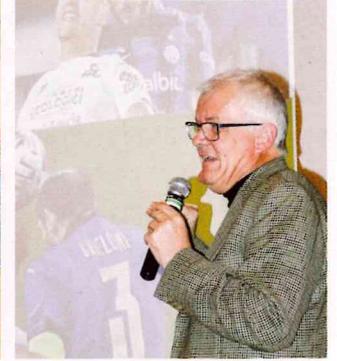


# Demenz vorbeugen ist möglich

**Schluderns/Vinschgau** - Das Thema Demenz beschäftigt. Rund 25 Prozent der 80-Jährigen sind von Demenz betroffen. Und jede/jeden kann es treffen. Das erklärte der Geriater Christian Wenter kürzlich beim Vortrag „Demenz vorbeugen ist möglich“ am 10. 04. 2024 im Kulturhaus von Schluderns. Demenz ist ein Zustand, ein Muster von Symptomen unterschiedlicher Erkrankungen zu denen auch Alzheimer zählt. Hauptmerkmal ist eine Verschlechterung von geistigen Fähigkeiten durch Veränderungen des Gehirns. Die Ursache für Demenz ist noch nicht gefunden. Als nicht änderbare Ursachen gelten Erbanlagen und hohes Alter. Doch auch der Lebensstil spielt eine Rolle. „40 Prozent der Demenzerkrankungen lassen sich durch veränderbare Risikofaktoren vermeiden“, so Wenter. Zu den Demenz Risikofaktoren gehören das Rauchen, der re-



Interessierte Zuhörerinnen und Zuhörer folgten den Ausführungen des Primars **Christian Wenter**



gelmäßige Alkoholkonsum, Umwelteinflüsse, wie schlechte Luft kontaminiert mit Schadstoffen, geringe Bildung speziell im Kleinkindalter, schlechter Schlaf, Hörverlust, der nicht durch Hörgeräte behoben wird, Untätigkeit und Antriebslosigkeit, die zur Nichtaktivierung des Nervensystems führen. Zu den Risikofaktoren zählt auch das Schädel-Hirn Trauma. In diesem Zusammenhang nannte

Wenter den Kopfball, der einem Trauma gleichkommt. Dass von den elf Spielern der englischen Weltmeisterschaftsmannschaft im Jahr 1966 sechs an Demenz erkrankt sind, rüttelt wach. Das Kopfballsport ist in die Kritik geraten. Viele Vereine verzichteten im Jugendbereich bereits darauf. Laut Wenter sollte Kopfballsport aus medizinischer Sicht generell verboten werden. Weitere nicht zu unterschätzende Risikofaktoren sind soziale Isolation und Einsamkeit. 32 Prozent der Menschen in Südtirol leben allein. „Einsamkeit macht krank“, betonte Wenter. „Es ist die große gesellschaftliche Aufgabe, diese Isolation zu durchbrechen.“ Den Angehörigen, Betreuerinnen und Betreuern von Demenzkranken gab Wenter einen Tipp: „Man

muss den Schlüssel zur persönlichen Lebensgeschichte der Demenzkranken finden, sich auf ihre Gefühlswelt einlassen und sie mit Dingen beschäftigen, die sie vor ihrer Krankheit geliebt haben.“

Organisiert wurde der Vortrag von der öffentlichen Bibliothek Schluderns unterstützt vom Bildungsausschuss - im Saal vertreten durch Karin Hitter und Sonja Abart - und dem „Netzwerk Demenzfreundlicher Vinschgau“, das Robert Peer vorstellte. Es ist eine Initiative, an der die Sozialdienste, das Krankenhaus Schlanders, die Seniorenheime, der KVV und ASAA (Alzheimer Südtirol Alto Adige) beteiligt sind. Menschen mit der Diagnose Demenz und deren Angehörige erhalten Hilfestellungen.(mds)



Den richtigen Durchblick  
mit **Brillen** und  
**Kontaktlinsen**  
von

Optik **WEITHALER** Ottica

Brillen · Kontaktlinsen  
**SCHLANDERS**

reisinger  
möbel

Gewerbegebiet 5  
39023 Eyrz  
www.moebelreisinger.it