

Globalt beräknas antalet personer 80 år och över tredubblas mellan 2019 och 2050. Då risken för att drabbas av demenssjukdom ökar exponentiellt med ålder förväntas även andelen med demenssjukdom öka trefaldigt. Andra riskfaktorer för demens är kopplat till hjärt-och kärlsjukdom. Studier har exempelvis visat på en fördubblad risk att utveckla demenssjukdom inom fem år efter hjärtkirurgi, att överlevare av hjärtinfarkt löper ökad risk att utveckla vaskulär demens, och att icke välbehandlat hjärtflimmer är associerat med demenssjukdom. Riskfaktorer för hjärt- och kärlsjukdom så som rökning, högt blodtryck och diabetes i medelåldern verkar också ha en betydande roll för demensutveckling senare i livet.

Fysisk aktivitet i vuxen ålder verkar förbättra hjärt-och kärhälsa senare i livet. På ett liknande sätt verkar fysisk aktivitet i medelåldern påverka demensutveckling i hög ålder. Dock så är den skyddande effekten av fysisk aktivitet i medelåldern för demens senare i livet inte helt klarlagd, då vissa studier funnit stöd, men vissa inte funnit stöd för detta. Möjligen kan denna oklarhet bero på vilken sorts fysisk aktivitet man mäter. Få studier i detta område har tagit hänsyn till arbetsrelaterad fysisk aktivitet, vilket kan påverka den totala nivån av fysisk aktivitet. Alla typer av arbetsrelaterad fysisk aktivitet verkar dock inte påverka hjärt- och kärhälsa positivt. Slutligen så kan fysisk aktivitetsnivå förändras över livsspannet, så det kan vara fördelaktigt att utföra upprepade mätningar.

Studien ämnar undersöka om fritidsrelaterad och arbetsrelaterad fysisk aktivitet i medelåldern är associerat med demensutveckling och kognitiv funktion i hög ålder.

Studien görs som en del av Silver-MONICA-projektet som startade i juni 2016 och slutfördes i december 2019. Under första halvåret 2020 kontrollerades diagnoser mot medicinska journaler. Samtidigt har data sammanställts och förberetts för lagring. Arbetet med studien har påbörjats 2021, och planeras resultera i en artikel som publiceras i en vetenskaplig tidskrift under hösten 2021.

Demenssjukdom kan innebära stora konsekvenser för individen som drabbas och dennes anhöriga, utöver att det även innebär en stor samhällskostnad. Med tanke på den kommande ökningen av personer i hög ålder, och även antalet personer med demenssjukdom, så är det av vikt att undersöka hur fysisk aktivitet i medelåldern associerar med demenssjukdom och kognitiv funktion i hög ålder. Denna kunskap kan ge fler ledtrådar till ett hälsosamt åldrande och om fysisk aktivitet har en skyddande effekt även för risken att utveckla demenssjukdom.