

Forschen gegen das Vergessen

Neues Zentrum für Alzheimer-Prävention an der Uniklinik

VON MONIKA SALCHERT

Die Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Uniklinik Köln unter Leitung von Professor Frank Jessen zählt deutschlandweit zu den führenden Zentren auf dem Gebiet der Alzheimerforschung. Ein Schwerpunkt liegt auf der Alzheimer-Prävention. Die Wissenschaftler beschäftigen sich seit Jahren intensiv mit Studien zu diesem Bereich. Mit dem neuen Kölner Alzheimer Präventionszentrum (KAP) wird ein weiteres wichtiges Kapitel aufgeschlagen. Am Montag, 8. Juli, wird das Zentrum offiziell eröffnet.

„Das Kölner Alzheimer Präventionszentrum ist in Deutschland einzigartig. Wir stellen an diesem Abend das Team, unsere Arbeit und Ziele vor. In den neuen Räumen in der Berrenrather Straße können wir künftig vermehrt Präventionsstudien durchführen sowie konkrete Maßnahmen entwickeln und anbieten“, sagt Frank Jessen, „zudem werden wir die neuesten Erkenntnisse aus der Präventionsforschung präsentieren. Vor zehn Jahren dachte man noch, dass sich das Auftreten der Demenz nicht beeinflussen lässt. Dass es quasi schicksalhaft ist, ob jemand betroffen ist. So ist es nicht. Studien haben gezeigt, dass sich über die Prävention eine Menge erreichen lässt. Je früher, desto besser.“ Im KAP möchten die Forscher auch Menschen ab 50 Jahre stärker in den Focus nehmen. „Wir wollen das gesunde Gehirn anschauen. Und mit der Prävention beginnen, wenn noch keine Symptome, keine Gedächtnisbeeinträchtigungen erkennbar sind.“

Gehirn beseitigt Abfallstoffe

Als Risikofaktoren für eine Demenzerkrankung gelten unter anderem hoher Blutdruck, Diabetes, Übergewicht und Bewegungsmangel. Zudem Stress, schlechter Schlaf, fehlende soziale Kontakte, Depression und mangelnde geistige Aktivität. „Das Gehirn ist ein Organ, das man trainieren kann. Es ist noch zu wenig bewusst geworden, dass man aktiv dafür sorgen kann, dass das Gehirn gesund

bleibt.“ Wie viel sich auf dem Gebiet tut, zeigt sich am Beispiel Schlaf. Vor einigen Jahren wurde ein zuvor unbekanntes System entdeckt, mit dem das Gehirn schädliche Abfallstoffe beseitigt. Über dieses sogenannte glymphatische System reinigt sich das Gehirn im Tiefschlaf. Mit dem Zellmüll, der aus den Hirnzellen transportiert wird, werden auch schädliche Proteine, die Amyloide, ausgewaschen. Die Ablagerungen der Proteine gelten als zentrales Kennzeichen der Alzheimer-Erkrankung.

Im neuen Kölner Alzheimer Präventionszentrum stehen den Interessenten neben den Ange-

boten, an neuen Studien teilzunehmen, Kurse beispielsweise zur Stressreduktion und zur Achtsamkeits- und Bewegungsförderung zur Verfügung. Die meisten bezahlt beziehungsweise bezu-



Frank Jessen

Foto: uni

nehmen möchte, muss sich anmelden. „Die Eintrittspforte ist das Kölner Alzheimer-Präventionsregister. Das gibt es seit drei Jahren. Seither haben sich etwa 850 Frauen und Männer eintragen lassen“, sagt Jessen. In diesem Register sammeln die Wissenschaftler die Kontaktdaten der an der Alzheimer-Prävention interessierten Menschen. Sie werden regelmäßig über neue Studien, aktuelle Forschungsergebnisse und neue Konzepte zur Prävention informiert. Dieser Bereich wird nach Einschätzung von Klinikdirektor Jessen künftig an Bedeutung gewinnen. In Deutschland leben derzeit etwa 1,7 Millionen an Demenz erkrankte Menschen. Die meisten sind von der Alzheimer-Krankheit betroffen. Tendenz steigend. Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft schätzt, dass in Deutschland alle 100 Sekunden ein Mensch an Demenz erkrankt. Ein Heilmittel gibt es bislang nicht.

Eröffnung Kölner Alzheimer Präventionszentrum, Montag, 8. Juli, 18 Uhr, Hörsaal des Max-Planck-Instituts für Biologie des Alterns (Gebäude 32), Joseph-Stelzmann-Straße 9b. Es gibt noch einige freie Plätze, Eintritt kostenlos.