

STIEFS SPRECHSTUNDE

*Leser fragen –
Experten antworten*

PROF. CHRISTIAN STIEF



Liebe Leserinnen und Leser,

als Chefarzt im Münchner Klinikum Großhadern erlebe ich täglich, wie wichtig medizinische Aufklärung ist. Doch im hektischen Alltag von Klinik und Praxis bleiben manchmal Fragen offen. Und: Geht es um ein „Tabuthema“, trauen sich Patienten häufig gar nicht erst nachzufragen. Meine Kollegen und ich wollen Ihnen daher

Antworten geben. Haben Sie auch eine Frage zu einem medizinischen Thema? Dann schicken Sie uns diese zu!

Bitte fassen Sie Ihr Anliegen kurz zusammen und geben möglichst Ihr Alter an. Schicken Sie uns keine Krankenakten. Die Antworten werden auf dieser Seite anonymisiert veröffentlicht – aber nicht persönlich zugeschickt.

Haben Sie Fragen? Schreiben Sie an uns!

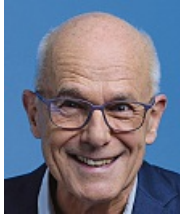
Per Mail: gesundheit@merkur.de
Per Post: Münchner Merkur, Redaktion Gesundheit,
Paul-Heyse-Straße 2-4, 80336 München

Leser (49): Ich bin familiär bezüglich Alzheimer und Schlaganfällen vorbelastet. Was kann ich frühzeitig dagegen tun?

Bewegung und Sport schützt vor Demenz

Alzheimer und Schlaganfall sind zwei häufige und gefürchtete Krankheiten. Doch man kann aktiv vorbeugen. Gerade Bewegung und Sport lohnen sich. Studien zeigen: Wer über zehn Jahre lang konsequent körperlich aktiv ist, wenig sitzt und ausreichend schläft, kann sein Demenzrisiko mehr als halbieren. Dieser schützende Effekt zeigt sich auch bei Menschen mit genetischer Vorbelastung für die Krankheiten. Als körperliche Aktivität gelten mindestens 150 Minuten moderate Aktivität oder 75 Minuten

intensive Aktivität pro Woche (oder eine gleichwertige Kombination aus beidem) sowie moderate Aktivität an mindestens fünf Tagen pro Woche oder intensive Aktivität an mindestens drei Tagen pro Woche (jeweils ab zehn Minuten am Stück). Die Schlafdauer sollte sieben bis acht Stunden pro Tag betragen, die tägliche Sitzdauer weniger als sechs Stunden. Mut macht auch das hohe Ausmaß der Schutzwirkung von nur zwei Maßnahmen, einem körperlich aktiven Lebensstil und ausreichender Schlafdauer.



Prof. Peter Berlit
Generalsekretär der Deutschen Gesellschaft für Neurologie

DGN/CHRISTIAN FESTAG

IN KÜRZE

Die zahngesunde Schultüte

Neben ein paar Lieblingssüßigkeiten passen viele zahngesunde Überraschungen in die Schultüte: eine bunte Zahnbürste, eine Trinkflasche, ein Freundebuch, ein Glücksbringer oder zuckerarme Snacks. So wird die Schultüte ein gelungener Mix aus Spaß und Vorsorge. „Der Schulstart bietet eine gute Gelegenheit,

gesunde Routinen zu stärken. Kinder lieben kleine Geschenke – und Eltern können dabei spielerisch die Zahngesundheit fördern“, erklärt Dr. Romy Ermler, Präsidentin der Bundeszahnärztekammer. „Schon kleine Veränderungen tragen dazu bei, dass Kinderzähne dauerhaft kariesfrei bleiben.“ Infos unter www.prodente.de.

IN KÜRZE

Trotz Online-Sehtest Arzt besuchen

Bei Online-Sehtests kann man die Sehschärfe prüfen, indem man Zahlen, Buchstaben oder Symbole auf dem Bildschirm erkennt. Diese Angebote geben



Eine Frau wird beim Augenarzt untersucht. MAURITIUS

erste Orientierung. „Voraussetzung ist jedoch, dass die Anwendungen verständlich aufgebaut sind und die Nutzer die Ergebnisse richtig einordnen können“, erläutert PD Dr. Jan Terheyden von der Universitäts-Augenklinik Bonn. Ein gutes Ergebnis bedeutet nicht automatisch, dass die Augen ganz gesund sind. Viele Augenerkrankungen können lange bestehen, obwohl die Sehschärfe normal erscheint. Online-Sehtests ersetzen daher keine augenärztliche Untersuchung. Verschlechtert sich das Sehvermögen plötzlich, sollte man zum Arzt gehen.

Hightech enttarnt Alzheimer

Etwa 1,2 Millionen Menschen in Deutschland leiden an Alzheimer. Auch wenn das Risiko ab dem 80. Lebensjahr stark ansteigt, sind rund 106.000 Betroffene jünger als 65 Jahre. Um diese schwerwiegende Erkrankung frühzeitig zu erkennen und geeignete Patienten für neue Amyloid-Antikörper-Therapien zu identifizieren, gibt es am LMU Klinikum einen neuen Hightech-Scanner.

VON MARTINA WILLIAMS

München – Was aussieht wie einst ein Friseurstuhl mit Trockenhaube, ist ein hochmodernes Hightech-Gerät, das in der Klinik und Poliklinik für Nuklearmedizin in Großhadern steht: der neue Scanner NeuroLF. Das Gerät spielt eine wichtige Rolle bei der Identifikation von Patienten für eine Amyloid-Antikörper-Therapie. Diese kommt für Betroffene mit einer leichten kognitiven Einschränkung oder leichten Demenz im Rahmen einer Alzheimer-Erkrankung infrage.

Einer der etwa 20 Betroffenen, die die neue Behandlung im vergangenen halben Jahr in Großhadern nutzen konnten, ist Diplom-Ingenieur Werner Schwarz (Name geändert). Kaum in Rente, hatten ihn Wortfindungsstörungen geplagt. „Ich habe auch beim Einkaufen Sachen vergessen, konnte mich schlechter konzentrieren als früher“, erzählt der heute 71-jährige aus dem Münchner Umland. Da bereits seine Mutter an Demenz erkrankt war, stand für Schwarz und seine Frau fest: „Wir müssen schnell handeln.“ Der Hausarzt überwies ihn an eine Neurologin, die eine Alzheimer-Erkrankung diagnostizierte. Durch die Gedächtnissprechstunde am LMU Klinikum erfuhr das Ehepaar von der neuen Amyloid-Antikörper-Therapie.

Beta-Amyloid ist ein körpereigenes Eiweiß, das sich bei Alzheimer im Gehirn ablagert und weitere Krankheitsprozesse einleitet, die letztlich zum Untergang von Nervenzellen führen. „Moderne Medikamente, die Amyloid-Antikörper, richten sich gegen diese krankhaften Eiweißablagerungen. Ziel ist es, die Amyloid-Belastung im Gehirn zu reduzieren“, sagt Privat-Dozentin Dr. Sonja Schönecker von der Neurologischen Klinik und Poliklinik.



Ein schmerzfreier Scan: Das haubenartige Hightech-Gerät NeuroLF ist speziell für die Diagnostik von Hirnerkrankungen konzipiert und steht in Großhadern. LMU KLINIKUM (3)

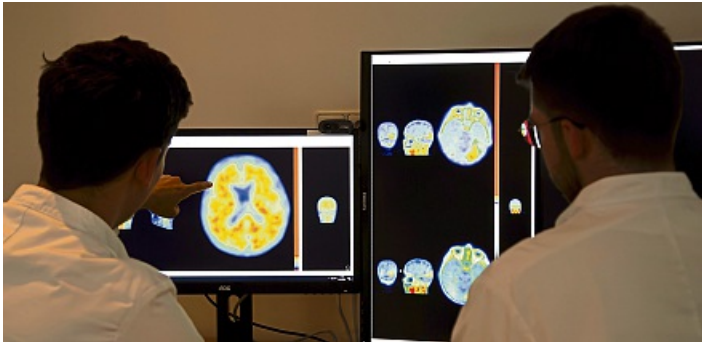


Dr. Sonja Schönecker
Neurologin

cker von der Neurologischen Klinik und Poliklinik.

Vor der Therapie muss die Amyloid-Pathologie mittels Nervenwasseruntersuchung oder Positronen-Emissions-Tomographie (PET) nachgewiesen werden. Der Hirn-Scan ist dank des neuen NeuroLF ohne die klassische, enge Liegeröhre möglich. Das LMU Klinikum setzt ihn als eines von wenigen Zentren deutschlandweit ein. „Er ist ideal geeignet für die Diagnose von Hirntumoren und Epilepsie als auch neurodegenerativer Erkrankungen wie Parkinson oder Alzheimer“, berichtet Nuklearmediziner Prof. Brendel.

Ist die Amyloid-PET positiv und sind weitere Tests absol-



Hochauflösende Darstellungen des Gehirns durch den NeuroLF: Spezialisten bei der Auswertung.

viert, kann die Amyloid-Antikörper-Therapie beginnen. Dafür erhalten die Patienten eine Infusion, die je nach Medikament alle zwei Wochen (Lecanemab) oder alle vier Wochen (Donanemab) verabreicht wird. Werner Schwarz hat die dritte Infusion hinter sich. Von möglichen Nebenwirkungen blieb er verschont: „Ich habe alles gut vertragen.“

Für maximal eineinhalb Jahre erhält er die Infusionen und wird regelmäßig überwacht. Nach zwölf Monaten soll eine Untersuchung zeigen, ob bereits ausreichend Amyloid-Pro-

tein entfernt wurde. Stellt der NeuroLF-Scan dies fest, könnte die Therapie vorzeitig enden. „Durch diesen Amyloid-PET-Scan können Behandlungsdauer und -kosten für die Patienten und das Gesundheitssystem eingespart werden“, so Prof. Rudolf Werner, Direktor der Klinik für Nuklearmedizin. Um die Kostenfrage zu klären, sollten sich Betroffene bei ihrer Kasse informieren.

Werner Schwarz und seine Frau sind froh: „Wir lassen uns trotz der Alzheimererkrankung nicht den Lebensmut nehmen, gehen jeden Tag spazieren und verbringen viel Zeit mit unseren Enkelkindern.“ Auch Dr. Sonja Schönecker, Leiterin der Ambulanz für Alzheimer-Anti-Amyloid-Therapien, findet: „Die neuesten Entwicklungen stellen einen wichtigen Fortschritt dar.“ Die Amyloid-Antikörper könnten die Erkrankung zwar nicht heilen. „Aber in einem frühen Krankheitsstadium können sie den weiteren Verlauf um etwa ein Drittel verlangsamen.“

Hilfe bei Gedächtnisproblemen

Gedächtnissprechstunde: Am LMU Klinikum Campus Großhadern, Neurologische Klinik und Poliklinik, Marchioninistr. 15, 81377 München.

ISD - Gedächtnisambulanz: Institut für Schlaganfall- und Demenzforschung, Feodor-Lynen-Str. 17, 81377 München.

Alzheimer Therapie- und Forschungszentrum: Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Nußbaumstr. 7, 80336 München.

Alzheimer Gesellschaft München e.V.: Josephsburgstraße 92, 81673 München.

Gebündelte Kraft für unser Gehirn

LMU Klinikum gründet neues Zentrum für Kognitive Störungen

München – Menschen mit Gedächtnisproblemen oder Demenz schnell und sicher zu helfen: Dafür hat das LMU Klinikum das neue Zentrum für Kognitive Störungen gegründet. Darin bündeln die Neurologische Klinik und Poliklinik, das Institut für Schlaganfall- und Demenzforschung und die Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie ihre Expertise. Je nach Krankheitsbild unterstützen Experten aus Radiologie und Neuroradiologie, Nuklearmedizin sowie Laboratoriumsmedizin das Team. Ein Schwerpunkt des Zentrums: neue Diagnose- und Behandlungsme-

thoden wie zum Beispiel die Amyloid-Antikörper-Therapie (siehe oben).

„Kognitive Erkrankungen sind oft komplex. Gute Diagnostik und Behandlung gelingen deshalb nur, wenn die beteiligten Fachrichtungen eng zusammenarbeiten“, sagt Prof. Martin Dichgans, Direktor des Instituts für Schlaganfall- und Demenzforschung am LMU Klinikum. „Mit dem neuen Zentrum schaffen wir dafür feste Strukturen und gemeinsame Abläufe, um Patienten mit kognitiven Störungen noch schneller und besser zu versorgen.“ Behandelt werden zum

Beispiel Menschen mit Alzheimer-Krankheit, frontotemporaler Demenz, Lewy-Körper-

Krankheit, vaskulären kognitiven Störungen oder atypischen Parkinson-Syndromen.



Fachübergreifende Kompetenz: das Behandlungsteam des neuen LMU-Zentrums. STEFFEN HARTMANN, LMU KLINIKUM