demenz. Heute geht man zunehmend davon aus, dass auch geschlechtsspezifische Unterschiede, besonders im Hormonhaushalt, dazu führen, dass Frauen häufiger von Alzheimer betroffen sind. Die genauen Zusammenhänge sind allerdings noch nicht abschließend erforscht. Anlässlich des Internationalen Weltfrauentages am 8. März informiert die gemeinnützige Alzheimer Forschung Initiative e.V. über die Hintergründe.**

Hormonhaushalt und Stoffwechsel von Frauen sind anders als bei Männern. Dass die weiblichen Sexualhormone, insbesondere Östrogene, die Reproduktionsfähigkeit von Frauen regeln, ist bekannt. Dass Östrogene aber auch eine wichtige Rolle für den Hirnstoffwechsel und damit für die kognitiven Prozesse im weiblichen Gehirn spielen, rückt erst langsam in den Fokus der Alzheimer-Forschung. Östrogene sind wichtig für den Schutz und den Energiestoffwechsel der Nervenzellen im Gehirn. Sie regulieren die Mitochondrien, die als Kraftwerke der Zellen für die nötige Energie sorgen und die Verknüpfung zwischen den Nervenzellen fördern. Außerdem trägt der Botenstoff zum Schutz und zur besseren Durchblutung der Nervenzellen bei und verhindert, dass sich die alzheimertypischen Amyloid-Plaques ablagern.

In den Wechseljahren ändert sich bei Frauen der Hormonhaushalt. Insbesondere die Östrogenproduktion ist stark rückläufig. Weil Östrogene nicht mehr ausreichend für die Energieversorgung und den Schutz der Nervenzellen sorgen, leiden manche Frauen kurzfristig unter Wechseljahresbeschwerden, die auch die Kognition betreffen können, zum Beispiel Gedächtnisprobleme, Vergesslichkeit und Verwirrtheit. Mittelfristig können diese hormonellen Veränderungen aber auch das Alzheimer-Risiko erhöhen. Das belegen in unterschiedliche Studien die Neurowissenschaftlerinnen Roberta Diaz Brinton, Direktorin des Center for Innovation in Brain Science an der University of Arizona und Lisa Mosconi, Leiterin der Women´s Brain Initiative und Direktorin der Alzheimer´s Prevention Clinic am Weill Medical College New York.

Wichtig in diesem Zusammenhang ist auch die Länge der Reproduktionsphase von Frauen. Frauen, die 21 bis 34 Jahre fruchtbar waren haben ein 26 Prozent höheres Demenzrisiko, als Frauen mit einer Reproduktionsphase von 39 bis 44 Jahren. Das deutet darauf hin, dass ein spätes Einsetzen der Menstruation oder eine frühe Menopause das Alzheimer-Risiko erhöhen. Zu diesem Schluss kommt eine Studie der US-Krankenversicherung Kaiser Permanente, die 2019 im Fachmagazin Neurology veröffentlicht wurde.

Ob eine Hormonersatztherapie das Alzheimer-Risiko senken kann, ist bislang noch umstritten. Studien weisen darauf hin, dass es darauf ankommt, ob die künstlichen Hormone im dafür geeigneten Zeitfenster eingenommen werden. Beginnt die Hormonersatztherapie zeitnah zum

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

Ausbleiben der Menstruation, scheint es einen positiven Effekt zu geben. Eine späte Hormontherapie kann das Alzheimer-Risiko gegebenenfalls sogar erhöhen. Bei einer Hormonersatztherapie wird der Hormonmangel, der durch die Wechseljahre entsteht, durch Medikamente künstlich ausgeglichen.

Zum höheren Erkrankungsrisiko von Frauen tragen außerdem weitere gesundheitliche Alzheimer-Risikofaktoren bei wie Depressionen, Diabetes, Fettleibigkeit, Schädel-Hirn-Traumata, Infektionen und chronische Entzündungen. Diese Erkrankungen erhöhen zwar auch das Risiko von Männern, an Alzheimer zu erkranken. Aber bei Frauen scheinen sich diese medizinischen Probleme stärker auf den kognitiven Verfall auszuwirken. Zu diesem Schluss kommt die Neurowissenschaftlerin Lisa Mosconi, die zu diesen besonderen Alzheimer-Risikofaktoren von Frauen viele Studien zusammengetragen und ausgewertet hat.

Seit einigen Jahren setzt sich immer mehr die Erkenntnis durch, dass in der Medizin zu einseitig Männer als Maßstab gesetzt wurden. Bei den meisten Studien waren die Probanden überwiegend männlich und die Ergebnisse wurden einfach auf Frauen übertragen. Das hat zur Folge, dass viele Therapien bei Frauen nicht so gut wirken oder stärkere Nebenwirkungen verursachen, als bei Männern. Seit einigen Jahren bezieht die sogenannte Gendermedizin diese geschlechtsspezifischen Unterschiede bei der Entstehung und Behandlung von Krankheiten mit ein. Ziel einer solchen geschlechtersensiblen Medizin ist es, eine bessere und passgenaue Behandlung für Frauen zu ermöglichen.

Weitere Informationen zur Alzheimer-Krankheit

Über die Alzheimer Forschung Initiative e.V.

Die Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) ist ein gemeinnütziger Verein, der das Spendenzertifikat des Deutschen Spendenrats e.V. trägt. Seit 1995 fördert die AFI mit Spendengeldern Forschungsprojekte engagierter Alzheimer-Forscher*innen und stellt kostenloses Informationsmaterial für die Öffentlichkeit bereit. Bis heute konnte die AFI 312 Forschungsaktivitäten mit über 12,2 Millionen Euro unterstützen und rund 880.000 Ratgeber und Broschüren verteilen. Interessierte und Betroffene können sich auf www.alzheimer-forschung.de fundiert über die Alzheimer-Krankheit informieren und Aufklärungsmaterial anfordern. Ebenso finden sich auf der Webseite Informationen zur Arbeit des Vereins und allen Spendenmöglichkeiten. Botschafterin der AFI ist die Journalistin und Sportmoderatorin Okka Gundel.

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“

Alle Rechte © DeutschesGesundheitsPortal.de/HealthCom