

2024-09-02

Ny rapport:

Låg kunskap hos allmänheten om att demens kan förebyggas

Nära hälften av alla demensfall kan förebyggas och Norden ligger i framkant när det gäller forskning och kunskap om att förebygga demens. Allmänhetens kunskap om hur demens kan förebyggas är däremot låg. Det framgår av rapporten Dementia Prevention in the Nordic Region som Nordens välfärdscenter presenterar idag.

Rapporten visar att det i de nordiska länderna finns gott om kunskap och goda exempel på hur man kan arbeta förebyggande med demens men att det finns mycket kvar att göra. Några av de förbättringsområden som lyfts i rapporten är

1. Bristen på kunskap hos allmänheten och svårighet att nå specifika målgrupper.
2. Bristande finansiering av och resurser för förebyggande insatser.
3. Förebyggande av demens ingår sällan i övergripande folkhälsostراتيجier.

Idag beräknas omkring 500 000 invånare i de nordiska länderna ha demens och antalet ökar i takt med en åldrande befolkning. Den så kallade Lancetkommissionen slog för några veckor sedan fast att nära hälften av alla demensfall – 45% – kan förebyggas genom att rikta in sig på 14 identifierade påverkbara riskfaktorer.

- Det finns olika typer av riskfaktorer. Dels de vi inte kan påverka som kön, ålder, och ärftlighet, dels de som vi kan påverka och som är intressanta för förebyggande av demens och andra folksjukdomar. Det finns goda synergieffekter i förebyggande insatser – det som är bra för hjärtat är också bra för hjärnan, säger Pia Nevala Westman, projektledare vid Nordens välfärdscenter och beställare av rapporten.

Insatser på flera nivåer

Forskning visar att många av riskfaktorerna kan förebyggas både på individuell, grupp- och befolkningsnivå. När det gäller riskfaktorn högt blodtryck kan en insats för individen vara att det erbjuds lättillgängliga blodtryckskontroller exempelvis hos vårdcentraler. På befolkningsnivå kan insatsen vara lagstiftning kring och samarbete med industrin för att minska salthalten i livsmedel.

- Norden ligger i framkant när det gäller forskning och kunskap om att förebygga demens. Men vi kan bli bättre på att implementera den kunskap och evidens som

Nordens välfärdscenter är en institution inom Nordiska ministerrådets social- och hälsosektor. Vårt uppdrag är att bidra till utvecklingen av insatser på välfärdsområdet i Norden.

www.nordicwelfare.org



faktiskt finns i insatserna på befolkningsnivå. Det är också viktigt att öka kunskapen hos allmänheten generellt och hos specifika målgrupper om att demens till stora delar kan förebyggas, säger Pia Nevala Westman.

Rapporten Dementia Prevention in the Nordic Region, som är skriven av forskaren Grete Kjelvik vid Aldring og Helse kan [laddas ner här](#).

Faktaruta:

14 påverkbara riskfaktorer

- Låg utbildningsnivå
- Obehandlad hörselnedsättning
- Obehandlad synförlust
- Traumatisk hjärnskada
- Hög alkoholkonsumtion
- Högt blodtryck
- Högt kolesterolvärde (LDL)
- Fetma
- Rökning
- Depression
- Social isolering
- Fysisk inaktivitet
- Diabetes
- Luftförorening

Källa: Livingston G et al. Dementia prevention, intervention, and care. Lancet. 2024; 404: 572-628

Kontaktpersoner:

Pia Nevala Westman

Projektledare

pia.nevala.westman@nordicwelfare.org

Telefon: +358 40 627 5734

Anna Raninen

Kommunikationschef/Pressansvarig

anna.raninen@nordicwelfare.org

Telefon: 0720-77 97 29