



Nadużywa

nie alkoholu prowadzi do szeregu konsekwencji zdrowotnych. Jedną z nich jest demencja. Badacze nie mają wątpliwości, że ryzykowne spożywanie alkoholu jest ważnym czynnikiem ryzyka rozwoju demencji. Postanowili jednak przyjrzeć się temu w odniesieniu do płci - żaden wcześniejszy przegląd nie analizował płciowej zależności między alkoholem i demencją.

Demencja jako problem globalny

Szacuje się, że w 2019 roku na demencję cierpiało ponad 57 mln ludzi na całym świecie, a według przewidywań liczba przypadków niemal potroi się w ciągu najbliższych trzech dekad. Wraz ze wzrostem oczekiwanej długości życia [demencja](#) staje się jedną z najbardziej rozpowszechnionych i poważnych chorób wśród osób starszych. Badacze określili kilka modyfikowalnych czynników ryzyka, które - według obecnego stanu wiedzy i dostępnych danych - wyjaśniają około 40 proc. przypadków demencji. Te modyfikowalne czynniki ryzyka obejmują nadmierne spożywanie alkoholu (czyli tygodniowe wypijanie ponad 168 gramów czystego alkoholu).

Carolin Kilian, Sinja Klinger, Jürgen Rehm i Jakob Manthey zwrócili uwagę, że dostępne dane są zbyt ogólne i brakuje w nich podziału ze względu na płeć. Nie do końca jasna wydała im się również kwestia czynnika wieku.

Zespół badaczy nie ma wątpliwości, że zarówno spożywanie alkoholu, jak i ryzyko rozwoju demencji różnią się w zależności od płci, a dodatkowo wydaje się, że wiek również ma wpływ na związek między alkoholem a rozwojem demencji, ponieważ stwierdzono, że zaburzenie związane z używaniem alkoholu jest czynnikiem ryzyka w szczególności wczesnego wystąpienia demencji. Badacze wnioskują, że w przypadku osób, które mają więcej niż 65 lat, wpływ alkoholu może być maskowany przez rosnące ryzyko demencji i zgony spowodowane innymi czynnikami.

Alkohol, demencja i płeć

Zespół przeszukał bazy danych i wybrał te badania, w których wyniki rozpatrywano z podziałem na płeć, a także uznano w nich rozróżnienie między demencją o wczesnych i późnych początkach. Analizie poddano 3157 raportów, z których uwzględniono i podsumowano siedem. Ekspertki podkreślają, że problemy metodologiczne pozwoliły na ujawnienie jedynie fragmentarycznego obrazu sytuacji.

W trzech raportach stwierdzono ochronne działanie rzadkiego lub umiarkowanego spożycia alkoholu u mężczyzn, a w czterech badaniach dotyczyło to kobiet. Wysoki poziom spożycia alkoholu zwiększał natomiast ryzyko łagodnych zaburzeń poznawczych (MCI) i demencji u kobiet i mężczyzn. U osób z zaburzeniami związanymi ze spożywaniem alkoholu (AUD) wystąpiło wyższe ryzyko demencji. Oszacowano, że w wybranych 33 krajach europejskich, 2340 przypadków demencji u mężczyzn i 1196 przypadków u kobiet w wieku 45-64 lat można przypisać ryzykownemu spożywaniu alkoholu (dane z 2019 roku).

Oszacowanie udziału wpływu picia alkoholu w kontekście zachorowania na demencję wykazało, że 3,2 proc. i 7,8 proc. przypadków demencji, odpowiednio u kobiet i mężczyzn, można przypisać ryzykownemu spożywaniu alkoholu (co najmniej 24 g czystego alkoholu dziennie). W grupie wiekowej od 45 do 64 lat.

Badacze sugerują, że przeprowadzanie kolejnych analiz specyficznych dla płci jest niezbędne do odkrycia różnic w ryzyku rozwoju choroby, ale także do zdemaskowania mechanizmów chorobowych. Na tym etapie nie jest możliwe stwierdzenie, czy mężczyźni różnią się od kobiet w związku między spożywaniem alkoholu a rozwojem demencji. Autorzy raportu podkreślają jednak, że różnica ta jest „wysoko prawdopodobna, biorąc pod uwagę znaczne różnice w metabolizmie alkoholu w zależności od płci”.

Ryzykowne picie to większe ryzyko demencji

Mniejsze ryzyko zachorowania na demencję w przypadku spożywania alkoholu rzadko lub w umiarkowanych ilościach stwierdzono u mężczyzn (trzy badania) i kobiet (cztery badania). Ryzykowne używanie i zaburzenia związane z używaniem alkoholu zwiększały ryzyko łagodnych zaburzeń poznawczych i demencji, zwłaszcza otępienia o wczesnym początku. Niewiele wiadomo o tym, jak zmiany w spożyciu alkoholu (czyli np. abstynencja po latach picia ryzykownego) są związane z ryzykiem demencji. Odnotowano natomiast wyższe ryzyko demencji u osób z AUD.

Źródło:

„Alcohol use, dementia risk, and sex: a systematic review and assessment of alcohol-attributable dementia cases in Europe”, 2023