

NEWSLETTER | NR | 04/19

Öffentliches Seminar zum Thema

HERZ UND STURZ

Veranstaltung des Netzwerks AltersfoRschung an der Universität Heidelberg

Ein Sturz kann für einen älteren Menschen der Beginn einer Abwärtsspirale sein, die die selbstständige Lebensführung gefährdet. Mit Stürzen im Alter und Herzrhythmusstörungen beschäftigt sich daher das öffentliche NAR-Seminar, zu dem Netzwerk AltersfoRschung (NAR) der Universität Heidelberg am **Donnerstag, 05. Dezember 2019**, einlädt.

Der Sturz im Alter ist ein häufiges Phänomen, da ungefähr ein Drittel der Menschen über 65 Jahre mindestens einmal pro Jahr stürzt. Etwa 20% der Folgen dieser Stürze bedürfen medizinischer Betreuung. Stürze und sturzbedingte Verletzungen gehören in der Gesundheitsberichterstattung des Bundesgesundheitsministeriums zu den wichtigsten fünf Gründen für den Verlust qualitätsadjustierter Lebenszeit älterer Menschen. Zu den möglichen Gründen für Stürze zählen Herzrhythmusstörungen, Blutdruckschwankungen, Muskelschwäche und Angst vor Stürzen.

Prof. Clemens Becker wird in seinem Vortrag auf die Prävention, Behandlung und Rehabilitation von Stürzen eingehen und aufzeigen, wie sich Todesfälle durch Stürze verhindern lassen. Dr. Carl-Philipp Jansen berichtet, wie wichtig der Lebensraum für die Fertigkeit, sich zu bewegen, ist. Der dritte Vortrag von Prof. Eberhard Scholz widmet sich den „schwindelerregenden“ Herzrhythmusstörungen, die zu Unwohlsein, Schwindel bis hin zu Ohnmachtsanfällen führen können und im Alter zunehmen.

Das NAR-Seminar moderiert Prof. Dr. Dr. Konrad Beyreuther, der Gründungsdirektor des Netzwerks AltersfoRschung. Im Netzwerk AltersfoRschung beschäftigen sich Geistes- und Naturwissenschaftler sowie Mediziner und Ökonomen interdisziplinär mit den verschiedenen Aspekten des Alterns.

43 | NAR-SEMINAR | VORTRÄGE

■ NAR-Seminar | HERZ UND STURZ

Donnerstag, 05. Dezember 2019, 17.00-19.00 Uhr, Universität Heidelberg am Universitätsplatz, Alte Aula, Grabengasse 1, 69117 Heidelberg

■ „Der erste Sturz bringt das Alter, der zweite Sturz bringt den Tod“ (Gabriel García Márquez) – Stimmt das noch?

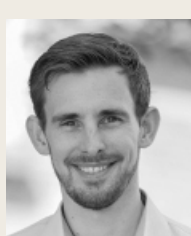
Prof. Dr. med. Clemens Becker | Robert-Bosch-Krankenhaus, Stuttgart



Stürze und sturzbedingte Verletzungen gehören in der Gesundheitsberichterstattung des Bundesgesundheitsministeriums zu den wichtigsten fünf Gründen für den Verlust qualitätsadjustierter Lebenszeit älterer Menschen. Die Prävention, Behandlung und Rehabilitation ist in den letzten 10 Jahren deutlich effektiver geworden. Allerdings werden die damit verbundenen Fragen immer noch verdrängt und vernachlässigt, was zu einer Unterbehandlung führt und zahlreiche Chancen einer Verbesserung nicht genutzt werden. Allein durch eine verbesserte Behandlung in der Unfallchirurgie lassen sich mehrere Tausend Todesfälle vermeiden. Eine angemessene Prävention erfolgt bei weniger als 20% der Zielgruppe. Die Rehabilitation ist meist zu kurz und nicht nachhaltig. Eine vorläufige Antwort auf den Nobelpreisträger lautet daher: Nur wenn wir uns des Problems nicht annehmen. Nelson Mandela hatte eine andere Sicht auf das Thema. Seine Antwort wird am Ende des Vortrags vorgestellt.

■ Lebensraumnutzung und Mobilität im höheren Alter: Bedeutung und Ausprägung in verschiedenen Kollektiven

Dr. Carl-Philipp Jansen | Netzwerk AltersfoRschung, Heidelberg



Es gibt mehrere Definitionen für den Begriff Life-Space (auch „Lebensraum“), die dessen Verbindung mit der sozialen Umwelt hervorheben und es als Maß für soziale Teilhabe bzw. Isolation heranziehen, oder es als eher räumliche Ausdehnung des Gebiets sehen, innerhalb dessen man sich bewegt. Dadurch hat es auch einen klaren Bezug zu Mobilität im Sinne der Fertigkeit, sich innerhalb der eigenen Umwelt zu bewegen. Der Vortrag gibt eine Einführung in die Bedeutung und Ausprägung dieses aufschlussreichen, jedoch noch recht „jungen“ Parameters; erste Ergebnisse aus wissenschaftlichen Studien mit in eigener Häuslichkeit lebenden Senioren, kognitiv eingeschränkten Personen und Pflegeheimbewohnern werden gezeigt und diskutiert.

■ Aus dem Takt geraten: Wenn das Herz einen zu Fall bringt

Prof. Dr. med. Eberhard Scholz | Universitätsklinikum Heidelberg



Etwa 100.000 mal pro Tag schlägt das menschliche Herz und im Normalfall bekommt man davon gar nichts mit. Umso mehr fällt es einem auf, wenn man seinen Herzschlag plötzlich spürt, sei es durch Stolperschläge, Herzrasen oder Aussetzer. Überschreiten solche Herzrhythmusstörungen ein gewisses Maß, kann es zu Unwohlsein, Schwindel bis hin zu Ohnmachtsanfällen kommen. Ereignisse dieser Art nehmen mit dem Alter zu und erfordern nicht selten ärztliches Handeln. In diesem Vortrag wird eine Übersicht über „schwindelerregende“ Herzrhythmusstörungen, deren Folgen und mögliche Behandlungsstrategien gegeben.

■ Moderation

Prof. Dr. Dr. Konrad Beyreuther

INTERVIEW | PROF. DR. MED. CLEMENS BECKER

F: Herr Prof. Becker, Sie haben für Ihren Vortrag die Worte von Gabriel García Márquez „Der erste Sturz bringt das Alter, der zweite Sturz bringt den Tod“ gewählt. Warum ausgerechnet diese Worte und was ist dran an der Aussage?

Ich habe es ausgewählt, weil das Zitat ein gesellschaftliches Stereotyp abbildet, wonach viele Ärzte und Laien davon ausgehen, dass Stürze Schicksal sind und dass man am schicksalhaften Ablauf im Hinblick auf die Prävention...

durchgeführt von Nacera Belala | das gesamte Interview unter:
https://www.nar.uni-heidelberg.de/service/int_j_becker.html

SONDERAUSGABE



ZEITSCHRIFT FÜR GERONTOLOGIE + GERIATRIE Sonderausgabe „Menschen mit Demenz im Akutkrankenhaus“

Seit nunmehr 16 Jahren richtet die Robert Bosch Stiftung ihre Förderung darauf aus, einen möglichst guten Umgang mit der Erkrankung Demenz zu finden und Betroffene und Angehörige in ihrem „Leben mit Demenz“ zu unterstützen.

Um Krankenhausaufenthalte für Patienten mit der Nebendiagnose Demenz schonender zu gestalten, hat die Robert Bosch Stiftung im Jahr 2012 das Programm „Menschen mit Demenz im Akutkrankenhaus“ ins Leben gerufen sowie 2016 das Graduiertenkolleg „Menschen mit Demenz im Akutkrankenhaus“ am Netzwerk Altersforschung der Universität Heidelberg. Die wissenschaftliche Leitung liegt bei Prof. Dr. Dr. h.c. Andreas Kruse, Prof. Dr. Dr. h.c. Konrad Beyreuther, PD Dr. Jürgen Bauer und Dr. Birgit Teichmann. Ziel des Graduiertenkollegs ist die Erforschung innovativer Ansätze für den Umgang mit Demenz im Akutkrankenhaus. Durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit im Kolleg sollen neue wissenschaftliche Erkenntnisse zur Förderung der Lebensqualität von Menschen mit Demenz während und nach dem Aufenthalt im Akutkrankenhaus erarbeitet werden. Das Supplement der Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, gefördert von der Robert Bosch Stiftung stellt damit die optimale Plattform dar, um gewonnene wissenschaftliche Erkenntnisse und deren Translationsprojekte einer Öffentlichkeit zugänglich zu machen, die sowohl aus Praktikern als auch aus Wissenschaftlern besteht.

PROBANDENAUFTRUF

Für eine unserer aktuellen Studien werden noch Teilnehmende zwischen 65 und 80 Jahren gesucht. Wer Lust hat, an einem Spanisch-Sprachkurs für Anfänger (ohne Vorkenntnisse) teilzunehmen, meldet sich bei:

Judith Großmann | Tel. +49 6221 54 8128 | E-Mail: speak@nar.uni-heidelberg.de

VORANKÜNDIGUNG

■ Das nächste NAR-Seminar zum Thema:

ERNÄHRUNG – EINE UNVERZICHTBARE SÄULE FÜR DAS GESUNDHEITSMANAGEMENT EINER GESELLSCHAFT findet statt am Donnerstag, 20. Februar 2019, 17.00 - 19.00 Uhr

■ Warum wir essen, was wir essen – Eine psychologische Perspektive

Prof. Dr. Britta Renner, Konstanz

■ Das „richtige“ Gewicht im Alter – Maßband contra Laissez-faire

Prof. Dr. Jürgen M. Bauer, Heidelberg

■ Gesünder und länger leben durch das „richtige“ Essen? – Möglichkeiten der Gesundheitsprävention durch Ernährung

Prof. Sabine Goisser, Heidelberg

■ ABSCHLUSSKONGRESS DES GRADUIERTENKOLLEGS „MENSCHEN MIT DEMENZ IM AKUTKRANKENHAUS“

Das von der Robert Bosch Stiftung geförderte Graduiertenkolleg „Menschen mit Demenz im Akutkrankenhaus“ unter der wissenschaftlichen Leitung von Andreas Kruse, Konrad Beyreuther, Jürgen M. Bauer und Birgit Teichmann hat sich zum Ziel gesetzt, innovative Ansätze für den Umgang mit Demenz im Akutkrankenhaus zu erforschen. **Unser Abschlusskongress findet am Montag, 16. März 2020, von 09.00 - 17.00 Uhr, in der Neuen Aula der Universität Heidelberg am Universitätsplatz, Grabengasse 3-5, statt. Anmeldung unter kongress@nar.uni-heidelberg.de**

■ MIT DEM NAR DEMENZ-PARTNER WERDEN!

Seit August 2019 bietet das NAR regelmäßig kostenlose Kompaktkurse der Initiative „Demenz Partner“ an. Diese vermitteln Grundwissen über Demenz und Sicherheit im Umgang mit betroffenen Menschen. Ziel der Initiative ist es, die Wahrnehmung von Menschen mit Demenz gesamtgesellschaftlich zu verändern. **Der 90-minütige Kurs findet am 12.12.2019, am 23.01.2020, am 20.02.2020 und am 12.03.2020 jeweils um 13.00 Uhr im NAR (Raum 120) statt.**

Wegen begrenzter Platzzahl ist eine Anmeldung telefonisch unter 06221 54 8101 oder unter demenzpartner@nar.uni-heidelberg.de erforderlich.