

Forschung Frankfurt



Das Alter

- Natürlicher Verschleiß oder genetisches Programm?
- Im Alter fit – aber wie?
- Medizinische Entscheidungen am Lebensende
- Störfall im Kraftwerk der Zelle
- Risikofaktoren der Alzheimer-Krankheit
- Vom »Greis« zum »Silver Ager«

2.2007



HVB WILLKOMMENSKONTO START

0 * EURO IST UNS ZU WENIG



Für Studenten und Berufseinsteiger: kostenloses Girokonto mit 3 % Guthaben-Zinsen p. a. bis 1 500 Euro und kostenloser HVB MasterCard. Plus Sparplan schon ab 10 Euro monatlich. Mit der HVB ecKarte kostenlos Geld abheben in 16 Ländern an über 17 000 Geldautomaten der Cash Group Banken und der UniCredit Gruppe. **Das HVB WillkommensKonto Start** – bei regelmäßigem Geldeingang **komplett für 0 Euro, auch in den ersten beiden Berufsjahren.**

Persönliche Beratung in einer unserer Frankfurter Filialen, z. B. Leipziger Straße 27, oder demnächst auch direkt am Campus Bockenheim. Weitere Informationen unter www.hvb.de/starter

Machen Sie sich fit für Ihre Karriere.

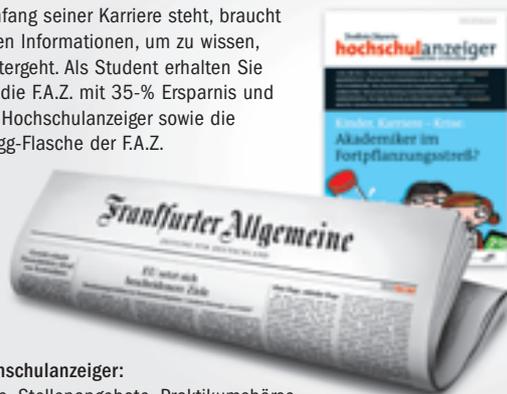
Die F.A.Z. und den Hochschulanzeiger mit 35 % Ersparnis.

Gratis für Studenten



6 Wochen die F.A.Z. für 17,50 €. Gratis die Sigg-Flasche der F.A.Z.

Wer am Anfang seiner Karriere steht, braucht die richtigen Informationen, um zu wissen, wie es weitergeht. Als Student erhalten Sie 6 Wochen die F.A.Z. mit 35-% Ersparnis und gratis den Hochschulanzeiger sowie die original Sigg-Flasche der F.A.Z.



F.A.Z.-Hochschulanzeiger:
Karrieretips, Stellenangebote, Praktikumsbörse.

Ja, ich bin Student/in und möchte die F.A.Z. mit 35 % Ersparnis testen.

Das sechswöchige Miniabo bestelle ich zum Vorzugspreis von 17,50 € (inkl. MwSt. und Zustellung) gegen Rechnung. Im Rhein-Main-Gebiet inkl. Rhein-Main-Zeitung und Sonntagszeitung zum Preis von 19,50 €. Ich spare 35% und erhalte die Sigg-Flasche, die ich in jedem Fall behalten darf. Wenn mich das Miniabo nicht überzeugt, teile ich dies dem Verlag Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH innerhalb der Laufzeit schriftlich mit. Ansonsten brauche ich nichts zu veranlassen und erhalte dann die Frankfurter Allgemeine Zeitung zum aktuell gültigen monatlichen Abonnementpreis von zur Zeit 17,50 € bzw. 19,50 € im Rhein-Main-Gebiet (inkl. MwSt. und Zustellkosten). Den sechsmal im Jahr erscheinenden Hochschulanzeiger bekomme ich automatisch nach Erscheinen zugeschickt. Ein gesetzliches Widerrufsrecht habe ich bei diesem Angebot nicht, denn dieses Abo ist jederzeit mit einer Frist von 20 Tagen zum Monatsende bzw. zum Ende des vorausberechneten Bezugszeitraums kündbar. Meine Studienbescheinigung habe ich in Kopie beigelegt.

Ich bin damit einverstanden, dass Sie mir schriftlich oder telefonisch weitere interessante Angebote unterbreiten (ggf. Streichen). Ein Angebot der Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH, Hellerhofstraße 2-4, 60327 Frankfurt (HRB 7344, Handelsregister Frankfurt am Main).

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Datum

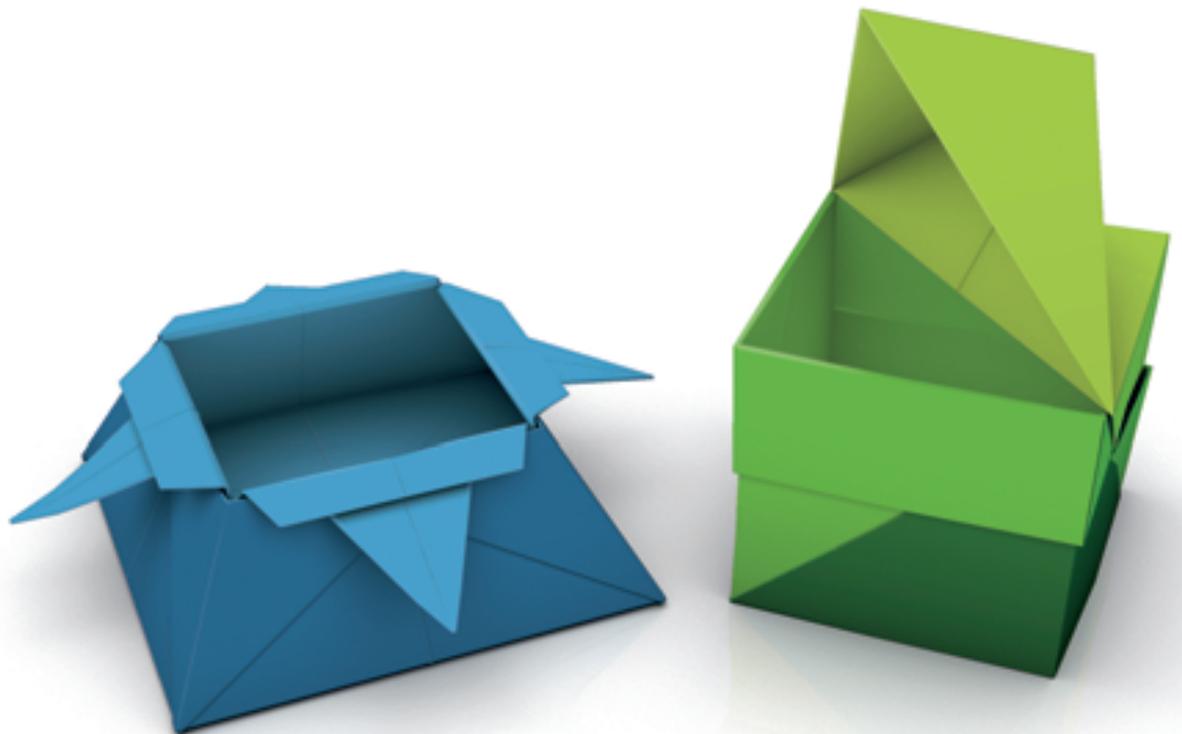
Unterschrift

FS6 ST7033

Roomigami!

Planen Sie Ihre Veranstaltung, wie Sie wollen. Und nicht, wie die Umstände es vielleicht zulassen. Sie suchen variable und kombinierbare Räume für Ihre Tagung oder Ihren Kongress – mit Ausstrahlung und perfekter Infrastruktur. Congress Frankfurt bietet Ihnen genau das: ein passgenaues Raumangebot auf dem Gelände der Messe Frankfurt. 75 Kongress-

und Tagungsräume mit einer Kapazität von insgesamt 22.000 Plätzen und großzügige Ausstellungsflächen stehen Ihnen zur Verfügung. Dazu Ausstattung, Technik, Personal und Catering. Alles wird individuell und professionell auf Ihre Wünsche abgestimmt. Wann dürfen wir Gastgeber Ihrer Veranstaltung sein? www.congressfrankfurt.de



Liebe Leserinnen, liebe Leser,



»Schach dem Alter?« titelte Forschung Frankfurt vor zwölf Jahren eine gedächtnispsychologische Studie, die sich am Beispiel schachspielender Senioren mit der erstaunlichen Wirksamkeit des Expertenwissens beschäftigte, wenn neue Lern- und Gedächtnisanforderungen zu bewältigen sind. Damals noch ein Solitär, hat sich die Altersforschung inzwischen zu einem etablierten Forschungsfeld an unserer Universität entwickelt. Die Beiträge dieser Ausgabe belegen dies eindrücklich. Sie kommen aus der Biologie, der Biochemie und der Pharmazie sowie aus der Medizin, der Ökonomie und der Soziologie, aus Pädagogik, Psychologie und Sportwissenschaft, aber auch aus Rechtswissenschaft und Kulturwissenschaften.

Die neue Frankfurter Altersforschung ruht auf drei Säulen. Da ist zum einen das »Forum Alterswissenschaften und Alterspolitik«. Seit 2004 widmet es sich – als Verbund von Wissenschaftlern unterschiedlicher Fachbereiche – der Förderung von Forschung, Lehre und praktischer Politik zu den mit Alter und Altern zusammenhängenden Themen, vielfach unterstützt von der Universität des Dritten Lebensalters. Besonders befruchtend, dass dies häufig fächerübergreifend geschieht.

In den Naturwissenschaften und in der Medizin ist die Altersforschung in Frankfurt traditionell gut aufgestellt. Dass Alois Alzheimer schon in voruniversitären Zeiten in Frankfurt wirkte, ist bekannt. Heute wird nicht nur die Alzheimer'sche, sondern auch die Parkinson'sche Krankheit an der Goethe-Universität intensiv beforscht – im Expertencluster »Alzheimer und Parkinson Forschung Frankfurt« kooperieren viele der in diesem Heft schreibenden Kollegen. Auch die BHF-Bank-Stiftungsprofessur für Gerontopsychiatrie ist hier mit eingebunden. In ähnlicher Weise haben sich die in der Altersforschung engagierten Forscherinnen und Forscher des Interdisziplinären Zentrums für Neurowissenschaften gemeinsam auf den Weg gemacht, Alter und Altern zu verstehen. Über die Arbeit des neu gegründeten Zentrums hatte Forschung Frankfurt erst kürzlich berichtet.

Wer meint, Altersforschung sei nur für ältere Wissenschaftler interessant, irrt. Unter den Autoren der größeren Beiträge gibt es jüngere (29) und ältere (70). Der Median der Altersverteilung liegt bei 45 Jahren. Um die Altersforschung nachhaltig voranzubringen, wird es einer gezielten Nachwuchsförderung in den jeweiligen Disziplinen und einer Verankerung der Forschungsthemen in den Studienplänen bedürfen. Prof. Gisela Zenz, die die Redaktion bei der inhaltlichen Konzeption dieser Ausgabe kompetent beraten hat, weist im Gespräch [siehe Seite 121] darauf hin.

Lesen Sie die faszinierenden Beiträge zu einem Thema, an dem zu guter Letzt keiner vorbei kommt.

A handwritten signature in blue ink that reads "A. Gold".

Andreas Gold
Vize-Präsident der
Johann Wolfgang Goethe-Universität

Nachrichten

- 6 Wenn das Gedächtnis nachlässt – Leben mit leichter kognitiver Beeinträchtigung
- 6 Schach der Demenz – Wie kann man am besten vorbeugen?
- 7 Gemeinsam gegen Alzheimer und Parkinson – Netzwerk bündelt Kompetenzen im Rhein-Main-Gebiet

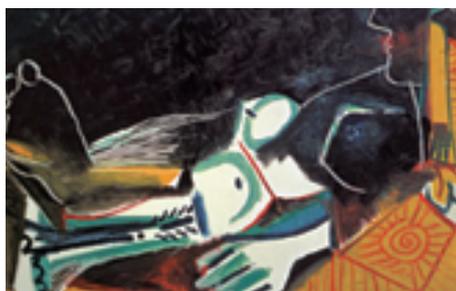
Forschung intensiv

| | | |
|------------------------------|----|--|
| Die zweite Adoleszenz | 8 | »Älter werden heißt selbst ein neues Geschäft antreten...« (Goethe) Über die Radikalität des Alters |
| Thorien des Alters | 16 | Natürlicher Verschleiß oder genetisches Programm? Nicht alle Organismen altern |
| Langlebigkeit | 22 | Molekulare Netzwerke der Langlebigkeit – Untersuchungen an Modellorganismen |
| Alzheimer-Demenz | 29 | Sehen, was Alzheimer nicht sah! – Demenz mit modernen bildgebenden und elektrophysiologischen Verfahren erforschen |
| Parkinson | 36 | Rost, Müll oder Staus? Parkinson aus der Sicht der molekularen Neurogenetik |
| Sportmedizin | 41 | Im Alter fit – aber wie? Sportmediziner entwickeln altersgerechte Bewegungsprogramme – Von Sturz- bis Demenzprophylaxe |
| Medizinethik | 48 | Medizinische Entscheidungen am Lebensende – Alternativen zur Patientenverfügung |
| Arbeit und Rente | 54 | Aufschub des Rentenalters – Mindert der spätere Ausstieg der Älteren den Einstiegschancen der Jüngeren? |

Forschung aktuell

- 59 Wie das Recht unser Alter bestimmt Vom Umgang des Staats mit dem Individuum: Altersgrenzen fixieren Lebenslauf
- 62 »... dann wird die Rente nicht mehr das sein, was sie vielleicht für meine Eltern noch ist« – Alterssicherung und Alterssicherungspolitik aus Sicht der Bevölkerung

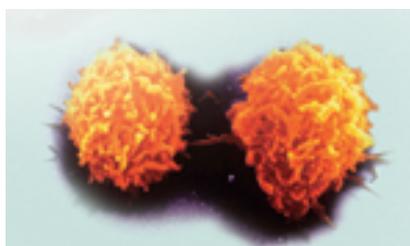
Die zweite Adoleszenz: 8 Über die Radikalität des Alters



In den Werken von Schriftstellern, bildenden Künstlern und Komponisten finden sich zahlreiche Hinweise auf eine zweite Adoleszenz, denen der Literaturwissenschaftler Prof. Dr. Klaus Reichert nachspürt. Die Radikalität des Alters markiert einen Bruch, der das bisherige Leben und Werk in Frage

stellt; nicht selten bedeutet dies einen völligen Neuanfang. Der radikale Alte ist rücksichtslos, er hat keine Scheu, sich »bloßzustellen« und gegebenenfalls seine Sehnsüchte und Lüste unzensiert, endlich unsublimiert zu zeigen. Vor wem sollte er sich noch schämen, da mit Sanktionen des »Realitätsprinzips« nicht mehr zu rechnen ist? In der »second adolescence« kann er ungeschützt sagen, was er sich sein langes Leben lang nicht zu sagen getraute, übrigens oft auch ohne Rücksicht auf das von ihm selbst in seinem Metier einmal Erreichte.

Natürlicher Verschleiß oder 16 genetisches Programm?



Was passiert, wenn Organismen altern? Bis heute sind Wissenschaftler sich darüber uneins. Einige halten den Alterungsprozess für einen natürlichen Verschleiß, andere wiederum machen die Gene für ein vorzeitiges Altern verantwortlich und hoffen, eine Pille gegen das Altern zu finden.

Dabei altern nicht alle Organismen: Einige sterben jung, sobald sie sich fortgepflanzt haben (Eintagsfliegen), andere können sich fortwährend selbst erneuern und leben ewig (Krebszellen). Prof. Dr. Roland Prinzinger diskutiert verschiedene Theorien des Alterns und spricht sich für die Stoffwechselftheorie aus, die er selbst seit vielen Jahren anhand der Embryonalentwicklung von Vögeln erforscht.

Molekulare Netzwerke der 22 Langlebigkeit

Welche Rolle spielen die Gene bei Alterungsprozessen? Beim Menschen weiß man darüber noch sehr wenig, obwohl man seit einigen Jahren in den Blutproben Hundertjähriger intensiv nach genetischen Gemeinsamkeiten sucht. Grundlegende genetische Mechanismen der Alterung versuchen Forscher wie Prof. Dr. Heinz D. Osiewacz hauptsächlich an einfachen, gut charakterisierten Modellorganismen wie dem Pilz *Podospora anserina* zu ergründen. Hier sind eine ganze Reihe von Mutanten bekannt, die deutlich länger leben als der natürlich vorkommende Wildstamm. Ziel ist es, nicht nur Langlebigkeitsgene zu finden, sondern auch die molekularen Pfade aufzuklären, die durch diese Gene gesteuert werden.



Sehen, was Alzheimer nicht sah! 29

Was im Gehirn von Auguste D. pas- sierte, konnte ihr Arzt Alois Alzheimer erst nach dem Tod seiner Pa- tientin feststellen. Auch heute noch ist eine zuverlässige Diagnose des Morbus Alzheimer nur mittels histo- logischer Beurteilung möglich. Aber inzwischen können Ärzte den Kran- ken bereits zu Lebzeiten „in den Kopf“ schauen und beobachten, welche anatomischen und funktionellen Veränderungen im Gehirn stattfinden. Prof. Dr. Johannes Pantel und Dr. Peter Uhlhaas beschreiben ab Seite 29, welche immensen Fortschritte die Alzheimer- und Demenzforschung Dank moderner Schnittbild- und elek- trophysiologischer Verfahren gemacht hat.



Im Alter fit – aber wie? 41



Vieles, was Menschen als körperlichen Alterungspro- zess empfinden, ist Ausdruck einer passiven Lebensweise: Sie werden zunehmend in- aktiv, und damit schwindet nach und nach die Bewe- gungsfähigkeit. Bis zu 30 Prozent der abnehmenden Leistungsfähigkeit zwischen

dem 30. und 70. Lebensjahr ist zu gleichen Teilen auf Rückbildung und Nichtgebrauch der Muskeln zurückzuführen. Wer sich in fortgeschrittenen Lebensphasen wohlfühlen und unabhängig bleiben möchte, sollte dafür sorgen, dass Beweglichkeit sowie geistige und soziale Aktivitäten immer zum Alltag gehören. Menschen, die ihre individuellen Gesundheitsressour- cen so stärken, bewältigen Erkrankungen und gesundheitliche Probleme leichter und bleiben außerdem auch geistig länger fit. Die Frankfurter Sportmediziner Privatdozent Lutz Vogt und Prof. Winfried Banzer entwi- ckeln und überprüfen qualitativ hochwertige seniorengerechte Bewegungs- angebote, spezielle Funktionstests und Hilfsmittel für Ältere.

Alternativen zur Patientenverfügung 48

Viele Menschen befürchten, die Medizin kenne am Lebensende keine Grenzen. Wie können Bürger in Fragen ihres eigenen Todes selbst bestimmen? Brauchen wir über- haupt Patientenverfügungen, in denen versucht wird, verschiedene Eventualitäten gedanklich vorweg- zunehmen? Der Medizinethiker Stephan Sahm bezweifelt dies. Alternativen sind notwendig. Dazu zählen die »Natürliche Stellvertre- terschaft durch Angehörige«, die Vorsorgevollmacht und der »Umfassende Vorsorgeplan«. Dabei handelt es sich um eine Strategie, die an den verän- derten Bedürfnissen des Patienten ausgerichtet ist. Denn Sahm hat bei sei- nen empirischen Studien festgestellt, dass sich Blickwinkel und Vorstellun- gen deutlich verändern, ob man sich nun als Gesunder oder als Kranker mit diesem Thema beschäftigt.



Forschung aktuell

- | | |
|--|-----|
| Reicht das Einkommen im Alter aus? – Die Armut unter alten Menschen wird deutlich zunehmen | 66 |
| Wenn Angehörige die Pflege übernehmen – Von Kosten und Nutzen intrafamiliärer Pflegevereinbarungen | 71 |
| Ist der Pflegenotstand unabwendbar? – Über die Zukunft der Pflegeversicherung: Defizite und Lösungen | 75 |
| Bessere Bedingungen für Teilzeitarbeit: Damit Familienangehörige Pflege übernehmen können – Noch lassen sich Beruf und Altenbetreuung nur schwer vereinbaren | 79 |
| Störfall im Kraftwerk der Zelle – Oxidativer Stress und Altern | 82 |
| Mitochondriale Dysfunktion bei Alzheimer-Demenz – Das Zusammenspiel von Hirnalterung und genetischen Risikofaktoren | 86 |
| Risikofaktoren der Alzheimer-Krankheit – Was verraten uns die Gene? | 90 |
| Die Stärken im Alter entdecken – Expertenwissen, implizites Gedächtnis und Trainingserfolge | 94 |
| Gebrechliche Hand versus starker Geist – Zum Spätwerk des an Parkinson erkrankten Barockmalers Nicolas Poussin | 98 |
| »Das beseufze ich oft ...« – Antiker Papyrus neu gefunden: Sapphos lyrische Klage über das Alter | 102 |
| Vom »Greis« zum »Silver Ager«? Sprachkritische Anmerkungen zu ab- und aufwertenden Bezeichnungen für ältere Menschen | 105 |
| Wer bestimmt das »Wohl« eines Heimbewohners? – Entscheidungen in Grenzfällen – Ethik-Komitees fördern Abwägungsprozesse | 107 |
| Gewalt gegen alte Menschen Daten, Fakten, Defizite – Wie der Schutz verbessert werden muss | 111 |

Forschung aktuell

- 114 »Wolken vor den Augen«
Leben mit altersbedingter
Makuladegeneration

- 118 Zugang zu den inneren Bildern
finden – Wie freies Malen
Menschen mit demenzieller
Erkrankung neue Wege
öffnen kann

Perspektiven

- 121 »Einer von drei Sozialpädagogen
arbeitet nach dem Studium mit
alten Menschen«
Altenswissenschaft ist für eine
zukunftsorientierte Universität
essenziell

- 125 „Selbstständigkeit erhalten, fit
werden für den jeweiligen Alltag“
Probleme und Perspektiven
der Altersmedizin

- 128 »Ich kann jetzt nicht aufhören...«
Deutschland braucht das Wissen
pensionierter Professoren

- 131 Von einem, der auszog, das Alter
zu erkunden – Ulrich Peter Ritters
ganz persönliche »Alterspolitik«

Gute Bücher

- 136 »Das vierte Alter« als »radikalste
Form biokultureller Unfertigkeit«
Im Überblick: Das Phänomen
»Altern« aus verschiedenen
wissenschaftlichen Perspektiven

- 137 Weniger sind mehr –
Der Soziologe Hondrich
entdramatisiert den
Geburtenrückgang

- 138 Auf der Suche nach der »wahren
Artistik des Alters« – Skizzen und
Notizen: Bovenschens lebens-
geschichtliches Kaleidoskop

- 139 Die hochgeschätzten Weisen und
die verborgenen Generations-
konflikte – Wie Griechen und
Römer sich dem Alter stellten

- 140 Was steckt hinter den
Stereotypen? Die Kulturgeschichte
des Alters hinterfragt die
gängigen Klischees

**Reicht das Einkommen
im Alter aus?**

66



Seit Jahren wird von einem Krieg der Generationen fabuliert: Von einer Kündigung des Generationenvertrags in der Gesetzlichen Rentenversicherung ist die Rede, nach dem bisher die laufenden Renten aus den gleichzeitig gezahlten Beiträgen ohne Bildung eines Kapitalstocks finanziert werden. Die Menschen werden zunehmend unsicherer, ob sie noch ein Alterseinkommen erwarten können, das sie vor Armut im Alter bewahrt. Gleichzeitig spricht man aber von der Generation der Erben, die in den nächsten ein oder zwei Jahrzehnten Erbschaften in bisher

nie gekannter Höhe erhalten werden. Der Wirtschaftswissenschaftler Prof. Richard Hauser durchleuchtet diese Gemengelage, um echte von vermeintlichen Problemen zu unterscheiden.

**Die Stärken
im Alter entdecken**

94



Die Mehrzahl der Menschen in unserem Kulturkreis verbindet Altern mit besorgten Vorstellungen über die Verminderung oder sogar den Verfall des physischen wie psychischen Leistungsvermögens. Wie die Entwicklungspsychologin Prof. Dr. Monika Knopf in ihrem Beitrag erklärt, sind jedoch

nicht alle kognitiven Fähigkeiten des Menschen gleichermaßen von Leistungseinbußen betroffen. Einige grundlegende Fähigkeiten sind auch im Alter stabil. Auch Expertenwissen bleibt oft bis in hohe Lebensaltersabschnitte erhalten, wobei ältere Experten jüngere Erwachsene übertreffen können. Und schließlich kann das nachlassende Gedächtnis durch spezifische Lerntechniken trainiert werden.

**Sapphos lyrische Klage
über das Alter**

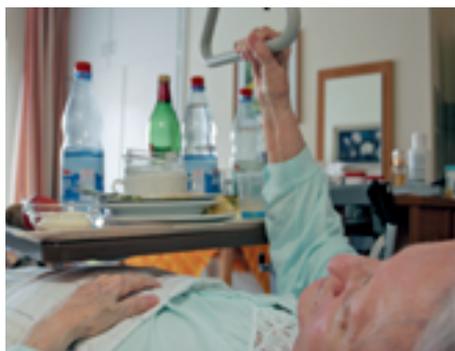
102

Einer der spektakulärsten Papyrusfunde der letzten Jahre führt zu neuen Erkenntnissen über die Meisterin der griechischen Lyrik, Sappho, die um 600 v. Chr. auf der Insel Lesbos lebte: 2004 veröffentlichten die Kölner Altphilologen Michael Gronefeld und Robert Daniel ein Fragment, das sich unter Papyrusstreifen befunden hatte, mit denen eine ägyptische Mumie verklebt war. Dieser Neufund ermöglicht es dem



Frankfurter Altphilologen Prof. Dr. Hans Bernsdorff, die lyrische Klage über das Alter, von der bislang nur die Enden der Verse bekannt waren, bis auf wenige Lücken zu Beginn komplett zu betrachten. Darin zeigt sich vor allem, wie Sappho eine gegenüber früherer Poesie, besonders Homer, neuartige Sicht des Alters präsentiert.

Gewalt gegen alte Menschen 111



Die Betreuung zu Hause führt Pflegendе und Gepflegte vielfach an ihre Grenzen. Über Fälle von Gewalt und Vernachlässigung wird immer häufiger berichtet. Folgen sind schwerwiegende körperliche Verletzungen, psychosomatische Beschwerden, aber auch posttraumatische Belastungsstörungen bis hin zu Depressionen und Suizidrisiken. Prof. Gisela

Zenz, Expertin für Familienrecht, stellt Möglichkeiten der Prävention und Intervention vor, die Fachleute zurzeit mit Politikern diskutieren. Neben dem Ausbau sozial- und arbeitsrechtlicher Regelungen, die pflegende Angehörige unterstützen und entlasten sollen, wird auch erwogen, das Recht auf gewaltfreie Pflege gesetzlich zu gewährleisten.

Selbstständigkeit erhalten, fit werden für den Alltag 125

Keine Bevölkerungsgruppe wächst so schnell wie die Gruppe der über 80-Jährigen. Aber die Geriatrie führt trotz dieser unausweichlichen Entwicklung ein Schattendasein: Es mangelt an ausgebildeten Altersmedizinerinnen ebenso wie an verlässlichen wissenschaftlichen Daten, aus denen sich evidenzbasierte



Behandlungsstrategien für diese Altersgruppe ableiten lassen. Zu den wesentlichen Herausforderungen der Geriatrie gehört es, die Selbstständigkeit der Patienten so weit wie möglich zu erhalten und ihnen gleichzeitig dabei zu helfen, Behinderung und funktionelle Einbußen zu akzeptieren.

»Ich kann jetzt nicht aufhören ...« 128

Seit die Emeritierung abgeschafft und durch die Pensionierung ersetzt wurde, ist es für Professoren in Deutschland deutlich schwieriger geworden, ihre Forschungsprojekte nach dem 65. Geburtstag fortzusetzen. Während dem Emeritus weiterhin ein Büro zur Verfügung steht, ist ein Pensionär auf die „Duldung“ durch die Fakultät angewiesen und auf noch fließende Drittmittel. Am Wissenschaftsstandort Deutschland könnten durch diese Regelung irreparable Schäden entstehen, meint die Journalistin Mareike Knoke – etwa dadurch, dass die Seniorforscherinnen und -forscher in die Vereinigten Staaten abwandern. Dass es auch anders geht, verdeutlicht Knoke am Beispiel aktiver Pensionäre der Universität Frankfurt.



die „Duldung“ durch die Fakultät angewiesen und auf noch fließende Drittmittel. Am Wissenschaftsstandort Deutschland könnten durch diese Regelung irreparable Schäden entstehen, meint die Journalistin Mareike Knoke – etwa dadurch, dass die Seniorforscherinnen und -forscher in die Vereinigten Staaten abwandern. Dass es auch anders geht, verdeutlicht Knoke am Beispiel aktiver Pensionäre der Universität Frankfurt.

Gute Bücher

| | |
|---|-----|
| »Generation plus« – nicht ohne Wenn und Aber Porträts: Der Umbetter der Kriegsoffer oder die Frau mit den tausend Trimmgeräten | 141 |
| Alt und abgeschoben – Der Pflegenotstand und die Würde des Menschen | 142 |
| Statt Sterbehilfe Therapie zur Schmerzlinderung – Die Grenzen der Ethik und der Wille des Patienten | 143 |
| »Wechseln von Windeln nach Wasserlassen: vier bis sechs Minuten« Breitscheidel bietet Innenansichten von Altenpflegeheimen | 144 |
| Wohin mit Vater? Ein Sohn verzweifelt am Pflegesystem | 145 |
| Im Alter auf die Couch? Psychosoziale Beratung und Psychotherapie im Alter | 146 |
| Lernen im Lebenslauf – Eine Einführung in die Altersbildung | 147 |
| Vorschau/Impressum/ Bildnachweis | 148 |

Wenn das Gedächtnis nachlässt

Leben mit leichter kognitiver Beeinträchtigung

Menschen mit leichten kognitiven Beeinträchtigungen kann durch ein psychoedukatives Programm und Training geholfen werden. Seit Juli 2007 bietet das Zentrum für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie, Abteilung Gedächtnisambulanz des Frankfurter Klinikums Kurse an, die Betroffene speziell bei der Alltags- und Krankheitsbewältigung unterstützen sollen. Jeder Sechste jenseits des 65. Lebensjahres ist Studien zufolge von LKB betroffen, die ein erstes Anzeichen einer Demenzerkrankung sein können. Als Symptome treten objektivierbare Gedächtnisstörungen auf, wie Verschlechterungen des Kurz- und Langzeitgedächtnisses, Verschlechterung in der Orientierung und in der Aufmerksamkeit sowie Sprachstörungen (beispielsweise Wortfindungsstörungen). Etwa 20 Prozent der Betroffenen entwickeln innerhalb von zwei Jahren eine Demenz vom Alzheimer Typus. Ziel dieses Gruppenprogramms ist es, Ältere möglichst früh nach Auftreten der leichten kognitiven Beeinträchtigung zu informieren und aufzuklären. Dies beinhaltet auch, verschiedene Risikofaktoren anzusprechen, die eine solche Beeinträchtigung fördern können, zum Beispiel depressive Symptome oder sozialer Rückzug.

Vermittelt werden adäquate Be-



wältigungsstrategien zum Umgang mit Gedächtniseinbußen, die auch dazu beitragen sollen, eventuell auftretende emotionale Belastungen, die durch Gedächtniseinbußen bedingt sind, zu verringern. Weiterhin werden Selbsthilfepotenziale aktiviert und alltagspraktische Tätigkeiten gefördert. Die Betroffenen sollen beispielsweise lernen, externe Merkhilfen (zum Beispiel Terminplaner) zu verwenden und in den Alltag einzubauen. Der Aus-

tausch mit anderen Gruppenteilnehmern soll ihnen helfen, mit Unsicherheiten und Selbstzweifeln, die durch bemerkte Gedächtniseinbußen entstehen können, besser zurechtzukommen und das Thema zu enttabuisieren. An diesem Trainingsprogramm können Personen teilnehmen, die bei sich Gedächtniseinbußen bemerken und sich hierdurch seelisch belastet fühlen, ihren Alltag aber noch bewältigen können. Die Teilnahme ist kostenlos. Vorab findet eine neuropsychologische Testung statt. Das Training untersteht der Leitung von Prof. Dr. Johannes Pantel, stellvertretender Direktor der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie. Interessierte wenden sich von Montag bis Donnerstag von 11:00 bis 11:30 Uhr, sowie Montag und Donnerstag von 14:00 bis 15:00 Uhr an Diplom-Psychologin Ines Roth unter Telefon: (069) 6301-5399 oder an Diplom-Psychologin Silke Matura unter Telefon: (069) 6301-7178.

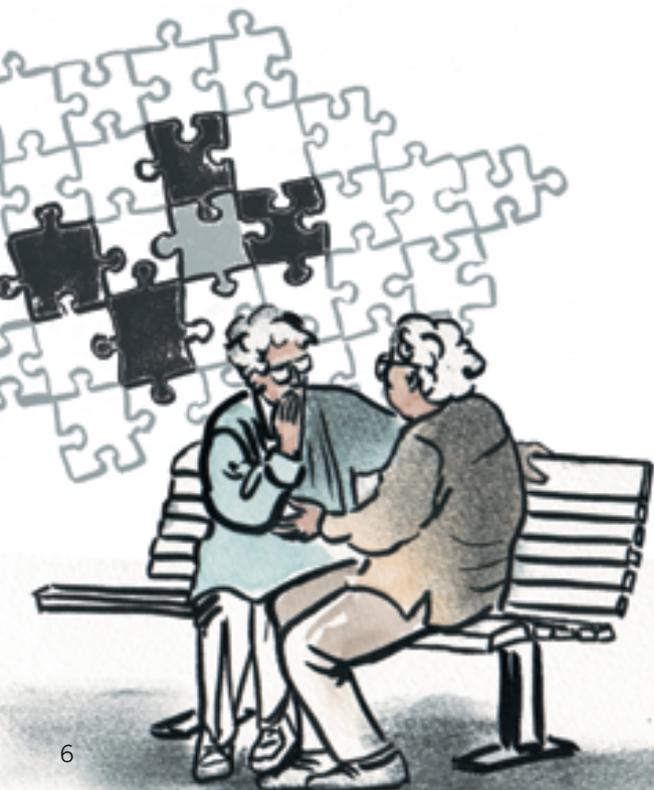
Schach der Demenz

Wie kann man am besten vorbeugen?

Häufig geht der Demenzerkrankung die leichte kognitive Beeinträchtigung (LKB) voraus. Da für 20 bis 50 Prozent der Betroffenen das Risiko besteht, innerhalb von zwei bis drei Jahren an Demenz zu erkranken, sind erfolgreiche Präventionsstrategien sehr wichtig. Ein neues Forschungsvorhaben am Klinikum der Goethe-Universität hat die Entwicklung eines Präventionsprogramms zum Ziel, das Betroffenen hilft, durch Eigeninitiative den kognitiven Abbau im Alter aufzuhalten und dadurch das Auftreten von leichten kognitiven Beeinträchtigungen und Demenz hinauszuzögern oder sogar zu verhindern. Ansatzpunkt von Prof. Dr. Johannes Pantel (Stiftungsprofessur Gerontopsychiatrie) und Diplom-Psychologin Valentina Tesky ist die »Kognitive Reserve«, die bis ins Alter hinein durch Aktivitäten und Beschäftigungen beeinflusst werden kann.

Der Begriff der »Kognitiven Reserve«, dessen neurowissenschaftliche Grundlagen in einem parallel durchgeführten interdisziplinären Verbundprojekt untersucht werden sollen [siehe Monika Knopf, »Die Stärken im Alter entdecken«, S. 94], bezeichnet die Fähigkeit des Gehirns, auf geistige Potenziale zurückzugreifen, wenn Hirnfunktionen durch Alter oder Krankheit beeinträchtigt werden. Die Kognitive Reserve ist bei jedem Menschen anders. Stimuliert und vergrößert wird sie von geistiger Tätigkeit, Bildung, beruflichen Fertigkeiten, aber auch vom Sprachvermögen und einem regen Sozialleben. Somit stellt die Kognitive Reserve einen Ansatz dar, das Risiko, an leichter kognitiver Beeinträchtigung oder Demenz zu erkranken, durch Eigeninitiative zu reduzieren.

Ein Aufbau Kognitiver Reserven soll dadurch erreicht werden, dass



die Frequenz kognitiv stimulierenden Tätigkeiten in Alltag und Freizeit dauerhaft erhöht wird. Zusätzlich soll überprüft werden, ob es sich günstiger auswirkt, wenn zusätzlich eine Teilnahme an sportlichen Aktivitäten stattfindet. Die Intervention soll darin bestehen, mit den Teilnehmern in einer Gruppe gezielt Strategien anzuwenden, um vermehrt kognitiv stimulierende

Aktivitäten auszuführen und diese über positives Feedback aufrechtzuerhalten. Teilnehmer sollen Personen ab 65 Jahren sein, die bereit sind, an verschiedenen Aktivitäten und sportlichen Tätigkeiten mitzumachen. Geplant ist, die Untersuchung mit einer Anzahl von zirka 300 Personen durchzuführen. Der Leitfaden der Intervention soll als Handbuch veröffentlicht werden,

das von professionellen Personen im Bereich der Altenarbeit und Altenhilfe eingesetzt werden kann. Hierdurch soll eine Breitenwirkung des Gruppenprogramms erzielt werden. Zurzeit laufen Gespräche mit der BHF-Bank-Stiftung (Frankfurt), die die Möglichkeit einer Förderung des Projekts prüft. ◆

Weitere Informationen unter: www.johannes-pantel.de

Gemeinsame Forschung gegen Alzheimer und Parkinson

Netzwerk bündelt Kompetenzen im Rhein-Main-Gebiet

Die pathologischen Prozesse, die der Entstehung des Morbus Alzheimer und des Morbus Parkinson zugrunde liegen, weisen viele Gemeinsamkeiten auf. Es lag daher nahe, Forschungsprojekte, die sich mit beiden Krankheitsbildern beschäftigen, an der Universität Frankfurt in einer Forschergruppe innerhalb des Zentrums für Arzneimittel-forschung, -Entwicklung und -Sicherheit (ZAFES) zu konzentrieren. Gemeinsames Ziel des ZAFES »Expertencusters Alzheimer & Parkinson Forschung Frankfurt – Grundlagen und Therapien« (APFF) ist es, die Pathologie der beiden Krankheiten besser zu verstehen und neue Therapieoptionen zu finden beziehungsweise bestehende Therapieformen zu optimieren. Dazu bündelt das APFF die Kernkompetenz auf den Gebieten der Alzheimer- und der Parkinson-Krankheit in Frankfurt und der Rhein-Main-

Region und vernetzt klinische und präklinische Institutionen durch enge Kooperationen, bei denen gemeinsame Ressourcen genutzt werden. Weiterhin möchte das APFF intensiv den wissenschaftlichen Nachwuchs fördern, etwa durch Vergabe von intradisziplinären Promotionen.

Die Kooperation von Forscherinnen und Forschern über die Fachbereichsgrenzen der Universität hinaus ermöglicht einen fruchtbaren und direkten Austausch von wissenschaftlichem Know-how und Methoden. Zurzeit haben sich elf universitäre Kliniken und Institute zusammengeschlossen. Das APFF wird durch Kooperationen zu nationalen und internationalen öffentlichen und industriellen Partnern verstärkt. Als Bestandteil des ZAFES profitiert das APFF von der intensiven Vernetzung von Universität, Pharmazeutischer Industrie



und Biotechnologieunternehmen. Die am ZAFES beteiligten Wissenschaftler stammen aus den Fachbereichen »Chemische und Pharmazeutische Wissenschaften« und »Humanmedizin«, sowie assoziierten Institutionen wie dem Georg Speyer Haus oder dem Paul Ehrlich Institut. Ihr Ziel ist es, schneller zu innovativen Arzneimitteln zu gelangen.

Einige Experten des APFF stellen ihre aktuellen Forschungsaspekte auch in diesem Heft vor: Prof. Johannes Pantel und Dr. P. Uhlhaas, Prof. Dr. Georg Auburger, Prof. Walter E. Müller, Dr. Kristina Leuner & Dr. Gunter Peter Eckert, sowie Prof. Dr. Thomas Deller und Dr. Estifanos Ghebremedhin. ◆

Weitere Informationen unter: www.APFF.de

Anzeige

Das Wissenschaftsmagazin

Forschung Frankfurt

Jetzt auch online!

Ab 01.09.07 unter:

www.forschung-frankfurt.de

