



Menn glemmer mest

Så er mistanken endelig bekreftet: Menn har dårligere hukommelse enn kvinner. Hele ni av ti menn sliter med å huske navn og datoer.



Anne Sliper Midling
journalist i Gemini.no

Mandag 09. desember 2013
kl. 05:00



I samarbeid med
NTNU

Er mannen din distré, glemmer bryllupsdagen eller hva den nye naboen heter? Slapp av, du er ikke alene om å ha en glemsom mann i huset.

Selv forskerne ble overrasket over hvor mye menn glemmer.

– Ja, det var forbausende å se at menn glemmer mest. Det er ikke noe som har blitt dokumentert før. Det var også svært overraskende å se at menn er like glemsomme fra de er 30 år til de er 60. Funnene var svært entydige, sier Jostein Holmen, professor i samfunnsmedisin ved NTNU.

Hva gjorde jeg for et år siden?

Det er i forskningsmateriale til HUNT 3 (Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag) at Holmen og medarbeidere tok med ni spørsmål om selvopplevde hukommelsesproblemer.

For hvert spørsmål ble deltakerne bedt om å oppgi om hukommelsesproblemene forekom ofte eller bare noen ganger. Spørsmålene gikk på problemer med å huske navn, datoer, hva man gjorde for et år siden eller hva en samtale handlet om. I åtte av ni spørsmål var det menn som hadde flest problemer.

– Vi har spekulert mye på hvorfor menn oppgir hyppigere hukommelsesproblemer enn kvinner, men vi har ikke funnet noen forklaring på det. Så dette er fortsatt et uløst mysterium, sier Holmen.

Høyt utdannede husker mer

Kvinner har også de samme hukommelsesproblemene som menn, bare i mindre grad. Det er også navn og datoer som er vanskelig å huske på for kvinner.

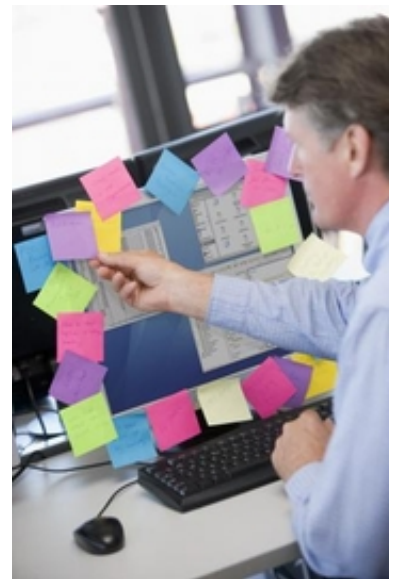
Problemene øker med alderen, men i mindre grad enn forskerne trodde. Kvinner glemmer like mye, enten de er 30 eller 50 år.

Studien viser også at høyt utdannede glemmer mindre enn dem med lav utdanning. Personer med angst eller depresjon har også flere hukommelsesproblemer enn andre. Dette gjelder begge kjønn.

Vet ikke betydningen for demens

Det er først ved fylte 60–70 år at hukommelsesproblemene skyter fart. Holmen ønsker å undersøke om opplevde hukommelsesproblemer i ung alder betyr økt risiko for utvikling av demens.

– Det var årsaken til at vi tok med disse spørsmålene. Det er viktig å understreke at vi per i dag ikke vet hvilken klinisk betydning disse hukommelsesproblemene har. Men det kan vi kanskje finne ut når det er gått noen år.



(Illustrasjonsfoto:
www.colourbox.no)

– Kanskje har hukommelsesproblemer i yngre alder ingen betydning heller. Jeg kjenner meg i hvert fall godt igjen, men nå vet jeg at jeg ikke er alene, sier Holmen.



Jostein Holmen.
(Foto: NTNU)