

## Nachbericht: „Das Wichtigste zur Alzheimer-Krankheit – Experten klären auf“

Anlässlich des Welt-Alzheimer-Tages haben wir, die Alzheimer Forschung Initiative (AFI), am 19. September bei der Veranstaltung „Das Wichtigste zur Alzheimer-Krankheit – Experten klären auf“ über die wichtigsten Themen rund um die Alzheimer-Demenz informiert.

TV-Journalistin und **AFI-Botschafterin Okka Gundel** führte durch die Veranstaltung. „So voll ist dieser Hörsaal sicher selten. Da können sich die jüngeren Leute noch eine Scheibe von Ihnen abschneiden“, scherzte sie bei der Begrüßung der etwa 500 Besucher, die unserer Einladung ins Audimax am Campus der Virchow-Klinik der Charité in Berlin gefolgt waren. „Das Traurige an der Alzheimer-Krankheit ist, dass man einen Menschen zwei Mal verliert – einmal seine Persönlichkeit und dann am Ende den Menschen selbst.“ Das weiß Okka Gundel aus eigener Erfahrung, denn ihre Großmutter hatte Alzheimer und ist 2003 gestorben. Auch deshalb ist ihr die Aufklärung über die Alzheimer-Krankheit und die Unterstützung der Angehörigen eine Herzensangelegenheit.

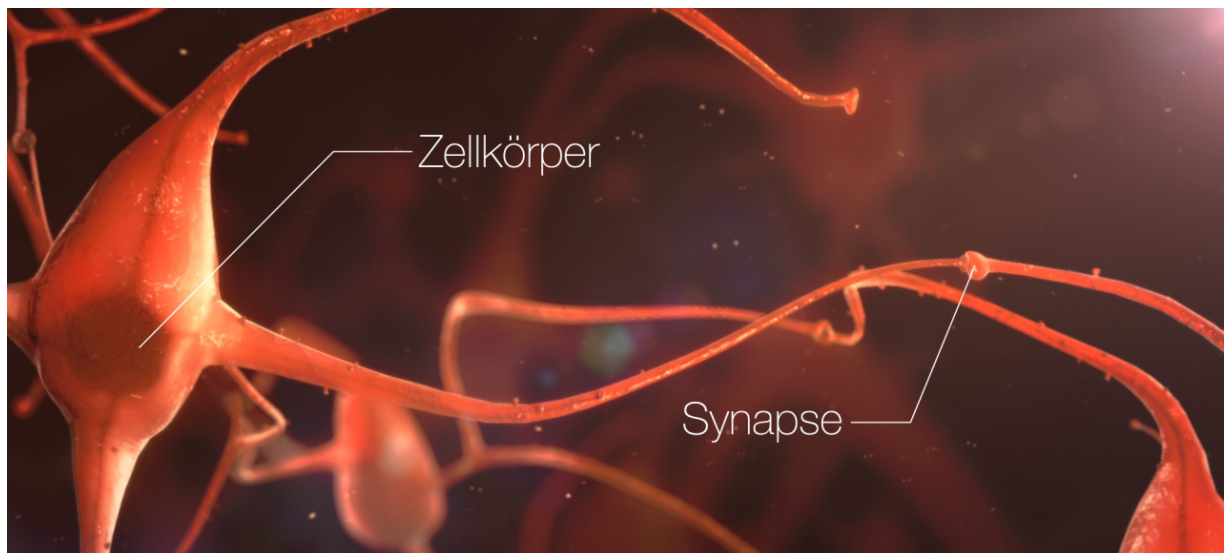


*Gut 500 Teilnehmer verfolgten die Vorträge unserer Experten und stellten zahlreiche Fragen.*

„Die AFI ist unabhängig von staatlichen Stellen und der Pharmaindustrie“, stellte unser **Vorstandsvorsitzender Dr. Michael Lorrain** heraus. Deshalb können wir unsere Ziele – Förderung der Alzheimer-Forschung und Aufklärung über die Alzheimer-Krankheit – ohne Einflussnahme von Dritten verfolgen. „Allerdings brauchen wir dafür die Unterstützung von engagierten Menschen. Ohne Sie, liebe Spenderinnen und Spender, hätten wir das nicht geschafft. Ohne Sie wären wir gar nichts“, sagte Dr. Lorrain. Denn mit Hilfe von Spenden

konnten wir als AFI bisher 266 Forschungsaktivitäten mit über 10 Millionen Euro unterstützen. Damit sind wir der größte private Förderer der Alzheimer-Forschung in Deutschland. Zusätzlich konnten 800.000 kostenlose Ratgeber und Broschüren an Interessierte und Betroffene versendet werden. „Wir kämpfen für eine Welt ohne Alzheimer! Und für jede Hilfe bei diesem gewaltigen Vorhaben sind wir Ihnen von Herzen dankbar“, so der praktizierende Nervenarzt.

Der kurze Animationsfilm „Alzheimer: Eine dreidimensionale Entdeckungsreise“ stimmte die Besucherinnen und Besucher anschließend auf die Vorträge der vier Referentinnen und Referenten ein. Wer diese Reise ins menschliche Gehirn noch einmal miterleben möchte, kann den Animationsfilm auf der Webseite der AFI unter [www.alzheimer-forschung.de](http://www.alzheimer-forschung.de) ansehen.



*Szene aus dem Film „Alzheimer: Eine dreidimensionale Entdeckungsreise“*

## 1. Vortrag: „Ursachen der Alzheimer-Krankheit – Was wissen wir bereits?“

„Die Erkrankung bedroht uns alle. Deshalb können wir uns der Alzheimer-Krankheit nicht geschlagen geben“, kommentierte **Prof. Dr. Thomas Willnow** den Rückzug einiger Pharmafirmen aus der Alzheimer-Forschung. Der Experte vom Max-Delbrück-Centrum für Molekulare Medizin in Berlin erforscht die Ursachen der Alzheimer-Krankheit und gab sein Wissen in verständlichen Worten an die Veranstaltungsteilnehmer weiter.

Die Alzheimer-Krankheit ist mit rund zwei Drittel aller Fälle die häufigste Demenzform. Prof. Willnow stellte zu Beginn seines Vortrags klar, dass die Ursachen der Erkrankung immer noch nicht restlos aufgeklärt sind. Dies ist daher das wichtigste Ziel bei der Suche nach einer Heilung.

Bei der Alzheimer-Krankheit sind in der Regel zunächst die Synapsen betroffen. Die Kommunikation zwischen den Neuronen funktioniert dadurch nicht mehr richtig und es kommt zu Störungen bei der Signalübertragung. Informationen können nicht mehr verarbeitet und weitergeleitet werden. Im Laufe der Erkrankung sterben ganze Nervenzellen ab. Das führt zu einem fortschreitenden Abbau der geistigen Fähigkeiten, denn die Nervenzellen im Gehirn können sich kaum erneuern. Die bisherige Forschung legt nahe, dass daran zwei Protein-Ablagerungen im Gehirn entscheidenden Anteil haben, die sogenannten Beta-Amyloid-Plaques und die Tau-Fibrillen.

Der bedeutendste Risikofaktor für die Alzheimer-Krankheit ist das Alter. Denn nahezu jeder Mensch entwickelt mit zunehmendem Alter in seinem Gehirn die besagten Amyloid-Plaques: „Beta-Amyloid entsteht bei jedem, aber bei manchen entsteht zu viel“, erläutert Prof. Willnow. Gerade im Alter kommt das Gehirn häufig nicht mehr nach mit der Entsorgung dieser giftigen Molekülstruktur. Daher setzt Prof. Willnow dort an, wo die Ursachen für das übermäßige Entstehen von Beta-Amyloid liegen muss: in den Genen des Menschen.

Mittlerweile konnten verschiedene Risiko-Gene von der Wissenschaft identifiziert werden. Daran hatte auch Prof. Willnow mit einem von der AFI geförderten Projekt entscheidenden Anteil. Durch die detaillierte Betrachtung bereits identifizierter Gene erhofft sich Prof. Willnow Einblicke in die genauen Ursachen der Krankheit. Er bleibt kämpferisch: „Wir müssen die richtigen Fragen stellen und dürfen auch angesichts von Rückschlägen nicht aufgeben!“



*Prof. Dr. Thomas Willnow: „Wir können uns der Alzheimer-Krankheit nicht geschlagen geben.“*

Neben der Genetik spielt aber auch die Lebensführung eine entscheidende Rolle beim persönlichen Risiko, an Alzheimer zu erkranken. Prof. Willnow schätzt, dass der Einfluss des Lebensstils gegenüber der Genetik 20-40 Prozent beträgt. Wie jeder einzelne etwas für seine Gesundheit im Alter tun kann, erfuhren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im zweiten Vortrag des Abends.

## 2. Vortrag: „Alt werden, jung bleiben – Lässt sich Alzheimer vorbeugen?“

„Zu Beginn habe ich eine gute Nachricht für Sie“, begrüßte **Prof. Dr. Stefan Teipel** die Besucher. „Sie haben heute bereits etwas für Ihre Alzheimer-Vorsorge geleistet: Sie haben sich bewegt, um hier her zu kommen. Sie folgen den Vorträgen heute Abend und trainieren damit Ihr Gehirn. Und im besten Falle haben Sie auch soziale Kontakte durch den Austausch mit Ihren Sitznachbarn.“ Der Leiter der Klinischen Forschung des Deutschen Zentrums für Neurodegenerative Erkrankungen am Standort Rostock/Greifswald und Mitglied unseres Wissenschaftlichen Beirats stellte die wichtigsten Fakten zur Alzheimer-Prävention vor.



*Prof Dr. Stefan Teipel stellte die wichtigsten Fakten zur Alzheimer-Vorbeugung vor.*

Neben den genannten Faktoren Bewegung, geistige Fitness und soziale Kontakte ist auch eine gesunde Ernährung von entscheidender Bedeutung. Prof. Teipel empfahl eine Orientierung an der mediterranen Ernährung, die gekennzeichnet ist durch den Verzehr von viel Obst und Gemüse, Olivenöl und Nüssen, dafür wenig rotes Fleisch und viel Fisch. Beim Fisch sollte man eher zu fettem Seefisch wie Lachs, Kabeljau, Sardine oder Makrele greifen, da diese Fische viele langkettige Omega-3-Fettsäuren enthalten.

Prof. Teipel hatte noch eine zweite gute Nachricht: Trotz der zunehmenden Zahl älterer Menschen in unserer Gesellschaft wird „der Anstieg der Alzheimer-Erkrankungen nicht ganz so dramatisch sein wie befürchtet“. Grund dafür sind die höhere Bildung insbesondere in jungen Jahren und der gestiegene Lebensstandard. Außerdem haben insbesondere die verbesserten Möglichkeiten bei der medizinischen Behandlung vieler Risikofaktoren das Alzheimer-Risiko gesenkt. Dazu zählen vor allem Gefäßerkrankungen. Prof. Teipel riet dazu, Bluthochdruck, Diabetes, Herzrhythmusstörungen und erhöhte Cholesterinwerte regelmäßig untersuchen und behandeln zu lassen. Außerdem sollten Rauchen und übermäßiger Alkoholkonsum vermieden werden.

Abschließend ermutigte Prof. Teipel das Publikum, einen Verlust der Hörfähigkeit nicht einfach hinzunehmen, da dieser möglicherweise das Alzheimer-Risiko erhöht. Als Ursache dafür wird unter anderem eine geringere Teilnahme am sozialen Leben in Folge der Hörprobleme angenommen. Er empfahl daher dringend, insbesondere bei Schwerhörigkeit auf beiden Ohren, ein Hörgerät zu nutzen.

Informationen zur Alzheimer-Vorbeugung finden Sie auf [www.alzheimer-forschung.de](http://www.alzheimer-forschung.de) unter „Alzheimer“ → „Vorbeugen & Vorsorgen“.



*In der Pause nutzten die Teilnehmer die Gelegenheit, unseren Experten Fragen zu stellen.*

### 3. Vortrag: „Gedächtnissprechstunde – Wie wird Alzheimer diagnostiziert?“

Gedächtnisprobleme dürfen nicht ignoriert werden. „Eine Gedächtnissprechstunde sollte aufgesucht werden, wenn die Probleme über einen Zeitraum von zwei Monaten bestehen, es keinen offensichtlichen Grund dafür gibt und diese auch von Mitmenschen wahrgenommen werden“, sagte **Prof. Dr. Oliver Peters** von der Charité - Universitätsmedizin. Er leitet die Gedächtnissprechstunde an der Charité und gab einen Einblick in seine Arbeit. Für einen Termin bei einer Gedächtnissprechstunde ist bei Kassenpatienten eine Überweisung durch den Haus- oder Facharzt erforderlich. Privatpatienten können selbst einen Termin vereinbaren.

Eine zentrale Herausforderung bei neurodegenerativen Krankheiten ist die richtige Diagnosestellung. Eine Alzheimer-Diagnostik besteht aus einem Anamnesege spräch, einer körperlichen Untersuchung inklusive der Überprüfung der Blutwerte sowie aus neuropsychologischen Tests. Erhärten diese Untersuchungen den Verdacht auf eine Demenz, wird die Diagnose mit bildgebenden Verfahren und immer häufiger auch durch eine Untersuchung des Liquors, also des Nervenwassers, weitergeführt.



*Prof. Dr. Oliver Peters erläuterte die diagnostischen Mittel einer Gedächtnissprechstunde.*

Im Arztgespräch wird zunächst die Art der Gedächtnisstörung erfasst und ihr Einfluss auf den Alltag des Patienten abgeklärt. Dabei ist auch das Gespräch mit einem nahestehenden Menschen hilfreich, weil Gedächtnisprobleme vom Erkrankten häufig anders erlebt werden, als von seinen Angehörigen oder Freunden. Die körperliche Untersuchung inklusive Blutabnahme gibt in Verbindung mit der Erfassung der medizinischen Vorgeschichte des Patienten auch Aufschluss über mögliche nicht-dementielle Ursachen der Gedächtnisstörung.

Eine erste Einschätzung kann dann durch eine Reihe neuropsychologischer Tests gegeben werden. Bei diesen standardisierten Tests werden Wortfindung, Merkleistungen und weitere relevante Fähigkeiten mit einfachen Fragen getestet. Falls die Ergebnisse auf eine Demenz hinweisen, kann die Diagnose durch bildgebende Verfahren wie der Magnetresonanztomographie (MRT) oder der Positronen-Emissions-Tomografie (PET) erhärtet werden. Auch durch die Entnahme und Untersuchung von Nervenwasser kann anhand der Konzentration von alzheimer-typischen Amyloid- und Tau-Proteinen eine Diagnose mit großer Genauigkeit gestellt werden. „Entgegen allgemeiner Annahmen ist eine Entnahme von Nervenwasser mit keinerlei Risiken verbunden“, so Prof. Peters. Er erläuterte, dass das Verfahren in den vergangenen Jahrzehnten deutlich verbessert wurde und es in den allermeisten Fällen nicht mehr zu Nebenwirkungen wie zum Beispiel Kopfschmerzen komme.

In Zukunft könnte ein Bluttest neue Möglichkeiten in der Diagnostik schaffen. Auch wir als Alzheimer Forschung Initiative fördern derzeit Projekte zur Entwicklung von Alzheimer-Bluttests. „Die bisher entwickelten Tests sind allerdings noch nicht genau genug“, erklärte Prof. Peters. „Dies wird sich aber in den nächsten Jahren ändern. Dadurch wird die Alzheimer-Diagnose einfacher und günstiger. Außerdem werden wir verstärkt Künstliche Intelligenz bei der Interpretation von Diagnose-Ergebnissen sehen“, prognostizierte Prof. Peters. Auch dies werde zu einer noch besseren und vor allem früheren Diagnose führen, die für einen früh ansetzenden Behandlungsansatz entscheidend wäre. „Wir sind auf dem Weg, die Erkrankung bereits in einer präklinischen Phase zu diagnostizieren.“

#### 4. Vortrag:

##### „Alzheimer-Erkrankung – Stand der Therapie und Ausrichtung für die Behandlung“

„Eine Verbesserung der Kognition bei Patienten ist unmöglich, auch deshalb ist eine frühe Diagnose so wichtig“, erklärte **Prof. Dr. Isabella Heuser**, Direktorin der Klinik und Hochschulambulanz für Psychiatrie und Psychotherapie der Charité – Universitätsmedizin Berlin und Mitglied unseres Wissenschaftlichen Beirats. Auch in absehbarer Zukunft wird es wahrscheinlich nicht möglich sein, von Alzheimer zerstörte Areale im Gehirn wiederherzustellen. Stattdessen soll in Zukunft der Ausbruch der Krankheit verhindert werden, indem die Krankheit noch vor Auftreten der Symptome erkannt und mit neuen Wirkstoffen bekämpft werden kann.

So weit sind wir aber noch nicht. „Die bisherigen Medikamente verbessern die Kognition nicht, sie halten aber das Niveau des Patienten statistisch gesehen über etwa sechs bis neun Monate gleich“, sagte Prof. Heuser. Aus ärztlicher Sicht ist das ein deutlicher Behandlungsmehrwert für die Patienten. Die vorhandenen Medikamente haben außerdem vergleichsweise wenige

Nebenwirkungen. Jedoch schlagen die Wirkstoffe nicht bei jedem gleich gut an. Wichtig ist, dass die Medikamente von einem erfahrenen Arzt verabreicht und eingestellt werden. Bei Problemen mit den Medikamenten empfiehlt Prof. Heuser deshalb auch den Besuch einer Gedächtnissprechstunde oder bei einem spezialisierten Neurologen.



*„Wir brauchen nicht nur Mainstream-Forschung“, forderte Prof. Dr. Isabella Heuser.*

Angesichts der aktuellen Fehlschläge bei der Wirkstoff-Entwicklung warb Prof. Heuser abschließend für neue Forschungsansätze: „Wir brauchen nicht nur Mainstream-Forschung. Um Wirkstoffe mit einer wirklich krankheitsmodifizierenden Wirkung zu finden, wird noch weitere Grundlagenforschung nötig sein.“

Wenn wir es schaffen, die genauen Ursachen und molekularen Wirkungsweisen der Krankheit zu entschlüsseln, werden wir unserem Ziel näherkommen: Eine Welt ohne Alzheimer, in der jeder in Würde und bei geistiger Gesundheit alt werden kann. Dafür setzen wir als AFI uns gemeinsam mit Ihrer Hilfe ein. Herzlichen Dank!

In einem Punkt waren sich alle Referenten einig: Je früher Sie Gedächtnisbeschwerden abklären lassen, desto besser sind im Falle einer Alzheimer-Diagnose die Chancen, den Krankheitsverlauf zu verzögern. Auch können Sie sich in einem frühen Stadium der Erkrankung noch selbstbestimmt um die wichtigen Zukunftsfragen kümmern. Mit der Veranstaltung und diesem Nachbericht möchten wir Ihnen Mut machen, sich früh mit möglichen Gedächtnisproblemen und ihren Folgen auseinanderzusetzen. Denn wer gut informiert ist, kann besser mit der Herausforderung Alzheimer umgehen.

Weitere Informationen rund um die Alzheimer-Krankheit finden Sie auf unserer Internetseite [www.alzheimer-forschung.de](http://www.alzheimer-forschung.de) in der Rubrik „Alzheimer“.



*Etwa 500 Teilnehmer informierten sich bei der kostenlosen Veranstaltung der AFI in Berlin.*

***Das Team der Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) und ihrer Stiftung bedankt sich für Ihr Interesse und freut sich über Ihre Unterstützung. Ihre Spende hilft beim Kampf gegen die Alzheimer-Krankheit.***