

09-08-17

Demenz lässt sich häufig präventiv vermeiden oder therapeutisch verzögern

Jährlich werden etwa 300.000 Patienten in Deutschland dement. Ca. 100.000 von ihnen hätten ihre Erkrankung durch einen gesunden Lebensstil und vorsorgliche Behandlung vermeiden können. Die Möglichkeiten einer Prävention werden nach wie vor unterschätzt. Zu diesen Ergebnissen kommt eine Kommission der Fachzeitschrift Lancet unter der Leitung von Gill Livingston.



Die Kommission stellt fest, dass sich etwa ein Fünftel der Demenzerkrankungen frühzeitig aufhalten ließe - durch geistige Aktivität, Therapie von Bluthochdruck, Vermeidung von Übergewicht und Kompensation von Schwerhörigkeit. Im fortgeschrittenen Alter ließen sich weitere 15% der Demenzerkrankungen vermeiden, indem Depression und Diabetes optimal behandelt werden, Einsamkeit und Nikotinkonsum vermieden werden und sich Betroffene reichlich bewegen.

Christian Fischer-Terworth sieht darüber hinaus, dass die Entwicklung einer Demenz in den meisten Fällen deutlich verlangsamt werden könnte: "Viele Patienten fühlen sich mit dem Erleben der Erkrankung und den wahrgenommenen Emotionen, Forderungen und Enttäuschungen des sozialen Umfelds überfordert. Aufgrund des erlebten Versagens in zuvor leicht zu bewältigenden Situationen entwickeln sie häufig Ängste, ziehen sich zurück und meiden zunehmend soziale Kontakte. Das Fehlen geeigneter Stressbewältigungsmechanismen, ein geringes Aktivitätsniveau sowie depressive Symptome können zu weiteren neurodegenerativen Effekten führen und damit den Verlauf der Demenz ungünstig beeinflussen.

In derartigen Situationen können bei Patienten, deren kognitive und sprachliche Fähigkeiten ein psychotherapeutisches Setting ermöglichen, Kompensations- und Bewältigungsmechanismen für den Umgang mit der Erkrankung erarbeitet werden ..." Dies würde die Demenzentwicklung deutlich entschleunigen.

[Christian Fischer-Terworth: Evidenzbasierte Demenztherapie. Wissenschaftlich fundierte neuropsychiatrisch-psychologische Therapien für den ambulanten und stationären Bereich. Pabst, 132 Seiten, ISBN 978-3-89967-896-3](#)