

Ensamhet och risken att drabbas av demenssjukdom – ett livstidsperspektiv

Annica Sjölander MD, PhD

annica.sjolander@gu.se

Syftet är att kartlägga förekomst av ensamhet hos äldre och studera sambandet mellan ensamhet och risken för att insjukna i demenssjukdom. I storskaliga populationsstudier av äldre kommer sambandet mellan ensamhet och demens studeras i relation till neurobiologiska processer i hjärnan. Genom att undersöka hur faktorer från olika tidsperioder i livet samverkar kan vi bättre identifiera de som riskerar att drabbas av sjukdom.

I takt med att världens befolkning blir äldre ökar förekomsten av demenssjukdomar exponentiellt. Alzheimers sjukdom är den vanligaste formen av demens och vad som orsakar sjukdomen är inte klarlagt. En rad riskfaktorer har identifierats varav den vanligaste riskfaktorn är hög ålder. Risken att drabbas ökar om sjukdomen finns i släkten. Ett flertal riskgener har studerats och den enda säkerställda riskgenen är ApoE4. Förutom etablerade riskfaktorer har social isolering och ensamhet föreslagits bidra till ökad risk för demens. Sociala relationer är viktiga för hälsa och välbefinnande senare i livet. Många äldre har ett lägre socialt deltagande än den övriga befolkningen. Dock finns det få studier som undersökt vilken betydelse social isolering och ensamhet har för risken att drabbas av demenssjukdom. Det har föreslagits att bristen på sociala interaktioner leder till minskad kognitiv stimulering, vilket i sin tur gör hjärnan mer sårbar för åldersrelaterade processer. Dessutom har ett samband mellan självrapporterad ensamhet och de typiska hjärnförändringar som ses vid Alzheimers sjukdom visats.

I projektet studeras befolkningsstudier av äldre i Göteborg med över 40 års uppföljning. Både longitudinella trender (förändring över tid hos individer) och sekulära trender (förändring av befolkning över tid) studeras. Vi ska undersöka om ensamhet och olika aspekter av social integration, bland annat civilstånd, antal nära relationer och social isolering, är associerade, både separat och i kombination, med risken för demenssjukdom.

Äldre utgör en majoritet av patienterna i hälso- och sjukvårdssystemet och demenssjukdomar är den störst bidragande orsaken till omfattande vård- och omsorgsbehov hos äldre. Ensamhet är en hälsorisk i klass med rökning och fetma och ökar risken för en mängd olika sjukdomar, däribland demens. Då nedbrytningen av nervceller i hjärnan börjar flera decennier innan debut av sjukdomssymptom är det av yttersta vikt att tidigt kunna identifiera de med risk att drabbas av demens. Föreliggande projekt kommer hjälpa oss att förstå hur faktorer från olika tidsperioder i livet samverkar och påverkar risken för demens senare i livet. Därmed kan vi få kunskap om hur vi kan arbeta förebyggande, till exempel genom att motverka ensamhet, i syfte att minska risken för demens och fördröja tiden till sjukdomsdebut.