

Dr. med. Karl-Josef Klees
Arzt f. Neurologie u. Psychiatrie
Psychotherapie
Fachkunde Geriatrie

Pirmasens
www.klees-net.de
Tel: 06331/47976
30.08.2023

Alzheimer-Demenz und Sport mit Kopfverletzungen

2023 sind an Demenz verstorben: der früher kopfballstarke Fußballverteidiger Horst-Dieter Höttges und der früher zeitweise Box-Weltmeister Rene Weller.

Risikofaktoren für Demenz sind: Genetik und familiäre Belastung, weibliches Geschlecht, geringer Kopfumfang bzw. kleine Hirngröße, Bewegungsmangel, Schwerhörigkeit, geringe geistige Forderung und niedriger Bildungs- bzw. Sozialstatus, Alkoholmissbrauch, Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Blutfett-erhöhung in mittleren Jahren, Übergewicht in jungen Jahren ... und Schädel-hirntraumen wie bei Boxen, Fußball, Rugby etc. Wer „Risikofaktoren“ hat, bekommt nicht automatisch Alzheimer-Demenz ! Er hat nur höheres Risiko. Er sollte früh versuchen „seine Risiken“ zu senken ! Die o.a. Erkrankungen sollten optimal eingestellt sein. Durch „geistige Forderung“ (Interesse, Lesen, Sudoku etc.) vernetzten sich die Zellen mehr. Das kann Zell-Absterben ausgleichen. Durch „Bewegung“ kommt es zu Zellwachstum im „Hippocampus“. Dieser ist zentral ist für Gedächtnis und Alzheimer-Demenz. Nicht abgebautes Amyloid-Eiweiß „vermüllt“ und schädigt vom Hippocampus ausgehend das Großhirn.

Bisher schien die Diagnose „Alzheimer-Erkrankung“ im Beginn wenig sinnvoll: Es gab keine effektive Behandlung. Betroffene hatte nur seelische Belastung und Unsicherheit zu ihrer Zukunft. Ein Artikel im „Deutschen Ärzteblatt“ vom 03.02.2023 lautete: „*Alzheimer Erkrankung – Früherkennung könnte endlich sinnvoll sein*“. Der „*Amyloid-Antikörper Lecanemab*“ beseitigt das Amyloid aus dem Gehirn. Er wirkt im Frühstadium, wenn 1.) die Amyloid-Ablagerungen noch gering sind und 2.) Störungen des Gedächtnisses, des Kennenlernens und Erkennens, im Alltag noch nicht erheblich einschränken. Lecanemabs Wirkung und Nebenwirkungen sind noch nicht komplett erforscht. Zulassungsverfahren laufen. Das gilt auch für „Blut-Tests zur Alzheimer-Früherkennung“. Weitere Amyloid-Antikörper versprechen Frühbehandlung: Aducanumab, Donanemab.

Wer „Risikofaktoren“ hat und auffälliges Nachlassen der Alltagsbewältigung spürt infolge Vergesslichkeit, sollte „Frühdiagnostik“ anstreben. Ungeeignet dazu sind die üblichen Demenz-Tests der Haus- und Nervenärzte: Uhren-Test, MMST, DEMTEC. Sie stellen nur die ausgebildete Demenz fest. Geeignet dazu sind: „Kernspintomographie Kopf mit besonderer Kontrolle des Hippocampus“ per Überweisung behandelnder Haus- oder Nervenärzte, die die medizinische Indikation sehen müssen und z.B. „Merk- und Aufmerksamkeitstest MAT“ des „Institutes für Studien zur Psychischen Gesundheit ISPG in Mannheim“.