

Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.

Nachlese zum Vortrag

Aktuelle Aspekte der Vorbeugung und Behandlung von Alzheimer und Demenz

Alzheimer & Demenz ... Neuigkeiten?

Ungewöhnlich viele Interessierte waren am 01.02.2012 zum Treffpunkt Senior in Stuttgart gekommen, um von Prof. Hans Förstl zu erfahren, was der neueste Stand bei Prävention und Behandlung von Alzheimer ist. Förstl ist Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Klinikums rechts der Isar und hat eine Reihe erfolgreicher Bücher zum Thema verfasst.

Doch gleich zu Beginn trat er zu großen Hoffnungen auf revolutionäre Neuerungen entgegen und hob den Mut des ehemaligen Fußballmanagers Assauer hervor, der seine Alzheimer-Erkrankung kurz vorher öffentlich gemacht hatte.



Prof. Hans Förstl

Demenzen gehören zu den Erkrankungen, die für die meisten beeinträchtigten Lebensjahre von Menschen verantwortlich sind. Übertroffen werden sie darin nur von Depressionen und gefolgt von Alkohol, Drogen und Migräne.

5 Mythen über Alzheimer

- **Alzheimer hat die nach ihm benannte Krankheit entdeckt**

Wichtige Grundlagenarbeit wurde von dem Afroamerikaner Solomon Carter Fuller geleistet.

- **Alzheimer ist erblich**

Wenn Alzheimer eine Erbkrankheit ist, dann eine, welche alle Menschen in sich tragen

- **Es wäre besser zu sterben als mit Alzheimer zu leben**

Auch die meisten an Alzheimer Erkrankten möchten noch leben

- **Die Erkrankung wird durch einen Umzug ins Heim ausgelöst**

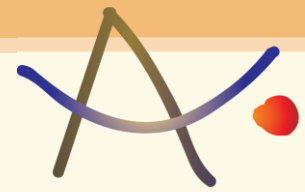
Tatsache ist, dass eine Demenz durch die tägliche Routine zu Hause kaschiert werden kann

- **Bald wird es ein Mittel gegen Alzheimer geben**

Das ist nicht vor dem Jahr 2030 zu erwarten. Die Entwicklung eines neuen Medikaments kann eine Milliarde Euro kosten. Wegen des zu kurzen Patentschutzes haben Geldgeber kaum Chancen, die investierten Summen zurück zu bekommen.

Warum Alzheimer ein zunehmendes Problem ist

Derzeit nimmt in den westlichen Industriestaaten die Lebenserwartung pro Jahr um drei Monate zu. Mit zunehmendem Alter steigt auch die Wahrscheinlichkeit einer Alzheimererkrankung. Das Gehirn verbraucht 20-30 Prozent der Energie, die der Mensch produziert, mit zunehmendem Alter wird der Energieumsatz eingeschränkt.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.

Zwischen den Gehirnzellen bilden sich senile Plaques aus Beta Amyloid, die bis zu einem Drittel des Gehirns ausfüllen können. In den Gehirnzellen selbst bilden sich Neurofibrillen aus Tau-Protein. Irgendwann ist eine Schwelle erreicht, an welcher der Mensch nicht mehr allein durch den Alltag kommt.



Interessiertes Publikum

Prävention von Alzheimer

Bei der Prävention geht es um den Aufbau der kognitiven Reserve.

Einige schützende Faktoren sind vom Schicksal in die Wiege gelegt. Dazu gehört geistige Leistungsfähigkeit, die mit Begeisterung benutzt wird - sei es beim Lernen oder aktiv Fußball zu spielen. Männer sind etwas weniger demenzgefährdet als Frauen. Jeder kann selbst etwas tun durch gesunde Ernährung mit viel Fisch, Obst und Gemüse.

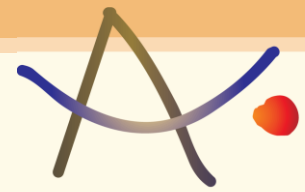
Zu den Risikofaktoren gehört ein bestimmter APOE-Genotyp sowie Trisomie 21. Frauen mit hoher Lebenserwartung sind in höherem Maße gefährdet. Vor allem gilt es zu vermeiden: Depression, Bewegungsmangel, Fettleibigkeit, Bluthochdruck, Diabetes mellitus, hohen Cholesterin- und Homocysteinspiegel im Blut, zu viel Kortison durch Stress oder Medikamente, Schädel-Hirntraumata z.B. durch den Boxsport oder Unfälle, sowie bestimmte Toxine (Rauchen, Alkohol).

Prophylaxe von Alzheimer

Hierunter ist eine Schadensbegrenzung bei bereits vorliegender leichter kognitiver Beeinträchtigung (MCI) zu verstehen.

Kriterien der leichten kognitiven Beeinträchtigung sind (nach Windblad et al. 2004)

- Nicht kognitiv normal, nicht dement;
- Verschlechterung der Kognition plus Patient oder Angehörige berichten über Verschlechterung plus Beeinträchtigung in objektiven Tests und/oder



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.

- Evidenz einer Verschlechterung in objektiven kognitiven Tests;
- erhaltene basale Aktivitäten des täglichen Lebens (ADL) oder minimale Beeinträchtigung komplexer ADL

Zeichen der Progression sind unter anderem:

Neu auftretende Schwierigkeiten in der Alltagsbewältigung, zusätzliche Symptome wie Angst, Depression, Apathie, zusätzliche neurologische Symptome wie Morbus Parkinson, Schlaganfall, vaskuläre Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Diabetes.

Therapie

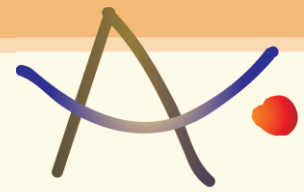
Männer zeigen Demenzsymptome bisweilen als Folge von Schlafapnoe, Frauen nehmen zu viele Schlaf- und Beruhigungsmittel. Anticholinerg wirksame Medikamente können Nebenwirkungen haben, die den Frühsymptomen einer Alzheimererkrankung entsprechen. Dazu gehören manche Antidepressiva, blutdrucksenkende Arzneimittel und Benzodiazepine. In vielen Fällen haben Symptome also eine andere Ursache, die behoben werden muss.

Seit einem Jahr gibt es eine neue Sichtweise von Alzheimer und Demenz:

- Angefangen mit den 20jährigen sind in den Gehirnzellen aller Altersgruppen zunehmend Neurofibrillen zu finden, ab einer bestimmten Konzentration wird von Alzheimer gesprochen. 80-jährige ohne Neurofibrillen im Gehirn sind seltene Exoten.
- Amyloidpathologie, Neurodegeneration und klinische Symptome gehen ineinander über und führen von der Alzheimer-Krankheit, die sich durch eine bestimmte Konzentration von Amyloid-Imaging und Tau-Proteinen bemerkbar macht über Leichte Kognitive Störungen (MCI) bis hin zur Alzheimer-Demenz.
- Medikamentöse Behandlung setzt da an, wo diese beiden Veränderungen unterbunden werden können.
- Als Anti-Tau-Substanzen wurden u.a. untersucht: Methylenblau, Lithium, NAP, Tau-Antikörper.
- Als Mittel gegen die Amyloidpathologie kommen unter anderem infrage: Gamma-Sekretase-Modulatoren, aktive und passive Immunisierung,
- Impfstudien zur Verhinderung der Amyloidbildung haben gezeigt, dass die Plaques zurückgehen, nicht jedoch die Symptome. Das kann am zu späten Zeitpunkt des Impfens liegen. Darüber hinaus trat bei einigen Patienten eine Entzündung des Gehirns auf.

Derzeit helfen Tabletten, die das Acetylcholin abbauen, bzw. das Glutamat im Gehirn dämpfen. Dadurch wird Zeit gewonnen. Von den nichtmedikamentösen Maßnahmen wie Validation, Ergotherapie, Sensorische Stimulation, progressive Muskelentspannung und Realitätsorientierung hatte nur die sensorische Stimulation tendenziell positive Ergebnisse.

Ehepartner von Alzheimerpatienten haben ein erhöhtes Risiko, selbst an Alzheimer zu erkranken. Gründe dürften sein: Depressionen, Überforderung, Angst, soziale Isolation.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.

Was tun?

Jeder kann etwas dafür tun, einen gesunden Geist in einem gesunden Körper zu erhalten.

Es gilt, sich selbst zu erkennen und nichts im Übermaß zu betreiben.

Auf gesellschaftlicher Ebene sollte man von alten Menschen verlangen, sich sozial zu engagieren, z.B. für gehbehinderte Nachbarn mit einzukaufen. Das würde nicht nur letzteren helfen, sondern wäre gleichzeitig eine gute Alzheimerprävention für die Helfer.

Literatur

Förstl, Hans, Kleinschmidt Carola

Das Anti-Alzheimer-Buch

Ängste, Fakten, Präventionsmöglichkeiten

Kösel 2009; 208 Seiten; € 17,95

ISBN: 978-3-466-30814-9;

*Dr. Brigitte Bauer-Söllner, Redaktionsteam der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg,
Februar 2012*