

# การประชุมนานาชาติของสมาคมโรคอัลไซเมอร์เผย ปัจจัยเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์อาจตรวจพบได้ตั้งแต่วัยรุ่น และวัยหนุ่มสาว

ผลวิจัยใหม่ที่เผยแพร่ในการประชุมนานาชาติของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ หรือ Alzheimer's Association International Conference(R) (AAIC(R)) 2020 ระบุว่า ปัจจัยเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์อาจปรากฏให้เห็นเด่นชัดตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นหรือช่วงอายุ 20

ปัจจัยเสี่ยงหลายปัจจัยเด่นชัดเป็นพิเศษในประชากรชาวอเมริกันเชื้อสายแอฟริกา ประกอบด้วยปัจจัยเกี่ยวกับสุขภาพหัวใจ เช่น ความดันโลหิตสูง คอเลสเตอรอลสูง และเบาหวาน รวมถึงปัจจัยทางสังคม เช่น คุณภาพการศึกษา โดยรายงานข้อเท็จจริงและสถิติโรคอัลไซเมอร์ของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ระบุว่า ผู้สูงอายุชาวอเมริกันเชื้อสายแอฟริกา มีแนวโน้มเป็นโรคอัลไซเมอร์หรือสมองเสื่อมมากกว่าผู้สูงอายุผิวขาวราวสองเท่า

“การระบุ ตรวจสอบ และจัดการกับปัจจัยเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์ที่เราสามารถเปลี่ยนแปลงได้ จะช่วยลดจำนวนผู้ป่วยรายใหม่ และจะนำไปสู่การลดจำนวนผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์และผู้ป่วยภาวะสมองเสื่อมโดยรวมทั้งหมด” ดร.มาเรีย ซี คาร์ริลโล ประธานเจ้าหน้าที่ฝ่ายวิทยาศาสตร์ของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ กล่าว “การวิจัยเรื่องนี้จะช่วยจัดความเหลื่อมล้ำด้านสุขภาพและสร้างความเปลี่ยนแปลงเชิงบวกต่อหลายชีวิต”

“รายงานใหม่หลายฉบับที่เผยแพร่ในการประชุม AAIC 2020 แสดงให้เห็นว่า ไม่มีคำว่าเร็วเกินไปหรือช้าเกินไปในการลงมือปกป้องความสามารถในการจดจำและการคิดของคุณ” ดร.คาร์ริลโล กล่าว

สมาคมโรคอัลไซเมอร์เป็นผู้นำการศึกษา U.S. Study to Protect Brain Health Through Lifestyle Intervention to Reduce Risk (U.S. POINTER) ซึ่งเป็นการทดลองทางคลินิกระยะเวลาสองปีเพื่อประเมินว่า การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตเพื่อจัดการกับปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ สามารถปกป้องการทำงานของสมองในผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงสมองเสื่อมสูงได้หรือไม่ โดย U.S. POINTER ถือเป็นการศึกษาในลักษณะนี้ครั้งแรกที่จัดทำในประชากรชาวอเมริกันกลุ่มใหญ่และมีความหลากหลายทั่วอเมริกา

หนุ่มสาวชาวอเมริกันเชื้อสายแอฟริกา มีความเสี่ยงเกิดภาวะสมองเสื่อมมากกว่า

ในการศึกษา Study of Healthy Aging in African Americans (STAR) ในประชากรชาวอเมริกันเชื้อสายแอฟริกา 714 คน ดร.คริสเทน จอร์จ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิตจาก University of California, Davis และทีมงานค้น

พบว่า โรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน หรือปัจจัยต่าง ๆ เกี่ยวกับสุขภาพหัวใจ พบได้ทั่วไปในวัยรุ่นและมีความสัมพันธ์กับการทำงานของสมองที่ย่ำแย่ลงในบั้นปลายชีวิต โดยผู้เข้าร่วมการศึกษาประกอบด้วยวัยรุ่น (n=165; อายุ 12-20 ปี) คนหนุ่มสาว (n=439; อายุ 21-34 ปี) และผู้ใหญ่ (n=110; อายุ 35-56 ปี) ส่วนค่าเฉลี่ยของอายุในการประเมินการทำงานของสมองอยู่ที่ 68 ปี

จากการประเมินการทำงานของสมองโดยใช้แบบทดสอบความจำและทักษะสมอง Executive Function คณะนักวิจัยพบว่า การเป็นโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หรือมีปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพหัวใจอย่างน้อยสองปัจจัยในวัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ตอนต้น หรือวัยกลางคน ทำให้การทำงานของสมองย่ำแย่ลงมากในบั้นปลายชีวิต และผลลัพธ์ยังคงไม่เปลี่ยนแปลงแม้มีการพิจารณาปัจจัยอื่น ๆ ร่วมด้วย ทั้งอายุ เพศ การศึกษา และจำนวนปีนับตั้งแต่พบปัจจัยเสี่ยงก่อนการศึกษานี้ เราแทบไม่รู้ว่าปัจจัยเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดที่เกิดขึ้นก่อนเข้าสู่วัยกลางคน มีความสัมพันธ์กับการทำงานของสมองในบั้นปลายชีวิต ข้อมูลนี้ก่อให้เกิดคำถามสำคัญ เพราะชาวอเมริกันเชื้อสายแอฟริกา มีปัจจัยเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดสูงกว่าประชากรกลุ่มอื่น ตั้งแต่ในช่วงวัยรุ่นจนถึงวัยผู้ใหญ่

คณะนักวิจัยระบุว่า ผลการค้นพบนี้บ่งชี้ว่า ปัจจัยเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดที่พบตั้งแต่วัยรุ่นมีอิทธิพลต่อสุขภาพสมองในบั้นปลายชีวิตของชาวอเมริกันเชื้อสายแอฟริกา ดังนั้น การส่งเสริมวิถีชีวิตที่ดีต่อสุขภาพหัวใจและสมองต้องทำในกลุ่มวัยรุ่นและคนหนุ่มสาวด้วย ไม่ใช่แค่ในกลุ่มวัยกลางคนเท่านั้น เพราะสมองของวัยรุ่นและคนหนุ่มสาวก็มีสิทธิได้รับผลกระทบเชิงลบจากสุขภาพหัวใจและหลอดเลือดที่ย่ำแย่

ดัชนีมวลกายในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีความสัมพันธ์กับภาวะสมองเสื่อมในบั้นปลายชีวิต

การศึกษาครั้งแรกในประเด็นนี้บ่งชี้ว่า ยิ่งมีดัชนีมวลกาย (BMI) ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (อายุ 20-49) มาก ก็ยิ่งมีความเสี่ยงมากขึ้นในการเกิดภาวะสมองเสื่อมในบั้นปลายชีวิต

เรารู้น้อยมากเกี่ยวกับบทบาทของ BMI ในช่วงแรกของชีวิตที่มีต่อความเสี่ยงโรคอัลไซเมอร์และภาวะสมองเสื่อมอื่น ๆ คณะนักวิทยาศาสตร์ได้ทำการศึกษาผู้สูงอายุรวม 5,104 คนในสองการศึกษา ประกอบด้วยผู้สูงอายุ 2,909 คนในการศึกษา Cardiovascular Health Study (CHS) และผู้สูงอายุ 2,195 คนในการศึกษา Health, Aging and Body Composition Study (Health ABC) โดยในจำนวนนี้ 18% เป็นคนผิวสี และ 56% เป็นผู้หญิง นักวิทยาศาสตร์อาศัยข้อมูลจาก 4 การศึกษาก่อนหน้านี้ ซึ่งครอบคลุมทุกช่วงของวัยผู้ใหญ่ รวมถึง 2 การศึกษาข้างต้น เพื่อทำการประเมินข้อมูล BMI ตั้งแต่อายุ 20 ปีของกลุ่มผู้สูงอายุในการศึกษา CHS และ Health ABC

– สำหรับผู้หญิง ความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมเพิ่มขึ้นตามค่า BMI ที่สูงขึ้นในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยเมื่อเทียบกับผู้หญิงที่มี BMI ปกติในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น พบว่าความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมเพิ่มขึ้น 1.8 เท่าในกลุ่มที่มีน้ำหนักเกิน และเพิ่มขึ้น 2.5 เท่าในกลุ่มที่เป็นโรคอ้วน นอกจากนี้ยังมีการวิเคราะห์ BMI ในวัยกลางคนและบั้นปลายชีวิต โดยไม่พบความเชื่อมโยงระหว่าง BMI ในวัยกลางคนกับความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมในผู้หญิง

- สำหรับผู้ชาย ความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมเพิ่มขึ้น 2.5 เท่าในกลุ่มที่เป็นโรคอ้วนในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เพิ่มขึ้น 1.5 เท่าในกลุ่มที่มีน้ำหนักเกินในวัยกลางคน และเพิ่มขึ้น 2.0 เท่าในกลุ่มที่เป็นโรคอ้วนในวัยกลางคน
- สำหรับทั้งผู้หญิงและผู้ชาย ความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมกลับลดลงเมื่อ BMI สูงขึ้นในบั้นปลายชีวิต

ดร.อดิธา เซกิ อัล ฮัซซุรี จาก Columbia University และทีมงานพบว่า ค่า BMI สูงในวัยผู้ใหญ่คือปัจจัยเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมในบั้นปลายชีวิต คณะนักวิจัยแนะนำว่า ความพยายามในการลดความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมอาจต้องเริ่มตั้งแต่วัยหนุ่มสาว โดยเน้นที่การป้องกันและรักษาโรคอ้วน

คุณภาพการศึกษาในช่วงแรกของชีวิตมีอิทธิพลต่อความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อม

ในการศึกษากลุ่มตัวอย่างกว่า 2,400 คน ในช่วง 21 ปีแรกของชีวิต พบว่าการศึกษาในช่วงแรกของชีวิตที่มีคุณภาพสูงกว่า มีความเชื่อมโยงกับความจำและทักษะทางภาษาที่ดีกว่า และมีความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมในบั้นปลายชีวิตน้อยกว่า โดยผลลัพธ์ดังกล่าวมีความแตกต่างระหว่างผู้ชายกับผู้หญิง และระหว่างคนผิวสีกับคนผิวขาว

โครงการ Washington Heights/Inwood Columbia Aging Project ทำการศึกษาคนผิวสีและคนผิวขาวทั้งชายและหญิงอายุ 65 ปีขึ้นไปรวม 2,446 คน ซึ่งเข้าโรงเรียนประถมในอเมริกา โดยคุณภาพของโรงเรียนพิจารณาจากการวัดผลต่าง ๆ เช่น เกณฑ์อายุการรับนักเรียน เกณฑ์อายุขั้นต่ำที่นักเรียนสามารถออกจากโรงเรียน ระยะเวลาในแต่ละเทอม อัตราส่วนนักเรียน-ครู และการเข้าเรียนของนักเรียน

ผลการศึกษาพบว่า ผู้ที่เข้าโรงเรียนที่มีคุณภาพน้อยกว่ามีความจำและทักษะทางภาษาเสื่อมถอยเร็วกว่าเมื่อสูงวัยขึ้น ส่วนผู้หญิงและผู้ชายผิวสีและผู้หญิงผิวขาวที่เข้าโรงเรียนที่มีคุณภาพดีกว่ามีโอกาสสมองเสื่อมน้อยกว่า คณะนักวิทยาศาสตร์ระบุว่า ส่วนหนึ่งเป็นเพราะผู้ที่เข้าโรงเรียนที่มีคุณภาพดีกว่ามักมีจำนวนปีที่เรียนหนังสือมากกว่า

ดร.จัสตินา เอวิลลา-ไรเจอร์ นักวิจัยหลังปริญญาเอกจาก Columbia University Irving Medical Center และทีมงาน กล่าวว่า ผลการค้นพบดังกล่าวเป็นหลักฐานที่บ่งชี้ว่า ความเสี่ยงภาวะสมองเสื่อมและการทำงานของสมองในบั้นปลายชีวิต ได้รับอิทธิพลจากนโยบายการศึกษาในช่วงแรกของชีวิต

เกี่ยวกับการประชุมนานาชาติของสมาคมโรคอัลไซเมอร์

การประชุมนานาชาติของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ (AAIC) เป็นการประชุมเกี่ยวกับโรคอัลไซเมอร์และโรคสมองเสื่อมที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในโลก และเป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยของสมาคมโรคอัลไซเมอร์ โดยนักวิจัยจากทั่วโลกจะมารวมตัวกันเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ ๆ เกี่ยวกับโรคสมองเสื่อม รวมถึงให้การสนับสนุนชุมชนนักวิจัยที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง

- โฮมเพจของ AAIC 2020: [www.alz.org/aaic/](http://www.alz.org/aaic/)

- ห้องข่าวของ AAIC 2020: [www.alz.org/aaic/pressroom.asp](http://www.alz.org/aaic/pressroom.asp)

- แฮชแท็ก AAIC 2020: #AAIC20

เกี่ยวกับสมาคมโรคอัลไซเมอร์

สมาคมโรคอัลไซเมอร์เป็นองค์กรอาสาสมัครด้านสุขภาพชั้นนำของโลก ซึ่งอุทิศตนให้กับการดูแลรักษา การสนับสนุน และการวิจัยโรคอัลไซเมอร์ โดยมีจุดมุ่งหมายหลักในการกำจัดโรคอัลไซเมอร์และภาวะสมองเสื่อมให้หมดไป ด้วยการสนับสนุนการวิจัยระดับโลก การลดความเสี่ยงของการเกิดโรค การวินิจฉัยโรคตั้งแต่เนิ่น ๆ รวมถึงการยกระดับคุณภาพการดูแลรักษา สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาเยี่ยมชมเว็บไซต์ [alz.org](http://alz.org) หรือโทร. 800.272.3900

อ้างอิง

- Kristen George, PhD, MPH, et al. Cardiovascular risk factors in adolescence and adulthood and late-life cognition: Study of healthy aging in African Americans (STAR). (Funder(s): U.S. National Institute on Aging)
- Adina Zeki Al Hazzouri, PhD, et al. Association of early life BMI with dementia risk: Findings from a pooled cohort analysis. (Funder(s): U.S. National Institute on Aging)
- Justina Avila-Rieger, et al. Relationship between state-level administrative school quality data, years of education, cognitive decline, and dementia risk. (Funder(s): U.S. National Institute on Aging)

โลโก้ - [https://mma.prnewswire.com/media/1219566/AAIC\\_2020\\_Logo.jpg](https://mma.prnewswire.com/media/1219566/AAIC_2020_Logo.jpg)