

Leipziger Forscher: Chefs werden seltener dement

Neue Studie befasst sich mit positiven psychischen Auswirkungen des Arbeitsumfeldes

Leipzig. Wer seine Arbeit selbstständig planen und umsetzen kann, erkrankt im Alter seltener an Demenz. Das ist das überraschende Ergebnis, zu dem Mediziner der Universität Leipzig im Rahmen einer großangelegten Gesellschaftsstudie gekommen sind.

Steffi Riedel-Heller und Francisca Then vom Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP) gingen der Frage nach, welche Faktoren im Alter für geistige Fitness sorgen und vor Demenz schützen. „Eigenständiges Arbeiten und Planen reduziert das Demenzrisiko“, resümiert Riedel-Heller nun. Labormäuse in

sogenannter anregender Umgebung zeigten das gleiche Verhalten. Die Wissenschaftlerinnen arbeiten dabei auch für das LIFE-Forschungszentrum für Zivilisationserkrankungen der Medizinischen Fakultät der Universität Leipzig.

Zwar gebe es in Hinblick auf Sport und Lebensstil bereits zahlreiche derartige Untersuchungen, betont Riedel-Heller. Nicht jedoch für das Arbeitsumfeld. „Wenn man bedenkt, dass der Durchschnittsdeutsche 1655 Stunden im Jahr auf Arbeit verbringt,

wird die Wichtigkeit solcher Untersuchungen deutlich“, sagt die Professorin.

Während bei der Forschung über Arbeit und psychische Gesundheit bisher vor allem psychosoziale Belastungen durch das Arbeitsumfeld wie beispielsweise Burnout im Mittelpunkt standen, geht es bei der neuen Studie nunmehr um die positiven Effekte der Arbeit und um schützende Faktoren des Arbeitsumfeldes.

Datengrundlage war eine Langzeitstudie in der Altenbevölkerung, in die 1265 Personen im Alter über 75 Jahre über mittlerweile acht Jahre hinweg in regelmäßigen Abständen befragt wurden (Leila75+).

Klares Ergebnis: Wer ein hohes Niveau an Planungstätigkeit und Arbeitskoordination hat, besitzt ein 27-prozentig niedrigeres Risiko an Demenz zu erkranken als Menschen mit eingeschränkten Möglichkeiten.

„Eigenständiges Arbeiten und Planen reduziert das Demenzrisiko.“

Steffi Riedel-Heller, Wissenschaftlerin

Haben also Führungskräfte per se ein geringeres Erkrankungsrisiko? Riedel-Heller: „Eigentlich ja. Aber es ist nur ein Faktor im ganzen Zusammenspiel. Wenn sich der Einzelne wenig bewegt oder ein genetisches Risiko hat, sieht es schon anders aus.“

Und es gibt noch eine ziemlich interessante Erkenntnis der Forscher: „Wenn man sieht, wie sich unsere Arbeitswelt in den vergangenen 100 Jahren beispielsweise durch die Computertechnik entwickelt hat, dann kann man eigentlich davon ausgehen, dass dies positive Auswirkungen für das Demenzrisiko hat.“

Roland Herold