

Pressemitteilung

Nr.: 2019/202

Weißenburg i. Bay., den 16.09.2019

Auskunft erteilt: Lena Kagerer
Telefon: 09141 902-390
Telefax: 09141 902-7390
E-Mail: lena.kagerer@landkreis-wug.de
Presseverteiler: Presseverteiler regional

Demenz vorbeugen – geht das?

Unter dem Titel „Demenz vorbeugen – geht das?“ hält Dr. med Claus Daumann am Donnerstag, den 19. September 2019, einen Vortrag. Die Veranstaltung beginnt um 19.30 Uhr im kunststoffcampus bayern.

Alter als Demenzursache? Ein Trugschluss! Es wäre zu einfach, die Erkrankung allein mit unserer erhöhten Lebenserwartung zu erklären. Wäre das Alter allein der Auslöser dieser Veränderung, würden alle über 60 Jahre daran erkranken. Da genau das eben nicht passiert, muss es andere Erklärungen geben.

Es sind viele Risikofaktoren bekannt, die eine Demenztstehung fördern oder minimieren. Und hier liegt auch die eigentliche Chance, denn über die Beeinflussung von Risikofaktoren kann sehr viel erreicht werden. Es sind vor allem Lebensstil- und Umweltfaktoren, die in der Prävention eine Rolle spielen.

Eine australische Arbeit kam zu dem Ergebnis, dass sieben Risikofaktoren circa der Hälfte aller Demenzfälle zugeordnet werden können. Dazu zählten neben Übergewicht, Diabetes Typ II, Bluthochdruck, geringe körperliche Aktivität, Rauchen auch Depressionen und niedriger Bildungsgrad. Doch wie entsteht ein Diabetes Typ II? Wie kommt es im Laufe des Lebens zu Bluthochdruck? Und die wichtigste Frage, was kann jeder Einzelne dagegen tun?

Die gute Nachricht ist, man kann etwas dagegen tun. Was genau damit gemeint ist, wird Dr. med. Claus Dauman seinerseits Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe sowie Hormon- und Stoffwechselftherapeut, Präventionsmediziner und Mikronährstofftherapeut erläutern. So viel sei vorweg genommen, Ernährung und die Versorgung mit Mikronährstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Amino- und Fettsäuren spielen eine große Rolle, denn Mangelerscheinungen sind in unseren Breiten häufig.



Nicht zu vergessen sind die Lebensstilfaktoren. Spaß an der Bewegung, Spiele, die „das Hirn fordern“, Sozialkontakte, die befriedigen und die krankmachende Einsamkeit verhindern. Auf die verschiedenen Interventionen wird Dr. Daumann in seinem Vortrag eingehen und Mittel und Wege aufzeigen um Demenz vorzubeugen.

Auch bei älteren und alten Menschen lohnen sich zu jeder Zeit Maßnahmen. Denn, das zeigt die Hirnforschung deutlich: unser Gehirn kann sich bis ins hohe Alter auch positiv verändern. Deshalb können die Entstehung und das Fortschreiten von Alzheimer oder anderen Demenzformen durch die im Vortrag genannten Maßnahmen in vielen Fällen verhindert werden. Demenz ist also nicht das unausweichliche, schon in die Gene gelegte Schicksal, das uns unvermeidlich bevorsteht, wenn wir alt werden. Wir haben es zu großen Teilen selbst in der Hand, ob wir dement werden oder nicht.

Demenz ist eine der großen Herausforderungen unserer Zeit, die Zahl der Betroffenen wächst stetig und aktuell geht man von 1,6 Millionen Demenzerkrankten in Deutschland aus. Noch immer ist trotz milliardenschwerer Forschung kein Heilmittel in Sicht. Die „Pille gegen Demenz“ gibt es leider nicht, dafür sind zu viele Einflussfaktoren verantwortlich. Derzeit entwickelte Medikamente sind immens teuer, haben nur minimale Wirkung und oft heftige Nebenwirkungen, unter denen Betroffene, sowie deren Angehörige und Pflegende leiden müssen.

Der Vortrag „Demenz vorbeugen – geht das?“ mit Dr. med. Claus Daumann ist am Donnerstag, den 19. September 2019, um 10.30 Uhr im kunststoffcampus bayern, in der Richard-Stücklen-Straße 3 in Weißenburg. Kostenfreie Parkplätze stehen zur Verfügung. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Gesundheitsregion^{plus} Altmühlfranken ermöglicht den kostenfreien Besuch.



Bildunterschrift: Dr. med Claus Daumann spricht in Weißenburg über Demenzerkrankungen und wie man diese vorbeugen kann.

Bildquelle: Brad Forster