

Kognitives Training zur Demenz-Prävention: Theorien – Effekte – mögliche bevölkerungspolitische Folgen

Univ.-Prof. Dr. W. D. Oswald
Forschungsgruppe Prävention & Demenz
Universität Erlangen-Nürnberg

6. Geriatrietag: Früherkennung und Prävention der Demenz
Universitätsklinikum Halle (Saale)
06.11.2015

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

www.wdoswald.de

The screenshot shows the website interface for the research group. At the top, there is a navigation menu with links: SimA-50+, SimA-P, DEMENZ-FRÜHERKENNUNG, AUTOFAHREN IM ALTER, GEDÄCHTNIS IM ALTER, NAI, and KONTAKT. On the left, there is a sidebar with a logo for 'UNIV.-PROF. DR. W. D. OSWALD' and a list of menu items: STARTSEITE, AKTUELLES, UNIV.-PROF. DR. W. D. OSWALD FORSCHUNGSTEAM, SIMA-AUSBILDUNG, SIMA-AKADEMIE e.V., VORTRÄGE, PUBLIKATIONEN, BÜCHER/CDS, PRESSESPiegel, INSTITUT IPG, KOOPERATIONSPARTNER, and GÄSTEBUCH. The main content area features a header with the FAU logo and a photo of Prof. Oswald. Below this is a welcome message: 'Ich freue mich, Sie auf unserer Seite begrüßen zu dürfen!' followed by a paragraph about the challenges of aging and the SimA programs. At the bottom, there are six project logos: SimA 50+ (Demenz-Prävention), SimA Pflegeheim (Demenz-Therapie), Demenz-Früherkennung, Autofahren im Alter, Gedächtnis im Alter, and NAI.

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

Gliederung

- Demografische Entwicklung
- Theoretische Implikationen
- Empirische Ergebnisse: Beispiele
- Bevölkerungspolitische Folgen

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

**Dramatische Veränderungen in
unserer Gesellschaft stehen bevor!**

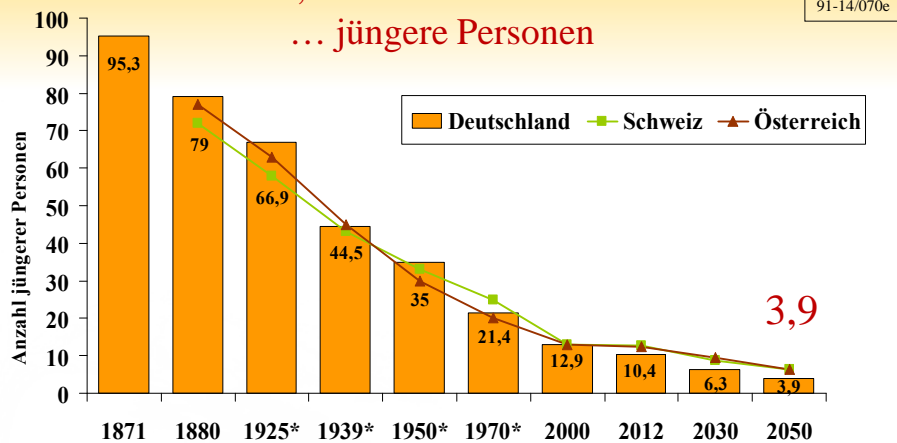
Die demografische Entwicklung

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

Geburtenrückgang mit dramatischen Folgen

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

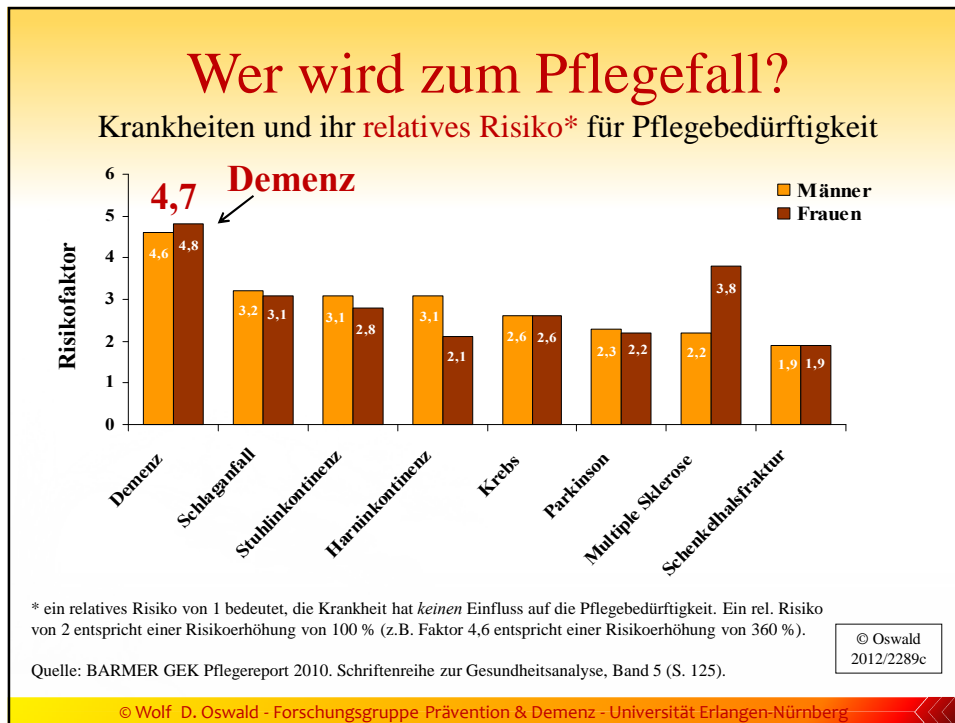
Auf einen über 75-Jährigen kommen in Deutschland, Österreich und der Schweiz jüngere Personen



Quellen:

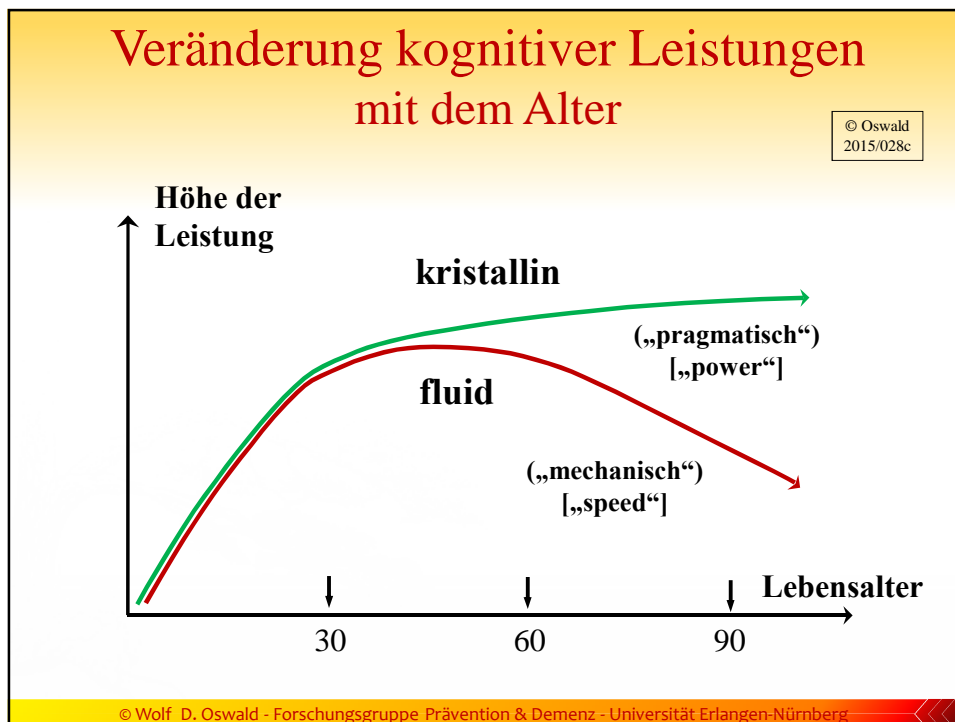
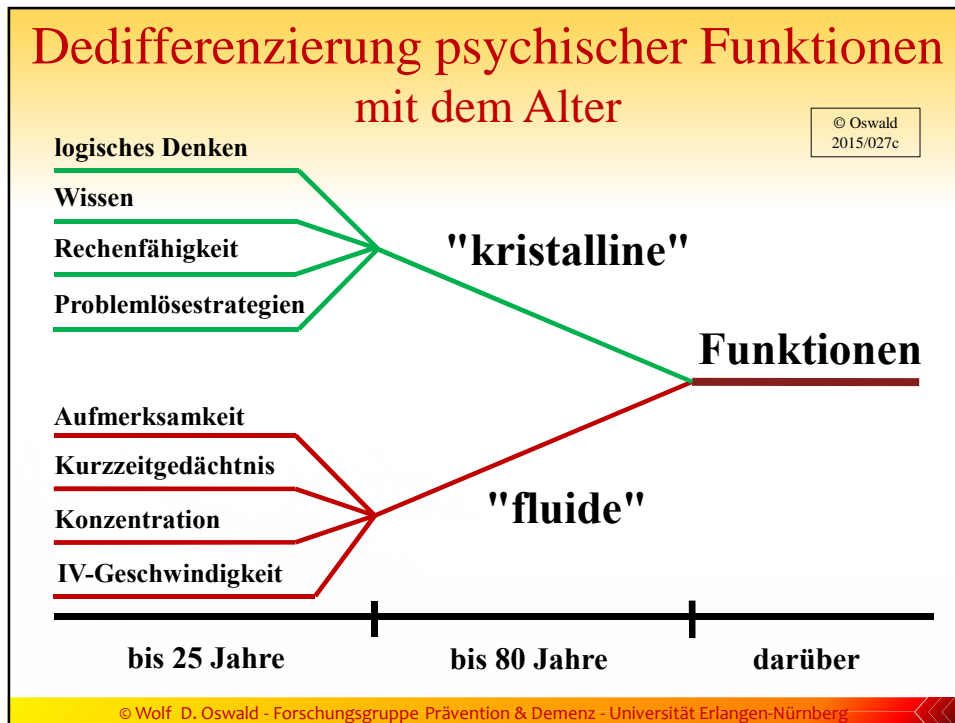
Statistisches Bundesamt (2013). GENESIS-Online Datenbank (Ergebnisse auf Grundlage des Zensus 2011); 12. koordinierte Bevölkerungsvorausberechnung (Variante 1-W1); Bundesamt für Statistik (BFS) (2013). STATPOP Statistisches Lexikon der Schweiz; Prognosen mit mittlerem Szenario A-00-2010; Statistik Austria (2013). Registerzählung 2011; Statistik des Bevölkerungsstandes: Volkszählungen (bis 1971); Bevölkerungsprognose 2012 nach mittlerem Hauptszenario.
Die historische Idee zu dieser Darstellung kam von W. Rückert und U. Lehr.

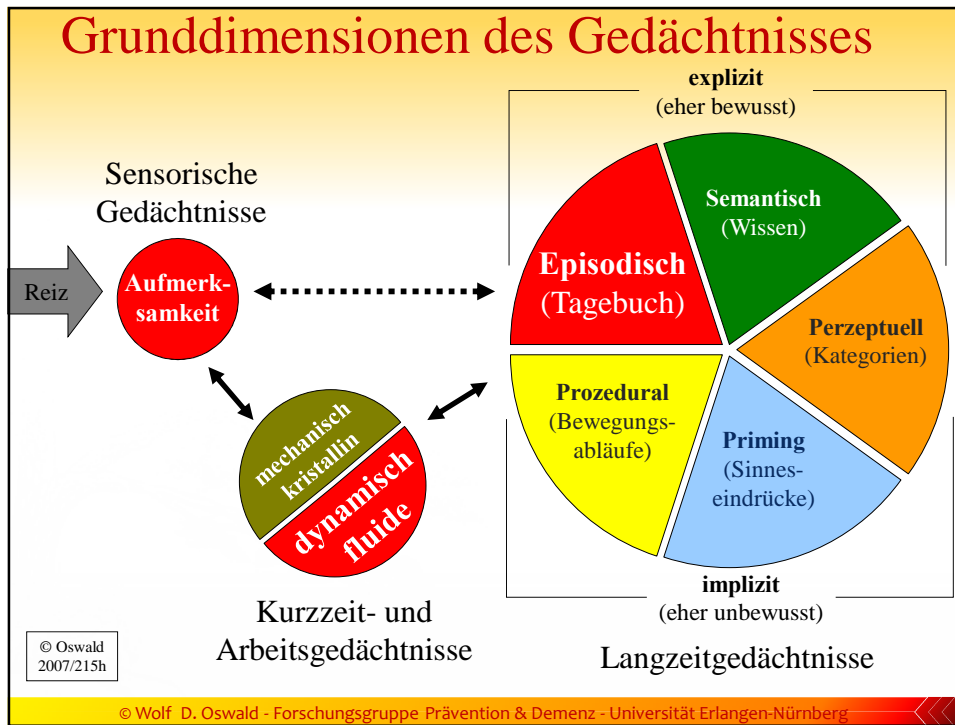
© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg



Theoretische Implikationen

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg





Es gibt *nicht*
das
Gedächtnis,
 es gibt
unterschiedliche
Gedächtnisfunktionen!

© Oswald 1994/332

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

Es gibt
unterschiedliche
Gedächtnisfunktionen.
Diese *altern unterschiedlich!*

© Oswald
1994/332a

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

Empirische Ergebnisse

Beispiele

© Oswald
2003/922

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

Protektive Aktivitäten

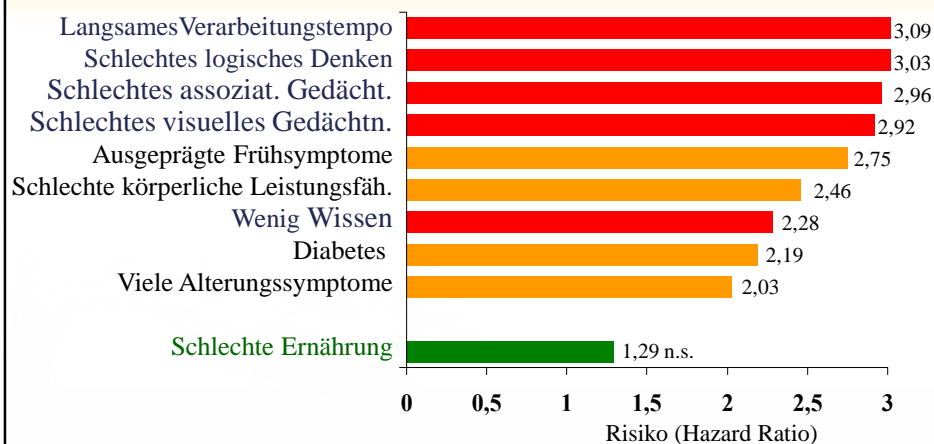
- fordernde Tätigkeiten
- Reisen
- schwieriges Stricken
- anspruchsvolle Gartenarbeit
- Vereinsarbeit im Vorstand
- Schach, Backgammon, Bridge
- Üben neuer Stücke für ein Musikinstrument
- anspruchsvolles Tanzen
- mindestens 2 km täglich laufen

Nach: Verghese et al., 2003, 2013 u.a.

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

Risikofaktoren für Demenz

Ergebnisse der Cox-Regressionsanalysen*; Ausgangswerte von N=340 SimA-Teilnehmern



* kontrolliert für Alter, Geschlecht und Schulbildung
p < .05

© Oswald
2001/665e

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

manent ingenia senibus, modo
permaneat studium et industria,
neque ea solum in claris et
honoratis viris, sed in vita etiam
privata et quieta

Cicero: Cato maior de senectute

© Oswald
1998/636

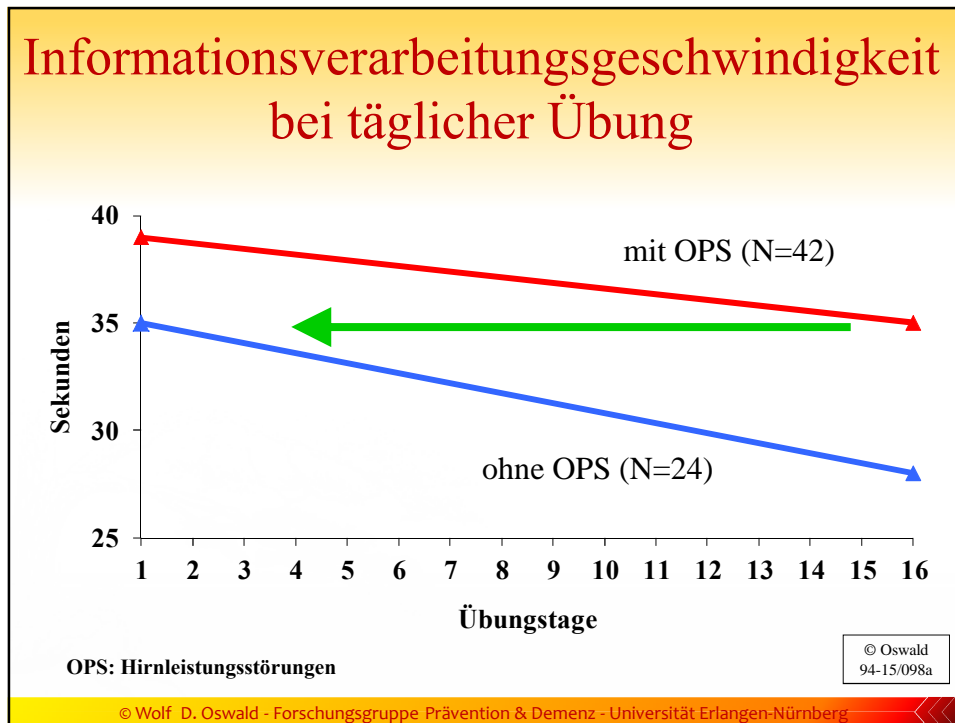
© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

Alten Menschen bleiben ihre
Geisteskraft erhalten, wenn ihnen nur
ihr Eifer und ihr Fleiß erhalten bleibt,
und das gilt nicht nur bei berühmten und
geehrten Persönlichkeiten, sondern auch
im ruhigen, privaten Leben.

Cicero: Cato der Ältere über das Alter

© Oswald
1998/635

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg



Hauptergebnisse in Bezug auf Demenz

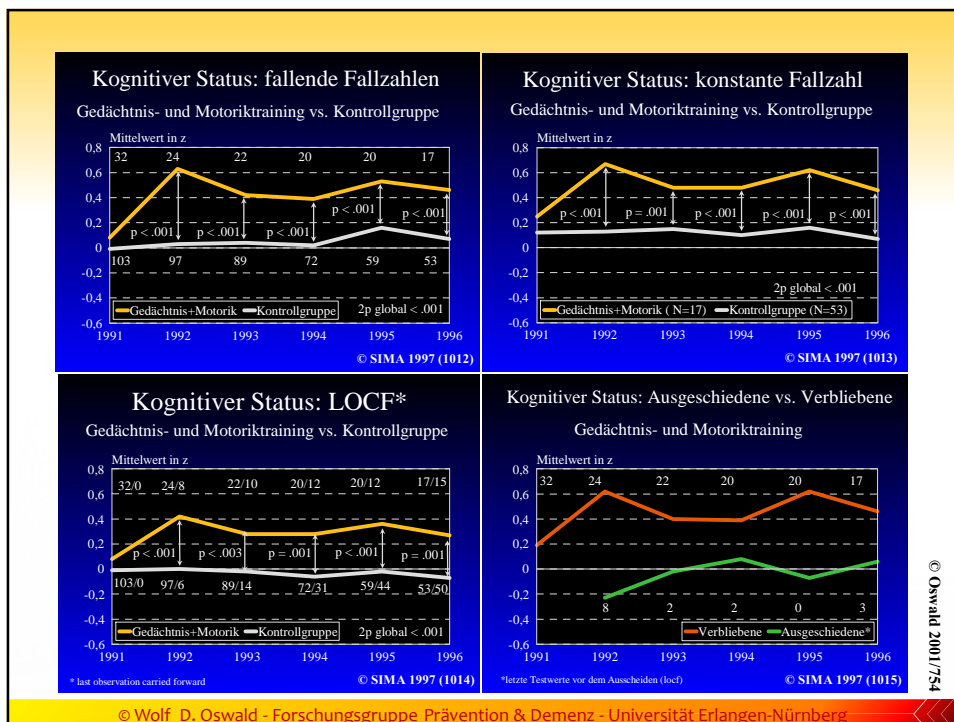
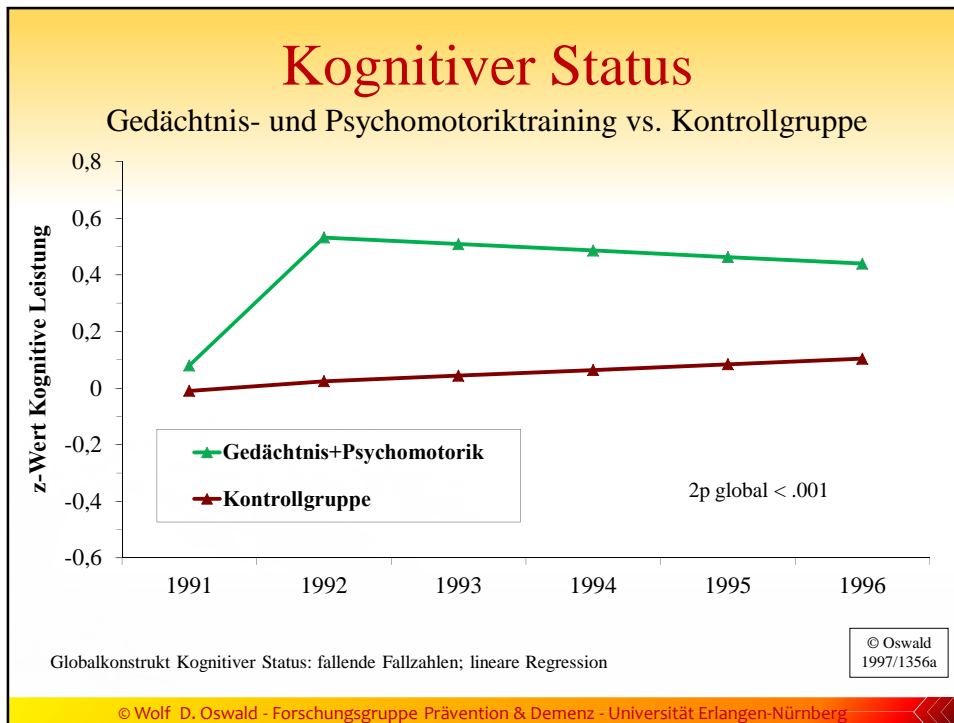
- Einzeltraining bringt nichts
- nur Kombination Gedächtnis **und** Psychomotorik
- zunächst dementielle Symptome
- heute Demenz

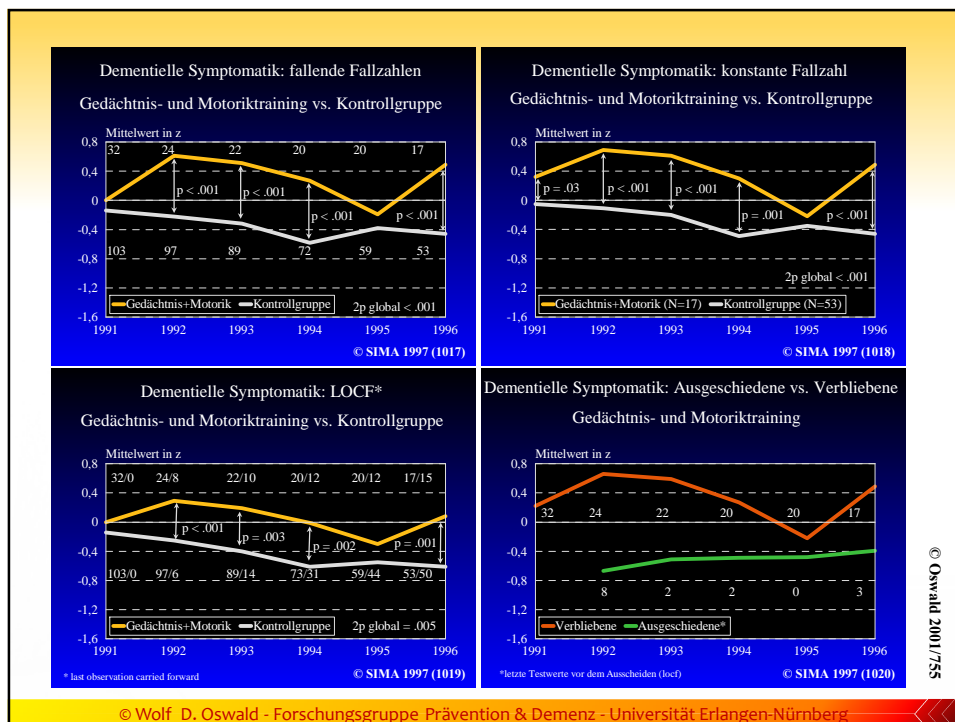
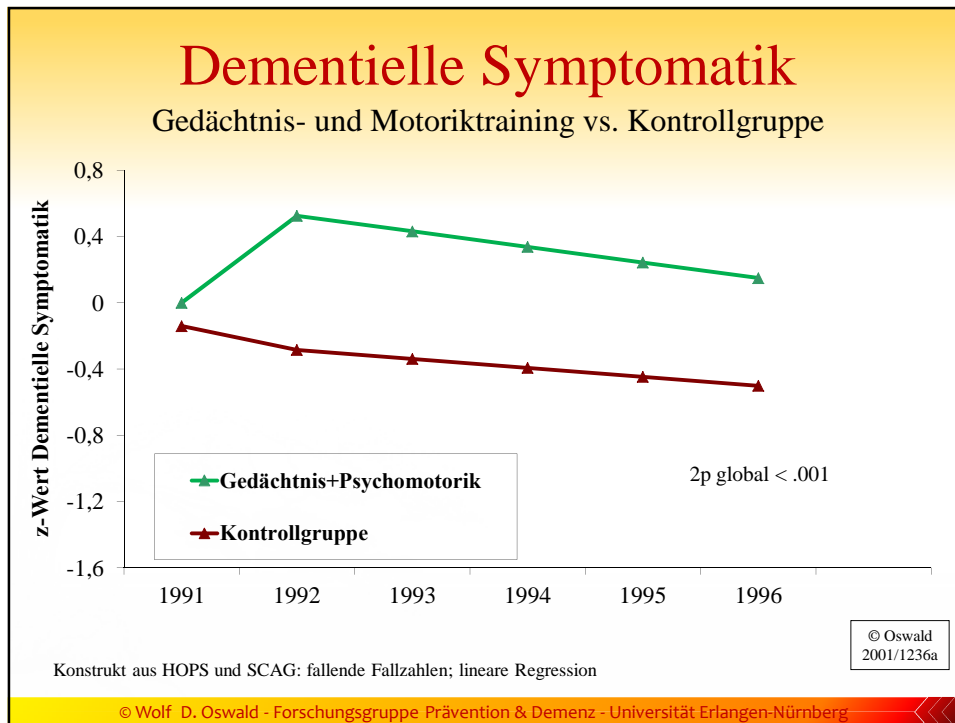
© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

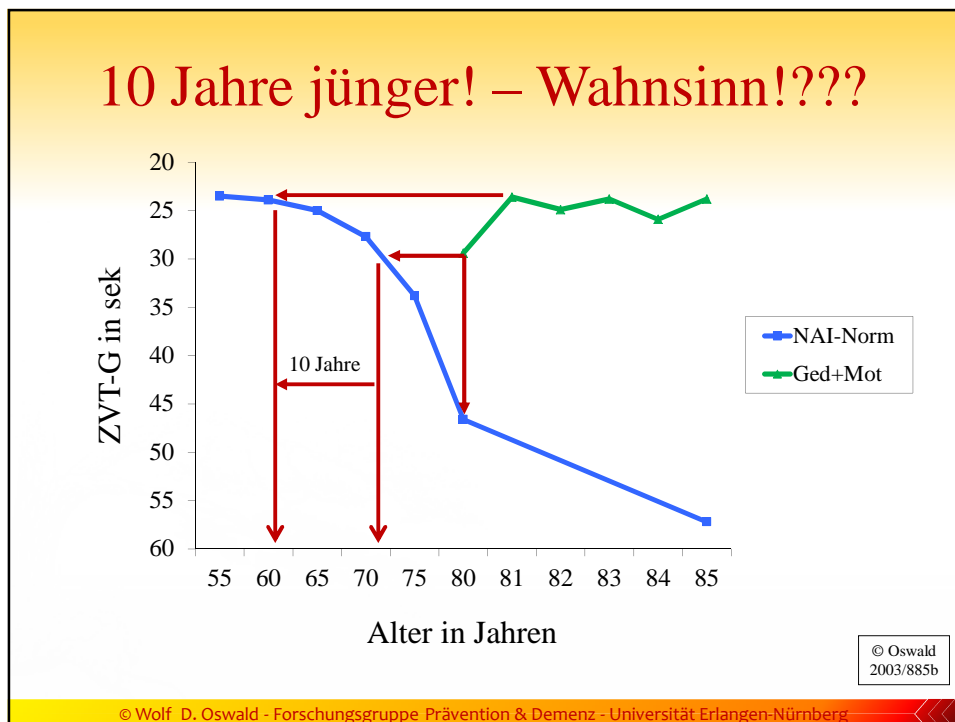
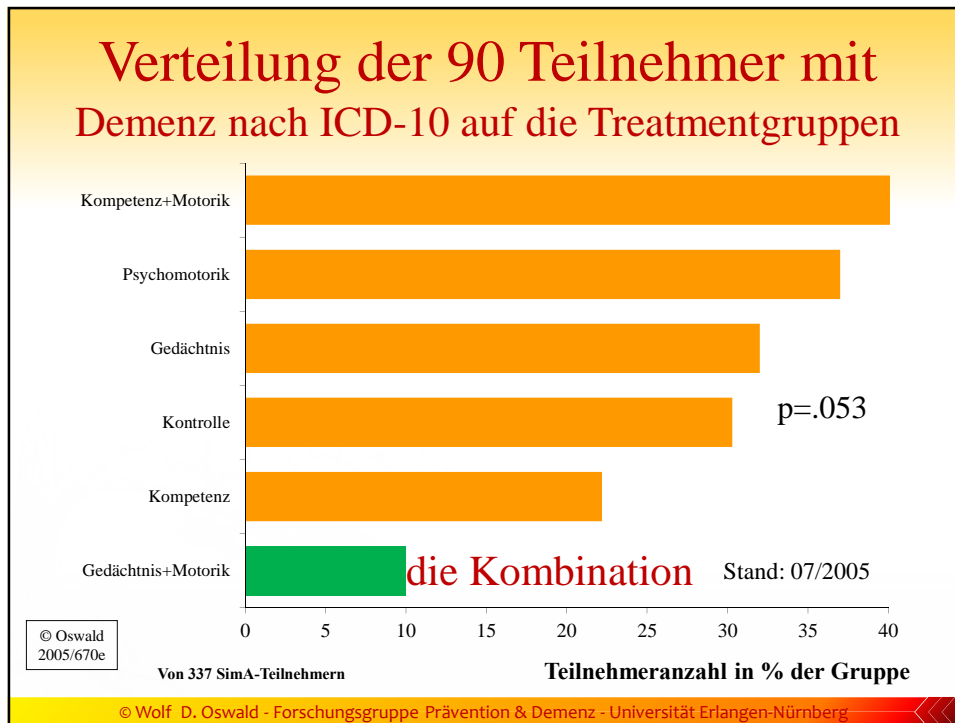
Gesundheit, Geld und Laufen

Zuerst läuft man mit der
Gesundheit
dem Geld nach
und dann
läuft man mit dem
Geld
der Gesundheit nach.

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg







www.wdoswald.de

[SimA-50+](#) [SimA-P](#) [DEMENTZ-FRÜHERKENNUNG](#) [AUTOFAHREN IM ALTER](#) [GEDÄCHTNIS IM ALTER](#) [NAI](#) [KONTAKT](#)

UNIV.-PROF.
DR. W. D. OSWALD

Forschungsgruppe
Prävention & Demenz

[STARTSEITE](#)
[AKTUELLES](#)
[UNIV.-PROF. DR. W. D. OSWALD](#)
[FORSCHUNGSTEAM](#)
[SIMA-AUSBILDUNG](#)
[SIMA-AKADEMIE e.v.](#)
[VORTRÄGE](#)
[PUBLIKATIONEN](#)
[BÜCHER/CDS](#)
[PRESSESPIEGEL](#)
[INSTITUT IPG](#)
[KOOPERATIONSPARTNER](#)
[GÄSTEBUCH](#)

Univ.-Prof. Wolf D. Oswald
 FG Prävention & Demenz
 am Institut für Psychogerontologie
 der Universität Erlangen-Nürnberg
 Wallersteinstr. 61-63 (TMCcenter)
 (D) 90431 Nürnberg
 Telefon: +49 (0) 911 / 52 82-670
 Telefax: +49 (0) 911 / 52 82-671
 Mail: forschung@wdoswald.de

FAU
FRIEDRICH-ALEXANDER
UNIVERSITÄT
ERLANGEN-NÜRNBERG

Ich freue mich, Sie auf unserer Seite begrüßen zu dürfen!

Die Herausforderungen einer alternden Gesellschaft betreffen jeden Einzelnen von uns in allen Bereichen des täglichen Lebens. Der Wunsch nach Gesundheit, Selbstbestimmung und weitgehender Unabhängigkeit im Alter steht bei vielen Menschen ganz oben auf der Wunschliste für ihre Zukunft. Ein wichtiger Schritt zur Erfüllung dieser Wünsche wurde durch die Entwicklung der wissenschaftlich überprüften Konzepte "SimA-50+" und "SimA-P" zur Erhaltung und Förderung der Selbstständigkeit im Alter erreicht. Diese Präventions- und Therapieprogramme helfen die Inzidenz und Prävalenz von Demenzerkrankungen spürbar zu reduzieren und die Selbstständigkeit älterer Menschen so lange wie möglich zu erhalten.

Hierzu und zu weiteren Themen des Alterns sehen Sie unten eine kleine inhaltliche Auswahl. Das ganze Angebot erreichen Sie über das Navigations-Menu links.

DEMENZ-PRÄVENTION

DEMENZ-THERAPIE

DEMENZ-FRÜHERKENNUNG

AUTOFAHREN IM ALTER

GEDÄCHTNIS IM ALTER

NAI

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

**Ein wissenschaftlich
evaluiertes
Präventionsprogramm:**

Alles was man wissen sollte,
 um mit täglich 15 Minuten
 Demenz vorzubeugen.

Mit einem 14-Tage-Programm aus
 Psychomotorik und Gedächtnis

Hogrefe (19,95 €)

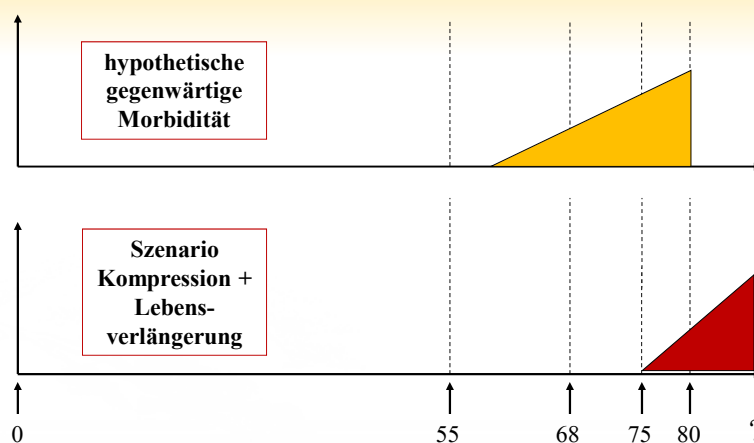
© Oswald
04-15/2113

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

Mögliche bevölkerungspolitische Folgen

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg

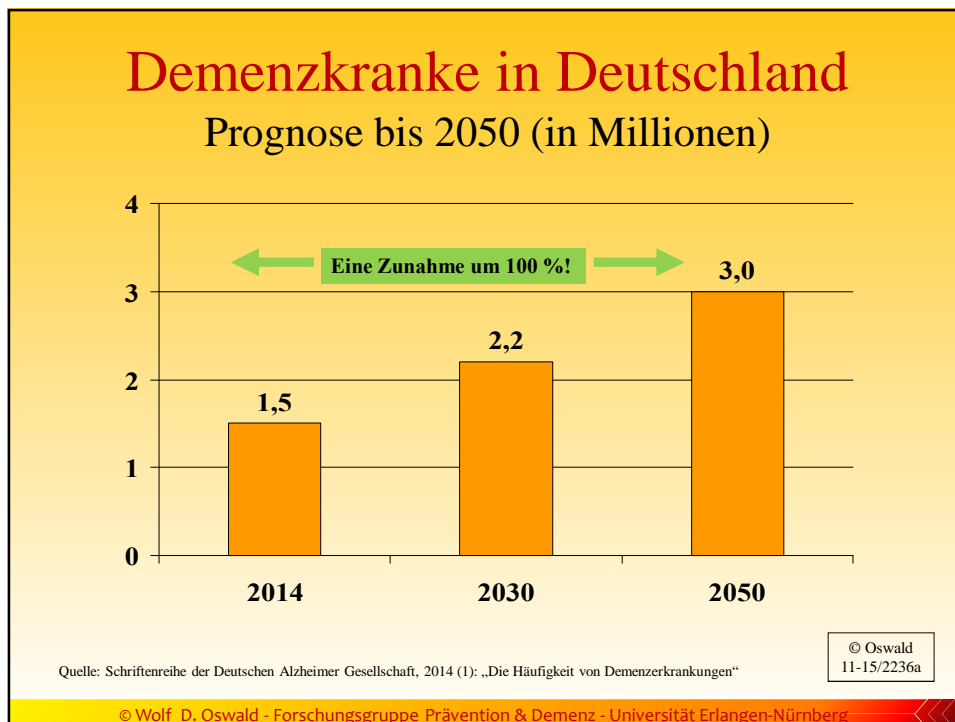
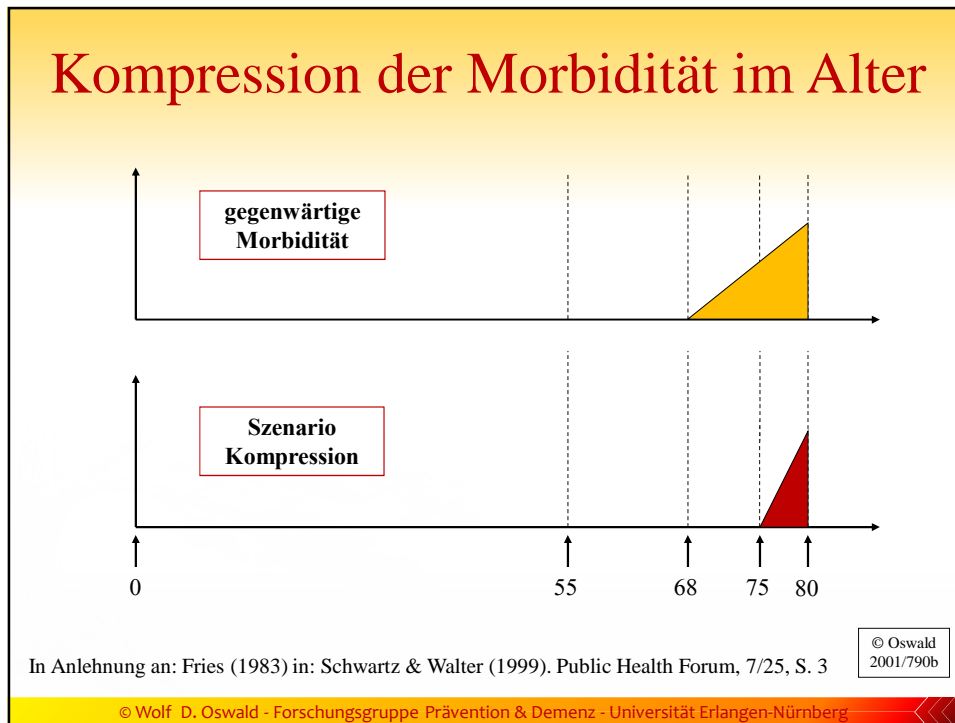
Kompression der Morbidität im Alter

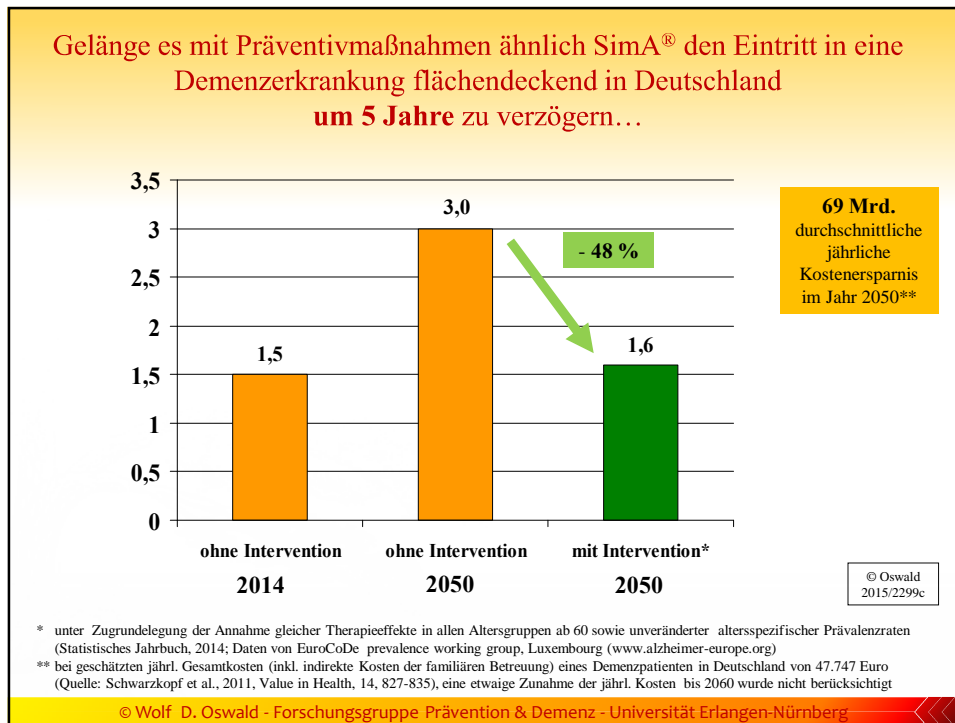


Quelle: Fries 1983, in: Schwartz, Walter 1998, aus Public Health Forum 1999, 7, Heft 25, S. 3

© Oswald
2001/790c

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg





Mögliche Einsparungen in Deutschland pro Jahr durch Aktivierungsmaßnahmen ähnlich SimA®

- Senioren in Pflegeheimen: 743.120*
- davon dement: ca. 66% **
- Kosten eines Pflegeplatzes: durchschnittl. 2.795 €/Monat***

Vermeidet man....	spart man....
1 Monat	1,37 Milliarden €
6 Monate	8,22 Milliarden €

* Stand: 2011, nicht enthalten sind 34.368 Pflegebedürftige unter 60 Jahren (Stat. Bundesamt, Pflegestatistik 2011)
** Quelle: Bickel in Wallesch & Förstl, 2005
*** bei Pflegestufe 2: Bundesdurchschnitt Heimgeld für vollstationäre Dauerpflege inklusive Investitionskosten (Stat. Bundesamt, Pflegestatistik 2011)

© Oswald 96-15/294c

© Wolf D. Oswald - Forschungsgruppe Prävention & Demenz - Universität Erlangen-Nürnberg