



PRESSEINFORMATION

„Alzheimer-Vorbeugung mit Herz und Hirn

Risikofaktoren der Demenz meiden und Alzheimer vorbeugen

Mittlerweile gelingt es durch eine möglichst frühzeitige medizinische Diagnose und psychosoziale Betreuung sowie raschen Therapiebeginn (stadiengerechte Trainings), die Krankheit Alzheimer zu verzögern und Betroffene möglichst lange in ihrer vertrauten Umgebung belassen zu können. Zudem gewinnen die Früherkennung und Risikoreduktion an Bedeutung. Je früher Vergesslichkeit erkannt wird, desto größer sind die Chancen etwas dagegen zu tun. Das Risiko kann vermindert werden, wenn auf folgende Bereiche geachtet wird: rege geistige und soziale Aktivitäten, ausreichend Bewegung, bewusste Ernährung-auf Normalgewicht achten, ausreichend trinken, regelmäßige medizinische Untersuchungen, Kontrolle von Blutdruck, Blutzucker und Blutfett, Vermeiden von übermäßigem Alkoholkonsum und starkem Rauchen. Die Faustformel lautet: „Was gut für das Herz ist, nutzt auch dem Gehirn.“ Die Demenzservicestellen der MAS Alzheimerhilfe bieten zudem ein Service: Alle, die sich Sorgen um ihr Gedächtnis machen, können in einer kostenlosen psychologischen Abklärung die Leistungsfähigkeit ihres Gedächtnisses überprüfen lassen. Zur Terminvereinbarung bzw. näheren Informationen kontaktieren Sie die jeweilige Demenzservicestelle.

Kontakt:

Karin Laschalt

Dipl. Sozialarbeiterin

Leitung Demenzservicestellen

MAS Alzheimerhilfe

Demenzservicestelle Linz Nord/Urfahr und Rohrbach

A-4040 Linz, Ferihumerstrasse 5/Top 3

+43 (0)664 / 213 9977

E-Mail: karin.laschalt@mas.or.at

Web: www.alzheimerhilfe.at