

Dortmunder Vital-Studie

Zwischenstand April 2022

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer der Dortmunder Vital-Studie,

herzlichen Dank, dass Sie sich die Zeit genommen haben, um an unserer Langzeitstudie zum gesunden Altern teilzunehmen! Wir haben im Frühjahr 2016 mit der Datenerhebung begonnen und bis März 2020 über 580 Proband*innen untersucht. Leider hat uns die COVID-19 Pandemie einen Strich durch die Rechnung gemacht und die Testungen mussten für lange Zeit unterbrochen werden. Inzwischen ist die Vital-Studie aber wieder im vollen Gang. Mit der zweiten Erhebungswelle haben wir im Spätsommer 2021 begonnen. Dazu laden wir dieselben Personen fünf Jahre nach ihrem ersten Besuch zu einer erneuten Untersuchung ins IfADo ein.

In den ersten fünf Jahren haben wir nicht nur Testungen durchgeführt, sondern auch Abläufe optimiert, neue Messmethoden etabliert und Strategien für die Datenauswertung ausgearbeitet. Da wir nun nach und nach die Daten der ersten Staffel auswerten und publizieren, möchten wir Ihnen im Folgenden gerne einige unserer Ergebnisse vorstellen. Die Ergebnisse beschäftigen sich mit den grundlegenden Mechanismen mentaler Prozesse und Zusammenhänge mit bestimmten Einflussfaktoren, wobei uns besonders mögliche Unterschiede zwischen Personen unterschiedlichen Alters interessiert haben.

FUNKTIONIERT DAS KURZZEITGEDÄCHTNIS IM JUNGEN UND HÖHEREN ALTER NACH DEM GLEICHEN PRINZIP?

Um diese Frage zu beantworten haben wir eine Aufgabe zum Kurzzeitgedächtnis ausgewertet, bei der Sie sich eine bestimmte Abfolge von Buchstaben merken sollten, um dann zu drücken, wenn der vorletzte Buchstabe mit dem aktuell gezeigten übereinstimmte. Wir haben uns die Frage gestellt, welche mentalen Prozesse für diese Aufgabe eine Rolle spielen und ob sich diese Zusammenhänge im Verlauf des Alterns verändern. Tatsächlich sieht es so aus, dass das Kurzzeitgedächtnis in jungen Jahren mit sogenannten „exekutiven Kontrollprozessen“ wie der geistigen Flexibilität zusammenhängt, während im höheren Alter diese Prozesse weniger wichtig sind und stattdessen erfahrungsbasierte und verbale Fähigkeiten eine größere Bedeutung erlangen. Den vollständigen Artikel finden Sie hier:

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.02208/full>



WARUM VERGEHT DIE ZEIT IM ALTER SCHNELLER?

In einer anderen Auswertung haben wir die Zeitwahrnehmung näher untersucht. Viele Personen haben den Eindruck, dass die Zeit mit zunehmendem Alter immer schneller vergeht. Wir haben uns genau dieser Frage gewidmet und nach potenziellen Ursachen dafür gesucht. Dazu wurden Ihnenentsprechende Fragen gestellt, wie z. B. „Bitte geben Sie an, wie schnell die Zeit für Sie im Allgemeinen vergeht“. In der Tat zeigte sich eine subjektive Beschleunigung der Zeitwahrnehmung ab dem mittleren Erwachsenenalter, die sich dann ab etwa dem 60. Lebensjahr nicht mehr verändert. Entgegen unseren Vermutungen zeigte sich aber kein Zusammenhang mit einer im mittleren und höheren Lebensalter häufig berichteten depressiven Symptomatik.

Eine englische Zusammenfassung der Ergebnisse finden Sie hier:

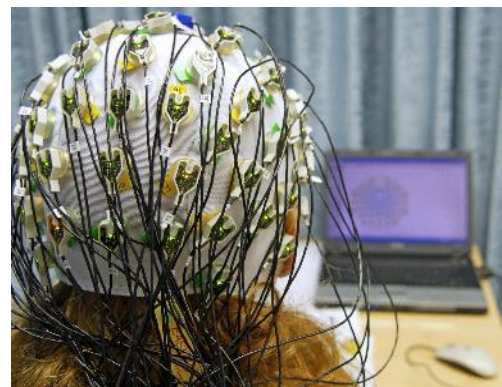
https://brill.com/view/journals/time/9/3/article-p241_241.xml?language=en

LÄSST SICH DAS DEMENZRISIKO DURCH UNTERSCHIEDE DER RÄUMLICHEN ORIENTIERUNG VORHERSAGEN?

In einem umfangreichen Kooperationsprojekt mit der Universität Bochum und weiteren internationalen Kooperationspartner*innen wurde der Zusammenhang zwischen dem räumlichen Gedächtnis und einem genetisch bedingten Risiko für demenzielle Erkrankungen untersucht. In dieser Untersuchung, an der auch Proband*innen der Dortmunder Vital-Studie teilgenommen haben, ging es um die räumliche Orientierung in einer virtuellen Navigationsaufgabe, in der Äpfel in einen Korb gesammelt werden sollten. Dabei zeigte sich bei bestimmten genetischen Varianten ein Zusammenhang zwischen der räumlichen Orientierung und einem Erkrankungsrisiko, der zukünftig für diagnostische Zwecke dienen kann. Den Artikel finden Sie hier: <https://www.science.org/doi/10.1126/sciadv.aba1394>

GIBT ES IM GEHIRN EIN ÜBERWACHUNGSSYSTEM ZUR VERHALTENSANPASSUNG?

Eine kürzlich erschienene Publikation aus dem Bereich der Grundlagenforschung beschäftigte sich mit der Entwicklung von neuartigen Methoden zur Analyse von Hirnprozessen mittels EEG während geistiger Aufgaben. Eine solche Aufgabe bestand darin, auf einen Buchstaben z. B. X bei einer bestimmten Buchstaben-kombination (z. B. nach einem A) mit einem Tastendruck zu reagieren. Die Ergebnisse weisen auf das Vorhandensein eines Feedback-Kontrollsystems höherer Ordnung im Gehirn hin.



Dieses System „überwacht“ einzelne mentale Prozesse und kann bei unerwarteten Ereignissen, die zu Fehlern führen könnten, eingreifen und das weitere Verhalten steuern. Den vollständigen Artikel finden Sie hier:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0167876021002026?via%3Dihub>

WIE WIRKT SICH DIE COVID-19 PANDEMIE AUF DIE STRESSWAHRNEHMUNG AUS?

Die COVID-19 Pandemie stellt für viele Menschen eine hohe Belastung dar. In einer aktuellen Studie gingen wir den Ursachen für individuelle Veränderungen des Stressempfindens im Vergleich zur Zeit vor der Pandemie auf den Grund. Dies könnte für zukünftige Kriseninterventionen von großer Bedeutung sein. Eine Onlinebefragung von Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Dortmunder Vital-Studie gegen Ende des ersten Lockdowns im Jahr 2020 ergab große Unterschiede in der Stresswahrnehmung, die vor dem ersten Besuch am IfAdo durch eine Reihe von Fragebögen erfasst wurde. Erhöhter Stress war insbesondere mit starken Gefühlen des Vermissens verbunden, ein Zusammenhang, der sich besonders bei verträglichen Menschen zeigte. Den Artikel dazu finden Sie hier:

<https://www.mdpi.com/1660-4601/18/20/10759/htm>

WARUM UND WIE WIRD DIE DORTMUNDER VITAL-STUDIE GEMACHT?

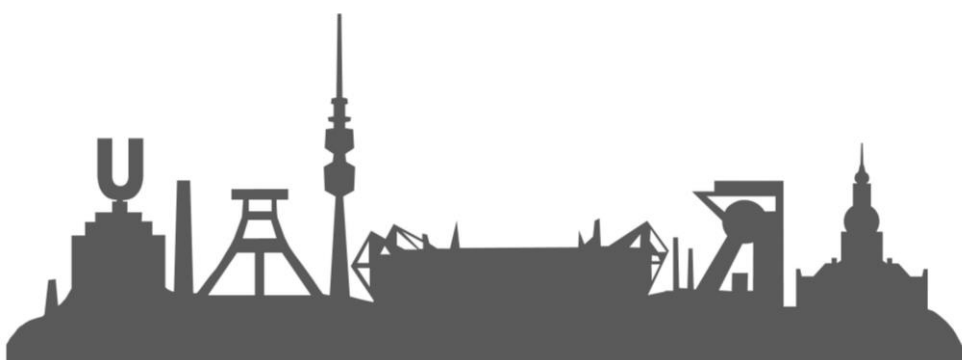
Unsere Vital-Studie wurde in einer internationalen Datenbank für klinische Studien registriert (<https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT05155397>)

und das Forschungsprotokoll der Dortmunder Vital-Studie veröffentlicht, zu dem alle an der Studie beteiligten Wissenschaftler*innen des IfAdo beigetragen haben. Das Protokoll beschreibt die theoretischen und praktischen Hintergründe der Studie, nennt eine Auswahl an Hypothesen und stellt detailliert alle eingesetzten Messverfahren sowie Maßnahmen zum Forschungsdatenmanagement dar.



Den Artikel finden Sie hier: <https://researchprotocols.org/2022/3/e32352>

Weitere z. T. anwendungsnahe und arbeitsplatzbezogene Publikationen befinden sich in Vorbereitung. Darin gehen wir u. a. der Frage nach, welche biologischen und Umweltfaktoren einen Einfluss auf das Wohlbefinden und die Arbeitsfähigkeit haben.





All diese Ergebnisse basieren auf der ersten Erhebungswelle. Mit der Analyse der jetzt begonnenen zweiten Erhebungswelle können wir die o.g. und weitere Phänomene über eine Zeitspanne von fünf, zehn oder gar 15 Jahren verfolgen. Die Nachfolgeuntersuchungen sind wissenschaftlich von großer Bedeutung, da so die Ursachen und Mechanismen längerfristiger Veränderungen auf individueller Ebene festgestellt werden können.

WIR BEDANKEN UNS

Die Dortmunder Vital-Studie wäre ohne die Beteiligung der zahlreichen freiwilligen Proband*innen nicht zustande gekommen! Dafür möchten wir uns nochmals herzlich bei Ihnen bedanken. Wir freuen uns, dass Sie durch Ihre Teilnahme zum Verständnis von grundlegenden medizinischen und psychologischen Phänomenen beigetragen haben. Es ist hier wichtig anzumerken, dass die Dortmunder Vital-Studie eine der weltweit wenigen Studien ist, die so umfangreich und detailliert zahlreiche Aspekte des Lebens über eine so große Lebensspanne erfasst. Deshalb freuen wir uns, wenn Sie uns auch in den Folgejahren besuchen und damit die weltweite Sichtbarkeit der Dortmunder Wissenschaft unterstützen.

KÖNNEN WIR SIE ERREICHEN?

Sollten sich Ihre Kontaktdaten ändern, bitten wir Sie, uns diese kurz mitzuteilen (vital@ifado.de oder 0231 / 1084 -276).

Auch für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Bleiben Sie gesund!

Das Team der Dortmunder Vital-Studie, www.ifado.de/vital-studie/

