

## **Demenzgefahr: Bluthochdruck als größter Risikofaktor entlarvt!**

Erfahren Sie von Wissenschaftlern, welche fünf Risikofaktoren die Demenzgefahr erhöhen und wie Sie vorbeugen können.



**Fulda, Deutschland** - Weltweit leiden schätzungsweise etwa 50 Millionen Menschen an einer Demenz – eine Zahl, die der gesamten Bevölkerung Spaniens entspricht. Besonders alarmierend ist, dass in Deutschland zurzeit etwa 1,8 Millionen Menschen betroffen sind, und Prognosen zeigen, dass diese Zahl bis 2050 auf 2,8 Millionen ansteigen könnte. Wie die **Fuldaer Zeitung** berichtet, sind Bluthochdruck und andere sogenannte Risikofaktoren entscheidend für die Entstehung dieser gefürchteten Nervenkrankheit. Forscher haben herausgefunden, dass fast die Hälfte aller Demenzerkrankungen vermeidbar sein könnte.

# Risikofaktoren im Fokus

Die jüngste Studie der Lancet-Kommission hat neben den bereits bekannten Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Rauchen und Fettleibigkeit auch drei neue identifiziert: übermäßiger Alkoholkonsum, traumatische Hirnverletzungen und Luftverschmutzung. Insbesondere Bluthochdruck wurde als größter Risikofaktor hervorgehoben, mit einem Einfluss von bis zu 45 Prozent auf die Wahrscheinlichkeit, an Demenz zu erkranken. Diese Ergebnisse wurden durch die Analyse von 27 Studien über einen Zeitraum von 68 Jahren unterstützt. Wie die **Assmann-Stiftung** feststellt, können gezielte Präventionsmaßnahmen, wie die Überwachung des Blutdrucks und eine gesunde Lebensweise, den Verlauf der Erkrankung erheblich beeinflussen.

Die Bedeutung der kognitiven Gesundheit kann nicht genug betont werden. Prävention bleibt das Schlüsselwort: Ein gesunder Lebensstil mit ausreichend Bewegung, sozialer Interaktion und der Behandlung medizinischer Risiken wie hohen Blutdruck oder Cholesterinwerten kann das Demenzrisiko deutlich senken. Die Alzheimer Forschung Initiative betont, dass es nie zu früh oder zu spät für präventive Maßnahmen ist. Daher sollten insbesondere auf kardiovaskuläre Risikofaktoren geachtet werden, die sich direkt auf die Hirngesundheit auswirken.

Details	
<b>Vorfall</b>	Sonstiges
<b>Ursache</b>	Demenzrisikofaktoren
<b>Ort</b>	Fulda, Deutschland
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://nag-news.de">nag-news.de</a></li><li>• <a href="http://www.fuldaerzeitung.de">www.fuldaerzeitung.de</a></li><li>• <a href="http://www.assmann-stiftung.de">www.assmann-stiftung.de</a></li></ul>

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](http://die-nachrichten.at)**