

Gegen den Hirnverfall

Die Menschen hier zu Lande werden im Schnitt immer älter. Seit Geburt meiner Eltern ist die Lebenserwartung um etwa 15 Jahre gestiegen. Doch damit erhöht sich noch etwas anderes: die Zahl an Demenzpatienten. Sie könnte sich bis 2050 fast verdoppeln, schätzt die Deutsche



**Michaela
Maya-Mrschtkik**
Redakteurin
*Michaela.Maya-
Mrschtkik@spektrum.de*

Alzheimer Gesellschaft. Wirksame Therapien sind bisher eher dünn gesät. Die Medikamente, die erhältlich sind, lindern einige Symptome, aber sie bekämpfen den Abbau der Hirnfunktionen nicht an der Wurzel.

Deshalb suchen Wissenschaftler mit Hochdruck nach den Ursachen des fortschreitenden Gedächtnisverlustes. Am besten erforscht ist die Alzheimererkrankung. Und selbst hier gibt es immer wieder Überraschungen: So scheinen Entzündungsreaktionen eine größere Rolle bei der Krankheitsentstehung zu spielen als bisher angenommen

(S. 34) – und womöglich sind sogar Metallablagerungen (S. 20) oder Viren (S. 40) beteiligt. Bis es gelingt, Medikamente zu entwickeln, die hier ansetzen, könnte es aber noch Jahre oder Jahrzehnte dauern.

Was können Patienten in der Zwischenzeit tun? Mehrere Forschungsgruppen haben belegt, dass Veränderungen im Lebensstil Betroffenen helfen.

Das »Training gegen Alzheimer«, das Miia Kivipelto und Krister Häkansson ab S. 76 vorstellen, besteht aus Sport, gesunder Ernährung und Denkaufgaben – und es verbesserte die geistige Leistungsfähigkeit von demenzgefährdeten Probanden. Auch eine auf die Patienten zugeschnittene Umwelt, wie Clarissa Giebel sie ab S. 64 beschreibt, erleichtert Kranken und pflegenden Angehörigen den Alltag und lindert Symptome. Am Ende braucht es eine Mischung verschiedener Maßnahmen – Medikamente, Umfeld und Lebenswandel –, um Betroffenen ein besseres Leben mit Demenz zu ermöglichen.

Eine erkenntnisreiche Lektüre wünscht Ihnen

Michaela Maya-Mrschtkik

EXPERTINNEN UND EXPERTEN IN DIESER AUSGABE



Könnte Alzheimer schon in jungen Jahren unentdeckt im Hirnstamm beginnen? Der Mediziner **Udo Rüb** hat ein neues Modell der Krankheit entwickelt, das er ab S. 26 vorstellt.



Bei der Pflege von Demenzpatienten sind Umfeld und soziale Kontakte von zentraler Bedeutung. Die Psychologin **Clarissa Giebel** erklärt ab S. 64, was Angehörige tun können, um Betroffenen den Alltag zu erleichtern.



Eine Umstellung der Lebensgewohnheiten bremst den geistigen Abbau im Alter. Die Alzheimerforscher **Miia Kivipelto** und **Krister Häkansson** stellen ab S. 76 Studien vor, die das belegen.