

## **„Die Wissenschaft gibt nicht auf!“**

### **Nachbericht: „Alzheimer vorbeugen und behandeln“ Frankfurt, 11. September 2025**

Anlässlich des Welt-Alzheimer-Tages haben wir, die Alzheimer Forschung Initiative (AFI), am 11. September in Frankfurt mit einem Vortragsabend über die Prävention und Behandlung der Alzheimer-Krankheit informiert.

TV-Moderatorin und AFI-Botschafterin **Okka Gundel** führte durch die Veranstaltung. Sie berichtete von der Alzheimer-Erkrankung ihrer Großmutter – eine „mysteriöse Krankheit, die einen oft so fassungslos zurücklässt“. Diese persönliche Erfahrung prägt ihr Engagement für die AFI.

Gleichzeitig machte sie Hoffnung: Auch wenn Alzheimer bislang nicht heilbar ist, kommt die Forschung voran: „Mit Leqembi ist seit September erstmals ein neues Medikament auch in Deutschland zugelassen.“ Da Leqembi die Krankheit jedoch nicht heilen, sondern nur im frühen Stadium etwas verlangsamen kann, bleibt die Alzheimer-Prävention ein zentrales Thema. Ihr Appell an die Gäste: „Geben Sie gut auf sich acht.“



*Rund 270 Interessierte verfolgten die Vorträge unserer Fachleute und stellten Fragen.*

Gundel ermunterte die 270 Gäste, die seltene Gelegenheit zu nutzen, Fragen an die Fachleute zu stellen. Besonders dankte sie den Kooperationspartnern von der Goethe-Uni Frankfurt, die den Saal kostenfrei zur Verfügung gestellt hatten: „Das ist toll, denn so bleibt mehr Geld im AFI-Spendenbudget.“ Anschließend übergab sie das Wort an **Prof. Dr. Sabine Andresen**, die im Namen des Präsidiums der Goethe-Universität Frankfurt die Gäste begrüßte.

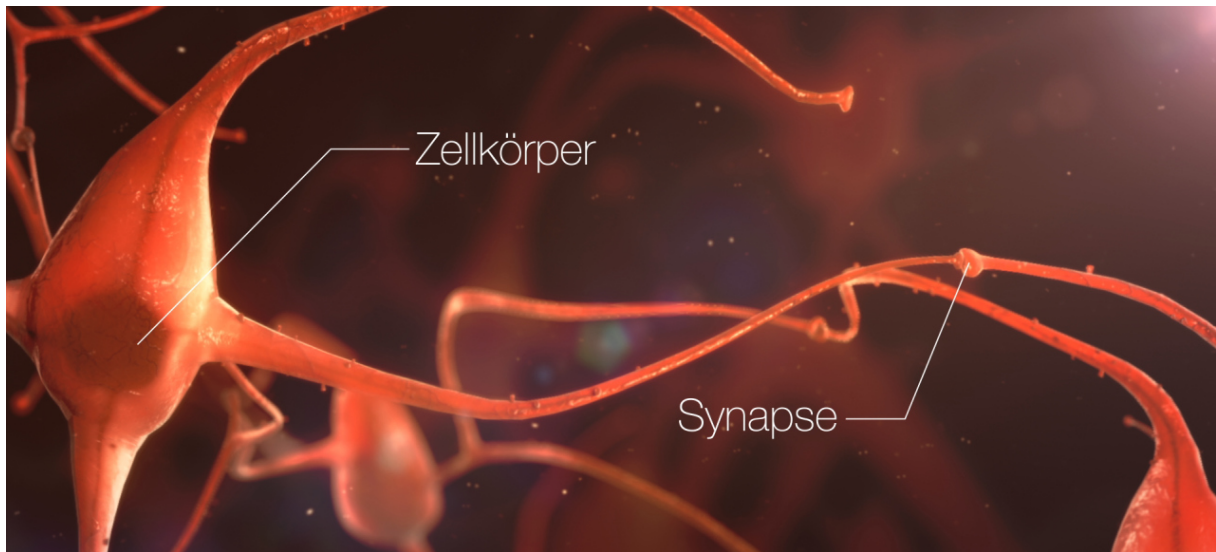
Prof. Andresen wies auf die besondere Bedeutung des Frankfurter Campus Westend hin: Im Jahre 1901 begegnete hier Alois Alzheimer seine später berühmteste Patientin Auguste Deter. Nur wenige Meter vom Veranstaltungsort entfernt hält eine Gedenktafel auf dem Campus die Erinnerung an dieses Ereignis wach. Dieser historische Ort wurde durch den Austausch von Erkrankten, Angehörigen und Fachleuten wieder lebendig als Raum, um eigenen Ängsten vor Alzheimer gemeinsam begegnen zu können.



*„Ein Raum, den eigenen Ängsten vor Alzheimer gemeinsam zu begegnen“, so Prof. Dr. Sabine Andresen*

Im Anschluss sprach **Prof. Dr. Frank Oswald** als Vertreter des zweiten Kooperationspartners, dem Frankfurter Forum für Interdisziplinäre Altersforschung (FFIA). Das FFIA führt unterschiedliche Disziplinen zusammen, um neue Perspektiven auf das Altern zu gewinnen. Oswald betonte den Leitgedanken des „ressourcenreichen Alterns“: Alter sei nicht nur eine Phase von Verlusten, sondern ein Abschnitt des Lebens mit eigenen Potenzialen. Mit Blick auf die Historie des Ortes erinnerte er daran, dass Auguste Deter und Alois Alzheimer beide nur 51 Jahre alt wurden. Heute, 125 Jahre später, „fühlt man sich mit 51 nicht alt, sondern mitten im Leben – und hat noch einige Jahre, wenn nicht Jahrzehnte, vor sich.“

Im dritten Grußwort machte unser Vorstandsmitglied **Dr. Ellen Wiese** deutlich, was die AFI seit 30 Jahren als größten privaten Förderer der Alzheimer-Forschung in Deutschland auszeichnet: Unabhängigkeit von staatlichen Stellen und der Pharmaindustrie – und die Nähe zu den Menschen. „Wir sind für die Menschen da“, betonte sie. Dank der Unterstützung vieler Spenderinnen und Spender konnte die AFI in den vergangenen 30 Jahren 421 Forschungsaktivitäten mit mehr als 18,2 Millionen Euro fördern. Ebenso hat sie fast eine Million kostenlose Ratgeber und Broschüren verteilt und bietet persönliche Beratung an. AFI verbindet so wissenschaftlichen Fortschritt mit konkreter Hilfe – damit niemand mit einer Demenzerkrankung allein gelassen wird.



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

Der kurze **Animationsfilm „Alzheimer: Eine dreidimensionale Entdeckungsreise“** stimmte die Besucherinnen und Besucher anschließend auf die Vorträge ein. Wer die Reise ins menschliche Gehirn noch einmal erleben möchte, kann sich den Animationsfilm auf der AFI-Website unter [www.alzheimer-forschung.de](http://www.alzheimer-forschung.de) anschauen.

### **1. Vortrag: „Alzheimer vorbeugen – gesund leben, gesund altern“**

„Alzheimer hat einen langen Vorlauf, bis die ersten Symptome auftreten“, erklärte **Prof. Dr. Johannes Pantel**, Leiter des Arbeitsbereichs Altersmedizin an der Goethe-Universität Frankfurt, zu Beginn seines Vortrags. Diese lange Vorphase eröffnet die Chance, mit wirksamen Maßnahmen gegenzusteuern. Diese Zeit kann man nutzen, um eine Alzheimer-Erkrankung durch einen gesunden Lebensstil zu verhindern. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt zurzeit 14 vorbeugende Maßnahmen, die das Demenz-Risiko nachweislich senken. Dies ist besonders wichtig, da statistisch gesehen jede zweite Frau und jeder dritte Mann ab 65 Jahren im Laufe des Lebens an einer Demenz erkrankt.

Als ersten zentralen Schutzfaktor nannte Pantel die körperliche Aktivität: „Bewegung funktioniert gleich aus mehreren Gründen.“ Zum einen verringert Bewegung Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Übergewicht, erhöhter Blutzucker oder ungünstige Cholesterinwerte. Jeder einzelne dieser Faktoren erhöht bereits das Demenzrisiko, in Kombination jedoch besonders deutlich. Bewegung kann einer Demenz entgegenwirken, da körperliche Aktivität das Gewicht reguliert, den Blutdruck senkt und den Stoffwechsel stabilisiert.

Zum anderen hat Bewegung auch einen direkten Einfluss auf das Gehirn: Sie fördert die Neubildung von Synapsen, verbessert die Durchblutung und erhöht die Fähigkeit des Gehirns,

Schäden oder Abbauprozesse eine Zeit lang auszugleichen, die sogenannte kognitive Reserve. Schon einfache Routinen wie tägliches Spaziergehen können viel bewirken. Pantels Empfehlung orientierte sich an den Vorgaben der WHO: mindestens 150 Minuten Bewegung pro Woche, was etwa zweieinhalb Stunden moderater Aktivität wie zügiges Gehen oder Radfahren entspricht. Wer es intensiver angeht, braucht etwa die Hälfte der Zeit.



*„Man hat Zeit, etwas zu tun“, beschrieb Prof. Pantel die Chancen, die Präventionsmaßnahmen bieten.*

Als zweiten Schutzfaktor nannte Pantel die Ernährung. Seit Jahren gilt die mediterrane Kost mit viel Gemüse, Obst, Vollkorn, Fisch und Olivenöl als erwiesenermaßen schützend für Herz und Gehirn. Neuere Studien zeigen ähnliche Effekte für die skandinavische Kost mit Beeren, Kohl- und Wurzelgemüse, Vollkorn aus Roggen, Hafer und Gerste sowie Fisch und Rapsöl ähnliche Vorteile für die Hirngesundheit zeigen.

So konnte in Langzeitstudien nachgewiesen werden, dass Menschen, die sich konsequent an solch vorgegebene Ernährungsmuster hielten, seltener Demenzerkrankung entwickelten. „Entscheidend sind dabei aber nicht einzelne Lebensmittel, sondern die richtige Zusammensetzung der Nährstoffe“, erklärt Pantel. Ob man sich dabei eher an der Küche des Südens, des Nordens oder an beiden orientiert, ist jedoch „letztlich Geschmackssache“. Wenig hält er dagegen von Nahrungsergänzungsmitteln: Zusätzliche Vitamine und ähnliche Präparate seien nur dann sinnvoll, wenn tatsächlich bei einer ärztlichen Untersuchung ein Mangel nachgewiesen werde.

Der dritte Schutzfaktor, den Pantel vorstellte, ist die geistige und soziale Aktivität. Studien zeigen, dass kognitiv stimulierende Freizeitbeschäftigungen wie Museumsbesuche, Schachspielen, ein Ehrenamt oder auch das Lesen eines Buches das Demenzrisiko senken

können. Fernsehen könne er dagegen nicht empfehlen – „eine Ausnahme sind Sendungen, die Frau Gundel moderiert“, fügte er schmunzelnd hinzu.

Zum Abschluss ging Pantel auf einen Risikofaktor ein, der bisher noch wenig bekannt ist: die Schwerhörigkeit. Schon ein Hörverlust von 25 Dezibel kann das Risiko für eine Demenz deutlich erhöhen. Pantel wusste aus eigener Erfahrung zu berichten: „Hörgeräte sind nervig – man muss sich erst dran gewöhnen, dann darauf achten, dass die Batterie geladen ist.“ Doch lohne sich die Mühe. Studien zeigen, dass unbehandelte Schwerhörigkeit das Demenzrisiko steigert, während Hörgeräte oder Implantate schützen können. Pantel empfahl daher, Hörprobleme immer abklären zu lassen und technische Hilfen konsequent zu nutzen.



*TV-Moderatorin und AFI-Botschafterin Okka Gundel führte durch die Veranstaltung.*

Nach einer kurzen Pause erfuhren die Zuhörerinnen und Zuhörer im zweiten Vortrag des Abends alles über die neuen Antikörper-Medikamente gegen Alzheimer und ihre Möglichkeiten. Der Referent **Prof. Dr. Lutz Frölich** leitet die Abteilung „Gerontopsychiatrie“ am Zentralinstitut für Seelische Gesundheit in Mannheim. Er ist außerdem Professor für Gerontopsychiatrie der Medizinischen Fakultät Mannheim der Universität Heidelberg.

## **2. Vortrag: „Alzheimer behandeln – Potenzial und Limitationen der neuen Medikamente“**

„Die neuen Medikamente richten sich an Menschen im Frühstadium der Alzheimer-Erkrankung – also an diejenigen, die zwar Gedächtnisstörungen haben, aber im Alltag weitgehend selbstständig sind“, erklärte Prof. Dr. Lutz Frölich zum Einstieg. „Es sind Menschen, die beispielsweise noch allein mit dem Auto in die Sprechstunde kommen und die in der Lage sind, sich selbst zu organisieren“. Für Menschen, die bereits stark hilfebedürftig

sind, seien die neuen Therapien nicht geeignet: „Dann sind die Medikamente leider nicht mehr wirksam“.

Frölich erklärte den Stellenwert der beiden neuen Medikamente Leqembi (Lecanemab) und Kisunla (Donanemab) in der Alzheimer-Behandlung: „Mit den Präparaten kann Alzheimer zum ersten Mal ursächlich behandelt werden, das ist ein großer Fortschritt. Leider sind sie nicht die Lösung, denn sie bringen keine Heilung. Wie die bisherigen Medikamente sind sie nur ein Baustein in der Alzheimer-Behandlung“. Dennoch geben die Medikamente vielen Menschen neue Hoffnung. Auch wenn die Krankheit immer noch nicht geheilt werden kann, können die die neuen Präparate erkrankten Menschen und ihren Familien „mehr lebenswerte Zeit schenken“. In seiner eigenen Arbeitspraxis hat Frölich bereits Patientinnen und Patienten mit Leqembi behandelt und konnte positive Entwicklungen beobachten: „Die Menschen profitieren spürbar von einer besseren Lebensqualität.“



*Alzheimer-Forscher Prof. Dr. Lutz Frölich gab einen Überblick über die neuen Alzheimer-Medikamente.*

Frölich betonte allerdings auch die Risiken und Grenzen der Medikamente – insbesondere die Hirnschwellungen und -blutungen. Diese Nebenwirkungen treten häufiger und stärker auf bei Menschen mit einer Kopie des Alzheimer-Risikogens ApoE4. Deshalb ist in den ersten Monaten der Behandlung eine engmaschige Kontrolle mittels MRT zwingend notwendig. Für die Behandlung ist ein klar geregeltes Sicherheitskonzept erforderlich: Dazu gehören ein Patientenpass, spezielle Schulungen für Ärztinnen und Ärzte sowie der Ausschluss von Personen mit besonderen Risiken, beispielsweise einer erhöhten Blutungsneigung oder zwei Kopien des ApoE4-Gens.

Allerdings ist es für Ärztinnen und Ärzte eine große Herausforderung die Menschen im passenden Krankheitsstadium zu identifizieren, denn nicht immer sind die Symptome schon deutlich sichtbar. Bei manchen Erkrankten treten beispielsweise weniger bekannte Alzheimer-Symptome auf oder die Defizite können noch ausgeglichen werden, obwohl sich im Gehirn schon die krankheitstypischen Ablagerungen gebildet haben.

Zum Abschluss wagte Frölich einen positiven Blick in die Zukunft: Neue Antikörper wie Trontinemab sollen mithilfe innovativer Techniken („Brains Shuttle“) die Blut-Hirn-Schranke besser überwinden, damit der Wirkstoff gezielter ins Gehirn gelangt. Außerdem arbeiten Forschende an Kombinationstherapien, die mehrere Krankheitsprozesse gleichzeitig angehen, zum Beispiel Proteinablagerungen im Gehirn, entzündliche Vorgänge und den Schutz der Nervenzellen. „Die Wissenschaft gibt nicht auf!“ betonte Frölich – und machte deutlich: Jeder Fortschritt bringt neue Hoffnung für Menschen mit Alzheimer und ihre Familien.

Unsere Seite „Forschung aktuell“ begleitet alle Entwicklungen in der Alzheimer-Forschung – damit Sie immer auf dem Laufenden bleiben:

[www.alzheimer-forschung.de/forschung/aktuell/](http://www.alzheimer-forschung.de/forschung/aktuell/)



Rund 270 Gäste informierten sich bei der kostenlosen Veranstaltung der AFI in Frankfurt.

**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.**