

## Alkohol und Demenz

Dass Alkohol bei Erkrankungen mit Vorsicht zu genießen ist, ist allgemein bekannt. Aber wie verhält es sich genau mit Alkohol bei Demenzerkrankungen?



Geselliges Zusammensein ist in unserer Gesellschaft häufig mit dem Genuss von Alkohol verbunden.

### Alkohol als Risikofaktor

Rauchen, Diabetis mellitus und starkes Übergewicht sind Faktoren, die eine Alzheimererkrankung oder vaskuläre Demenz begünstigen. Inwieweit übermäßiger Alkoholkonsum das Demenzrisiko erhöht, ist anhand wissenschaftlicher Studien nicht eindeutig belegt.

Eine für Frankreich repräsentative Studie der Sorbonne Universität Paris von 2018 legt nahe, dass regelmäßiger starker Alkoholkonsum ein Risikofaktor für eine früh beginnende Demenz vor dem 65. Lebensjahr ist. In der Studie wiesen die unter 65-jährigen mit einer frühen Form der Demenz in mehr als 57 Prozent der Fälle ebenfalls ein Alkoholproblem oder eine Erkrankung in Folge ihres Alkoholkonsums auf.

### Alkohol bei einer vorhandenen Demenz

Der Konsum von Alkohol hat eine negative Wirkung auf die Hirnzellen, verschlechtert die Gedächtnisleistung und kann dazu führen, dass Situationen und Risiken nicht richtig eingeschätzt werden. Darum sollte bei einer vorhandenen Demenz grundsätzlich auf übermäßigen Alkoholkonsum verzichtet werden. Eine völlige Abstinenz ist empfehlenswert.

Manche Erkrankte mit einer beginnenden Demenz möchten gerade bei einer Feier oder einem geselligen Beisammensein nicht auf ein Glas Bier oder Wein verzichten. Ein erhöhter Alkoholkonsum oder gar ein Vollrausch sollten aber unbedingt vermieden werden. Wenn Sie Medikamente einnehmen ist es ebenfalls ratsam, vor dem Konsum von Alkohol Rücksprache mit dem\*der behandelnden Ärzt\*in zu halten, damit unerwünschte Nebenwirkungen ausbleiben und eine reduzierte Wirksamkeit der Medikamente ausgeschlossen werden kann.

Greifen Sie im Zweifelsfall am besten auf eine alkoholfreie Alternative zurück. Davon sind inzwischen einige auf dem Markt, die ihren alkoholhaltigen Verwandten in nichts nachstehen und in Feierygesellschaften zunehmend geschätzt sind.