**Zeitschrift:** Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

**Herausgeber:** Geriatrischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

**Band:** - (2010-2011)

**Heft:** 109

**Rubrik:** Altersmythos : Entwicklung der Demenzprävalenz

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Siehe Rechtliche Hinweise.

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. Voir Informations légales.

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. See Legal notice.

**Download PDF:** 22.05.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# Altersmythos

## Entwicklung der Demenzprävalenz

### Altersmythos

Weil es immer mehr Betagte gibt und diese in immer grösserer Zahl ein sehr hohes Alter erreichen, wird die Demenzprävalenz in den nächsten Jahrzehnten massiv zunehmen.

### Wirklichkeit

Wenn – wie zu erwarten ist – die Senioren in Zukunft vermehrt geistig und körperlich sehr aktiv sein werden und die vaskulären Risikofaktoren von hoch Betagten sich reduzieren, darf mit einer Stabilisierung oder gar Reduktion der Demenzprävalenz wenigstens in der 1. Welt gerechnet werden.

### Begründung

- Der klinische Krankheitsbeginn der Alzheimerdemenz verzögert sich markant bei höheren geistigen Reserven und hohen geistigen Aktivitäten. Denn dank der Plastizität des Gehirns werden dabei mehr neue Synapsen aufgebaut als durch den Alzheimerprozess abgebaut werden, und das Gehirn kann die durch diesen Prozess erfolgten Schäden länger kompensieren.
- Bei fehlenden zerebrovaskulären Läsionen dank niedrigeren vaskulären Risikofaktoren kann das Gehirn Alzheimerläsionen viel länger kompensieren, wie in der Nonnenstudie eindrücklich gezeigt worden ist. Die Baby-Boom-Generation, die jetzt ins Pensionsalter kommt, hat noch einen Lebensstil, der vaskuläre Risikofaktoren niedrig hält.
- Im Mäuseversuch ergab eine Mäusehaltung mit stressarmer Aktivierung und Bewegung eine Reduktion des Alzheimerrisikos um 74 %.

- Kann der Krankheitsbeginn um 11 Jahre verzögert werden durch obige zwei Massnahmen – was realistisch erscheint – bleibt die Demenzprävalenz in Europa bis 2050 konstant. Kann die Verzögerung gar 16 Jahre erreichen, wird sich die Demenzprävalenz bis 2050 gar halbieren.

Prof. emeritus Konrad Bayreuther, Heidelberg, persönliche Kommunikation, am Treffen der deutschsprachigen Memorykliniken in Innsbruck, Sommer 2008