

Vorwort

Die steigende Lebenserwartung der Bevölkerung in den entwickelten Ländern ist naturgemäß mit einer Zunahme der Häufigkeit von altersassoziierten Krankheiten verbunden. Das gilt auch für die Demenzerkrankungen, an denen in Deutschland etwa anderthalb Millionen Menschen leiden. Deren Anzahl wird sich in den nächsten beiden Jahrzehnten um etwa 50 % erhöhen, da in diesem Zeitraum die geburtenstarken Jahrgänge, die etwa zwischen 1950 und 1970 geborenen sogenannten Babyboomer, in das Lebensalter mit deutlich ansteigender Häufigkeit von Demenzerkrankungen eintreten.

Die bei weitem häufigste Ursache der Demenz ist die Alzheimer-Krankheit. Die der Alzheimer-Krankheit zugrundeliegenden neurobiologischen Prozesse sind mittlerweile gut bekannt. Sie haben einen jahrzehntelangen Vorlauf, bis es schließlich zu einer Abnahme der geistigen Leistungsfähigkeit kommt. Diese lange präsymptomatische Krankheitsphase und die Auswirkungen von beeinflussbaren Risikofaktoren auf die Krankheitsentwicklung sind günstige Voraussetzungen für präventivmedizinische Maßnahmen. Zur Prävention der Alzheimer-Demenz liegen umfangreiche, meist gut gesicherte Erkenntnisse vor. In diesem Werk wird der aktuelle Stand dieses Wissens zusammenfassend dargestellt und kritisch bewertet, um Hilfestellung für eine individuelle Beratung von Personen zur Demenzprävention zu geben.

Von den Betroffenen und ihren Angehörigen wird auch häufig recht spezifisch nach dem möglichen Nutzen von Naturstoffen zur Demenzprävention gefragt. Um diese Fragen angemessen und differenziert beantworten zu können, wurde der aktuelle Stand der gesicherten Erkenntnisse zu den gängigsten Einzelsubstanzen und Extrakten in einem eigenen Kapitel dargestellt.

Für die Prävention von Demenzerkrankungen ist natürlich auch die Früherkennung von großer Bedeutung, denn bei Personen, die ein hohes Risiko für die Entwicklung einer Alzheimer-Demenz haben oder die sich möglicherweise in einem frühen Stadium der Erkrankung befinden, sind Präventionsmaßnahmen besonders dringlich. Eine Schwierigkeit bei der Früherkennung der Alzheimer-Demenz besteht darin, eine durch die Erkrankung bedingte Verminderung der geistigen Leistungsfähigkeit von normalen altersbedingten Veränderungen zu unterscheiden. Zur Klärung dieser Frage werden charakteristische Befunde und ihre Bedeutung auf den verschiedenen diagnostischen Ebenen dargestellt – von den eigenen Wahrnehmungen der Betroffenen über die Erhebung und Untersuchung der verschiedenen Risikofaktoren und neuropsychologischen Tests bis hin zu den weiterführenden bildgebenden und laborchemischen Untersuchungsmethoden.

Schließlich werden für den Fall einer drohenden oder beginnenden Demenzerkrankung Maßnahmen für eine sinnvolle Frühbehandlung vorgeschlagen, die darauf abzielen, den Krankheitsverlauf wirksam zu verzögern. Das betrifft die Behandlung von Risikofaktoren, verschiedene Empfehlungen für Lebensstil und Ernährung und die medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten.

Eine derartige Präventivmedizin ist in anderen medizinischen Bereichen, insbesondere in Onkologie und Kardiologie, seit vielen Jahren gut etabliert. In den entsprechenden Fachgebieten bestehen fundierte und differenzierte Erkenntnisse über die Aussagekraft und den Nutzen von Vorsorgeuntersuchungen, über die weitere gestaffelte diagnostische Vorgehensweise und über therapeutische Maßnahmen in frühen Krankheitsstadien. Ziel des hier vorgelegten Handbuchs zur Demenzvorsorge ist es, den gegenwärtigen Wissensstand zu Risikofaktoren, Präventionsmaßnahmen, Früherkennung und Frühbehandlung der Alzheimer-Demenz für die Praxis aufzubereiten und zusammenzufassen. Es richtet sich an Hausärzte, Psychiater, Neurologen, Geriater, Gerontologen, Fort- und Weiterbildungskandidaten und Medizinstudenten.

Meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern am Institut für Studien zur Psychischen Gesundheit in Mannheim bin ich für ihre wertvolle Unterstützung bei der täglichen Arbeit in der Demenzvorsorge und der Behandlung von Alzheimer-Patienten sowie für zahlreiche Anregungen und Hinweise verbunden.

Mannheim, im Juli 2021
Georg Adler