



Presseaussendung

Gesundheit / Oberösterreich

19.9.2016 / Kepler Universitätsklinikum GmbH

Welt-Alzheimer-Tag

Demenzprävention und effektive Behandlung degenerativer Erkrankungen

Wo ist der Schlüssel? ich hab einen Termin verschwitzt? Szenen aus dem Leben, die jede/-r kennt. Verunsichert denkt man nach, ob es sich um Alzheimer, Demenz oder doch nur um normale Vergesslichkeit handelt. *„Neue Studien konnten eindrucksvoll beweisen, dass durch mehrere, gleichzeitig angewandte Maßnahmen der Ausbruch einer Demenz verzögert werden kann. Auch eine bestehende Krankheit kann man auf diese Weise ein Stück weit zurückdrängen.“*, sagt Primarius Elmar Kainz, Alzheimer-Experte am Kepler Uniklinikum.

In Österreich sind etwa 120.000 Menschen von Demenz betroffen, in Oberösterreich spricht man von rund 25.000 Erkrankten. Laut WHO-Prognose wird sich die Zahl bis zum Jahr 2050 verdoppeln. Sterben die Nervenzellen im Gehirn ab, kommt es zu kognitiven Funktionsstörungen und in der Folge zu dementiellen Erkrankungen. Die häufigste und bekannteste Form ist Morbus Alzheimer. Übergewicht, Bewegungsmangel, Diabetes Mellitus, Bluthochdruck, Rauchen, Depressionen, Dauerstress, aber auch soziale Vereinsamung begünstigen die Entstehung einer Demenz.

Erste Warnzeichen beachten

Die Krankheit verläuft langsam fortschreitend. *„Anfangs kommt es zu eher unbestimmten Veränderungen, wie etwa das Vergessen kürzlich vergangener Ereignisse, Depressivität oder Stimmungsveränderung“*, erläutert Elmar Kainz. In weiterer Folge treten die kognitiven Defizite offensichtlich zutage. Bei fortgeschrittener Krankheit werden Angehörige und Freunde nicht mehr erkannt, Schluckstörungen und Inkontinenz können hinzukommen, die betroffenen Menschen „vergessen“ wie man schluckt und wie man lebt. *„Je früher ein demenzielles Syndrom erkannt wird, desto besser können wir den Betroffenen helfen“*, betont der Mediziner und empfiehlt, erste Warnsignale nicht zu bagatellisieren.

Chancen in der Prävention

Primarius Kainz unterstreicht insbesondere bei dementiellen Erkrankungen die Bedeutung der Prävention. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen klar, dass neben der medikamentösen Behandlung ein gesunder Lebensstil mit Stressvermeidung und bewussten Entspannungsphasen, die Anpassung des Schlafrhythmus, geistig und sozial aktivierende sportliche Betätigung und nicht zuletzt die richtige Ernährung eine wesentliche Rolle spielen. *„Faserreiche Kost, viel Obst und Gemüse sowie mindestens zweimal wöchentlich Fisch zu essen, haben einen schützenden Effekt“*, rät Kainz und ergänzt: *„Konsequentes Gedächtnistraining, das Spaß machen muss, Entspannungstechniken wie Yoga oder einfach nur Musik hören, ein geregelter Schlafrhythmus, körperliche Aktivität in einer stimulierenden Umgebung und vor allem viele soziale Aktivitäten verzögern das Auftreten von Hirnleistungsstörungen.“*

Beste Voraussetzungen für effektive Behandlung

Mit seinem wissenschaftlichen Schwerpunkt „Klinische Altersforschung“ trägt das Kepler Uniklinikum auch dem zunehmenden Auftreten von Demenzerkrankungen Rechnung. *„Um eine hohe Lebensqualität möglichst lange zu erhalten, gilt es, effektive Behandlungsmethoden für degenerative Erkrankungen zu entwickeln“*, betont Kainz. Wesentliche Voraussetzung dafür ist die enge Zusammenarbeit unterschiedlicher Fachrichtungen. *„Mit mehr als 50 unterschiedlichen Leistungsbereichen bietet Österreichs zweitgrößtes Krankenhaus eine enorme medizinische Vielfalt und damit optimale Voraussetzungen für Diagnostik, Behandlung und klinische Forschung bei komplexen,*

altersbedingten Erkrankungen“, betont Prim. Tim v. Oertzen, Leiter des Zentrums für Altersmedizin am Kepler Universitätsklinikum. Die hier etablierte größte Hirnbank Österreichs sowie neue therapeutische Möglichkeiten, wie etwa die Bildgebung, unterstützen diese Bestrebungen. Die gewonnenen Erkenntnisse kommen Patientinnen und Patienten sowie Studierenden gleichermaßen zugute.

Rückfragen-Kontakt:

Mag. Ulrike Jachs

stv. Pressesprecherin

Stabsstelle Unternehmenskommunikation

Kepler Universitätsklinikum GmbH

Neuromed Campus

A-4020 Linz, Wagner-Jaureggweg 15

T +43 (0)5 7680 87 - 22250

ulrike.jachs@gespag.at

www.kepleruniklinikum.at