

# Link tussen overgewicht en Alzheimer?

**Overgewicht wordt geassocieerd met veranderingen in de stofwisseling die resulteren in cognitieve achteruitgang op latere leeftijd. Insulineresistentie, laaggradige ontsteking en oxidatieve stress spelen een rol bij zowel overgewicht als de ziekte van Alzheimer. Wetenschappers denken daarom dat er een verband bestaat tussen de twee.**

De ziekte van Alzheimer wordt gekarakteriseerd door een opstapeling van het eiwit amyloïd- $\beta$  in de hersenen en het ontstaan van zogenoemde 'tangles' in de hersencellen. Deze eiwitten verstoren de prikkeloverdracht in de hersenen, waardoor er dementie ontstaat. Mensen met bepaalde genen en aandoeningen waaronder atherosclerose, hoge bloeddruk en insulineresistentie hebben een verhoogd risico op het ontwikkelen van alzheimer. Dit zijn allemaal aandoeningen die vandaag de dag steeds vaker voorkomen en verband houden met het bestaan van overgewicht. Ook het aantal mensen met de ziekte van Alzheimer neemt toe. Wetenschappers hebben daarom gekeken naar de mechanismen die zowel bij overgewicht als de ziekte van Alzheimer voorkomen.

## Insuline en de energiehuishouding

Insuline is een belangrijk hormoon om de stofwisseling te reguleren. De insulinehuishouding is echter verstoord bij mensen met overgewicht, wat leidt tot insulineresistentie en uiteindelijk diabetes. Bij de ziekte van Alzheimer leiden verstoringen in de insulinehuishouding tot de vorming van amyloïd- $\beta$  en tangles. Wetenschappers denken dat hier de belangrijkste link ligt. Te meer, omdat insulineresistentie en een hoge bloedsuikerspiegel ontstekingen in het lichaam geven en kunnen leiden tot de ontwikkeling van atherosclerose. Daarnaast wordt overgewicht in verband gebracht met een verminderde functie van de energiefabriekjes in lichaamscellen, de mitochondriën. Dit leidt tot verhoogde oxidatieve stress en uiteindelijk beschadiging van weefsel, waaronder hersenweefsel.

De wetenschappers concluderen dat er een belangrijke overlap bestaat tussen processen die betrokken zijn bij overgewicht en de ziekte van Alzheimer. Door het

toenemen van het aantal mensen met overgewicht, verwachten zij dat ook het aantal mensen met de ziekte van Alzheimer verder zal stijgen. Medicijnen zijn momenteel onvoldoende in staat om het verergeren van de klachten bij Alzheimer te remmen. Gezonde voeding en leefstijl vanaf jonge leeftijd vermindert het risico op overgewicht en kan op termijn mogelijk de ontwikkeling van de ziekte van Alzheimer remmen.

Bron: [Front. Hum. Neurosci., 15 December 2020](#)