



Το περπάτημα ενός ανθρώπου μπορεί να κρύβει ενδείξεις για επερχόμενο Αλτσχάιμερ, σύμφωνα με τρεις νέες μελέτες.

Οι μελέτες, που παρουσιάστηκαν στο Διεθνές Συνέδριο της Εταιρείας Αλτσχάιμερ των ΗΠΑ, συσχέτισαν αλλαγές στην ταχύτητα, στο εύρος του διασκελισμού και σε άλλα χαρακτηριστικά της βάδισης με την εκφύλιση των νοητικών λειτουργιών, που τελικά μπορεί να οδηγήσουν στο Αλτσχάιμερ.

Στην πρώτη από τις μελέτες, Ελβετοί επιστήμονες με επικεφαλής την δρ Στέφανι Μπράιντενμπω από το Κέντρο Κινητικότητας της Βασιλείας, ανέλυσαν τον τρόπο βάδισης σχεδόν 1.200 ηλικιωμένων εθελοντών με διαταραχές της μνήμης με αυτόν υγιών συνομηλίκων τους.

Έτσι διαπίστωσαν ότι η επιβράδυνση της βάδισης και η αλλαγή στον διασκελισμό σχετιζόταν με εξέλιξη της νοητικής εκφύλισης των ασθενών, είτε αυτή ήταν η επονομαζόμενη ήπια νοητική διαταραχή (συχνά αποτελεί προάγγελο του Αλτσχάιμερ) είτε πλήρες Αλτσχάιμερ.

«Όσοι είχαν Αλτσχάιμερ βάδιζαν πιο αργά απ' ό,τι όσοι είχαν ήπια νοητική διαταραχή, οι

οποίοι με τη σειρά τους περπατούσαν πιο αργά απ' όσο οι υγιείς συνομήλικοί τους», είπε χαρακτηριστικά η δρ Μπράιντενμπω.

Στη δεύτερη μελέτη, επιστήμονες από την Κλινική Μάγιο, στο Ρότσεστερ της Μινεσότα, με επικεφαλής τον δρ Ροντόλφο Σαβίκα, εξέτασαν την βάδιση περισσότερων από 1.300 εθελοντών.

Στη διάρκεια 15 μηνών, οι εθελοντές υποβλήθηκαν δύο φορές σε σειρά εξετάσεων που αξιολογούσαν τις νοητικές λειτουργίες και τον τρόπο της βάδισής τους.

Αποτέλεσμα: η εκφύλιση των νοητικών λειτουργιών, συμπεριλαμβανομένης της απώλειας μνήμης και εκτελεστικών λειτουργιών, σχετίζεται με επιβράδυνση του ρυθμού βάδισης και βράχυνση του διασκελισμού.

«Τα ευρήματα αυτά υποστηρίζουν την θεωρία ότι οι αλλαγές στην βάδιση μπορεί να αποτελούν πρώιμη ένδειξη νοητικής διαταραχής», δήλωσε ο δρ Σαβίκα.

Στην τρίτη μελέτη, επιστήμονες από το Πανεπιστήμιο Τοχόκυ στην Ιαπωνία, με επικεφαλής τον δρ Κενίτσι Μεγκούρο, εστίασαν σε 525 άνδρες και γυναίκες ηλικίας άνω των 75 ετών.

Οι εθελοντές υποβλήθηκαν σε νευρολογικά, ψυχολογικά και σωματικά τεστ για να διερευνηθεί τυχόν συσχέτιση της βάδισης με την άνοια.

Και αυτή η μελέτη κατέληξε στο ίδιο συμπέρασμα: η έκπτωση στις νοητικές λειτουργίες των εθελοντών σχετιζόταν με επιβράδυνση της βάδισης και μείωση του εύρους του διασκελισμού τους.

«Όσο πιο σοβαρά ήταν τα ανοϊκά συμπτώματα των ασθενών, τόσο πιο αργά περπατούσαν», είπε χαρακτηριστικά ο δρ Μεγκούρο.