

Der Kopf isst mit – Zusammenspiel von Ernährung und Gehirn

59. Wissenschaftlicher Kongress der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V.
16.-18. März 2022, Online-Tagung



ABSTRACT

Bedeutung der Anorexie im Alter

Prof. Dr. Kristina Norman, Charité - Universitätsmedizin Berlin / Deutsches Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke (DIfE)

Die altersassoziierte Anorexie beschreibt den Verlust des Appetits im Alter, der mit einer Verringerung der Nahrungsaufnahme einhergeht. Dabei sind ein höheres Sättigungsgefühl und ein verringertes Hungergefühl prägend. Die Bedeutung der Altersanorexie ergibt sich aus dem Risiko eines ungewollten Gewichtsverlusts und damit einer resultierenden prognostisch ungünstigen Mangelernährung. In weiterer Folge ist die Entwicklung einer Sarkopenie oder Frailty stark begünstigt. Die Pathogenese der Anorexie ist nicht eindeutig geklärt, aber mit Sicherheit multifaktoriell. Die altersassoziierten Veränderungen in der Appetitregulation umfassen neben einer veränderten Magendehnung und -entleerungszeit auch eine Zunahme anorexigener und eine Abnahme von orexigenen Faktoren, zusammen mit einer wahrscheinlich veränderten Funktion gewisser Areale des Hypothalamus. Es wird außerdem vermutet, dass inflammatorische Prozesse im Rahmen von Erkrankungen, aber auch das chronisch persistente Entzündungsgeschehen im Alter (Entzündungsaltern) dazu beitragen, den Appetit zu verringern. Da die Anorexie im Alter selten routinemäßig erfasst wird, ist die Prävalenz schwer zu beziffern, aber reicht Studien zufolge von 10-20 % in der gesunden Bevölkerung bis über 30 % in klinischen Populationen. Eine frühe Erfassung des Appetitsverlusts ist jedoch mit validierten Screeningtools wie das Council of Nutrition Appetite Questionnaire (SNAQ) oder deren Kurzfassung Simplified Nutritional Appetite Questionnaire (SNAQ) möglich.

Prof. Dr. Kristina Norman

Leiterin der Abteilung Ernährung und Gerontologie
Deutsches Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke (DIfE)
Tel.: + 49 33 200 88 - 2280
E-Mail: kristina.norman@dife.de