

# Οι μεσήλικες με διαβήτη και υπέρταση κινδυνεύουν περισσότερο από άνοια στην τρίτη ηλικία

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Οι άνθρωποι μέσης ηλικίας που έχουν παράγοντες καρδιαγγειακού κινδύνου, όπως υπέρταση και διαβήτη ή είναι καπνιστές, εμφανίζουν μεγαλύτερη πιθανότητα να πάσχουν από άνοια, όταν φθάσουν στην τρίτη ηλικία, σύμφωνα με μια νέα αμερικανική επιστημονική έρευνα.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής την καθηγήτρια νευρολογίας Ρεβέκα Γκότσεμαν του Πανεπιστημίου Τζονς Χόπκινς της Βαλτιμόρης, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο αμερικανικό περιοδικό νευρολογίας «JAMA Neurology», ανέλυσαν στοιχεία για 15.744 άτομα μέσης ηλικίας (45 έως 64 ετών).

Στη διάρκεια μιας 25ετίας οι συμμετέχοντες παρακολουθούνταν για την υγεία τους και υποβάλλονταν σε περιοδικά νευρολογικά-νοητικά τεστ. Σε αυτό το διάστημα, 1.516 άνθρωποι διαγνώστηκαν με άνοια.

Διαπιστώθηκε ότι όσοι είχαν διαβήτη ή υπέρταση στη μέση ηλικία ή ήσαν καπνιστές, αντιμετώπιζαν μεγαλύτερο κίνδυνο για εμφάνιση άνοιας αργότερα στη ζωή τους.

Ο διαβήτης βρέθηκε να συνιστά σχεδόν εξίσου μεγάλο κίνδυνο άνοιας με την ύπαρξη του γονιδίου APOE4 στο DNA ενός ανθρώπου (το εν λόγω γονίδιο σχετίζεται με υψηλό κίνδυνο για νόσο Αλτσχάιμερ).

Ακόμη, το βεβαρημένο καρδιαγγειακό ιστορικό έχει μεγαλύτερη βαρύτητα για την πιθανότητα μελλοντικής άνοιας από ό,τι η ελλιπής μόρφωση (οι λιγότερο μορφωμένοι παθαίνουν άνοια συχνότερα από τους μορφωμένους).

«Η νέα μελέτη αναδεικνύει τη σημασία του έγκαιρου ελέγχου των παραγόντων καρδιακού κινδύνου, όπως η υπέρταση, σε μια προσπάθεια να αποτρέψουμε την άνοια όσο γερνάμε. Ό,τι είναι καλό για την καρδιά, είναι και για τον εγκέφαλο», δήλωσε ο Γουόλτερ Κόροσετς, διευθυντής του Εθνικού Ινστιτούτου Νευρολογικών Διαταραχών και Εγκεφαλικών των ΗΠΑ.

Οι ερευνητές τόνισαν ότι ο έλεγχος του διαβήτη και της υπέρτασης, καθώς και το κόψιμο του τσιγάρου, μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο άνοιας στην τρίτη ηλικία.

ΠΗΓΗ: ΑΠΕ-ΜΠΕ