



ZENTRUM FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT IM ALTER (ZPGA)

in Kooperation mit der



UNIVERSITÄTSmedizin.

MAINZ

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Stärkung der präventiven Medizin und innovative medizinische Versorgung für ältere Menschen mit psychischen Erkrankungen in Rheinland-Pfalz



Prävention psychischer Erkrankungen im Alter

Der Gesundheitszustand bestimmt die Lebenszufriedenheit im Alter wesentlich. Weitere Faktoren sind Pflegebedürftigkeit, Partizipation und das Gefühl, gebraucht zu werden.

Stärkung der psychischen Gesundheit Älterer

Ältere Menschen sind insbesondere anfällig für chronische Erkrankungen, deren Heilung gegenwärtig nicht möglich ist.

Moderne Behandlungsstrategien vergrößern zwar die Lebenserwartung, wesentliche Ziele der Altersmedizin werden jedoch unzureichend adressiert.

Entwicklung innovativer Behandlungsmöglichkeiten für Ältere

Reduktion chronischer Erkrankungen, Erhaltung von Lebensqualität und Aufrechterhaltung der Partizipation.

Dringende Aufgabe von Forschung, Medizin und Gesellschaft ist es, die **Gesundheitsspanne** stärker in

den Blick zu nehmen sowie eine **patientenzentrierte, individualisierte medizinische und psychosoziale Versorgung** weiterzuentwickeln.

Selbstheilung und Widerstandskräfte stärken, Erkrankungsrisiken minimieren

Dies bedeutet, neben der Entwicklung effektiverer, an der Pathophysiologie orientierter Behandlungsmethoden, die Anfälligkeit Älterer für psychische und körperliche Erkrankungen sowohl auf der biologischen als auch auf der psychosozialen Ebene zu reduzieren.

Resilienz und Prävention

Wir fokussieren nicht nur auf die Erforschung von Resilienzmechanismen

und Präventionsmaßnahmen zur Vermeidung psychischer Erkrankungen bei Älteren. Unser Anspruch ist gleichsam die Überführung (Translation) von resilientem Verhalten und präventiven Maßnahmen in die Versorgung.

Neue Wege in der patientenzentrierten Medizin

Innovative Versorgungsmodelle

Neben frühem Zugang zu Diagnostik und leitliniengerechten Behandlungsverfahren ist es an der Zeit, Behandlungsansätze und Behandlungsrahmen zu gestalten, die – patientenzentriert, multiprofessionell, sektorenübergreifend – besser auf die Bedürfnisse Älterer zugeschnitten sind.

Aktuelle Themen und Projekte

- **Resilienzforschung**
Kognitives Lernen im Alter, Positivitätseffekt
Ziele: Entwicklung von Trainingsprogrammen, Multiplikatorenschulungen
- **Präventionsforschung**
Stress und Depression bei pflegenden Angehörigen und Menschen mit Demenz, Demenz bei Alzheimer-Erkrankung,
Ziele: Öffentlichkeitsarbeit zu Präventionsmaßnahmen, Handbuch für professionell Pflegende, E-Learning-Programme
- **Innovative Versorgungsmodelle**
Innovationsfonds DemStepCare, Studie zur Etablierung von Demenz-Tageskliniken, Dyadisches Unterstützungsprogramm für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenzerkrankung

Geistiges Training im Alter

Training der geistigen Leistungsfähigkeit ist eine vielversprechende Methode, dem Abbau im Alter entgegenzuwirken. Beim Lernen ergibt sich mit zunehmendem Alter jedoch

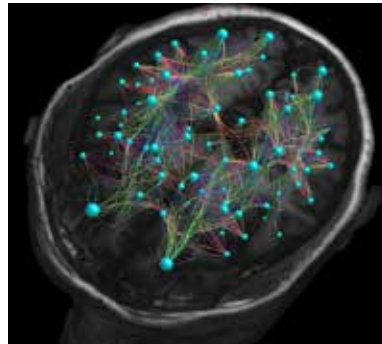
Geistig fit im Alter – auf die positive Einstellung kommt es auch an

die Schwierigkeit, die durch Training erzielten Verbesserungen effektiv auf andere Bereiche des Denkens sowie in den Alltag zu übertragen (=Transfer). Im Rahmen eines multizentrischen Forschungsprojektes interessieren wir uns für diejenigen Älteren, die trotz fortgeschrittenen Alters diesen Transfer hinbekommen und untersuchen die neurobiologischen Grundlagen dieser Fähigkeit. Das so generierte Wissen soll praktisch (z.B. in Form neuer Trainingsprogramme) dazu beitragen, resilientes Verhalten gegenüber kognitivem Abbau zu fördern – und damit ein selbstbestimmtes Leben im Alter zu erhalten und die Widerstandsfähigkeit gegenüber einer Demenzentwicklung zu erhöhen.

Positivitätseffekt

Der Positivitätseffekt beschreibt die wissenschaftlich gut belegte Neigung älterer Menschen, sich eher positiven als negativen Informationen

zuzuwenden. Dies steht im Zusammenhang mit emotionalem Wohlbefinden und trägt zu einer besseren Anpassung an die sich im Alter verändernde Lebenssituation bei. Darauf aufbauend beschäftigen wir uns im Rahmen unserer Arbeit mit der Frage, inwieweit der Positivitätseffekt im Sinne eines Resilienzfaktors der Belastung durch Stressfaktoren sowie der Entwicklung psychischer Erkrankungen im Alter entgegenwirkt.



Damit einhergehend steht die Erforschung möglicher Maßnahmen zur Stärkung des Positivitätseffekts und somit zur Prävention psychischer Erkrankungen im Alter im Fokus unseres Interesses.



Pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz – ein eingespieltes Team trifft auf Veränderungen

Wir verfolgen den besonderen therapeutischen Ansatz, pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz als „Behandlungseinheit“ (Dyade) zu betrachten. Mittels eines naturalistischen und biopsychologischen Forschungsansatzes untersuchen wir Mechanismen der Stressbelastung und Stressbewältigung besonders bei pflegenden Angehörigen, um Resilienz zu fördern und präventiv der Erschöpfung und Folgeerkrankungen vorzubeugen.

Evaluation dyadisches Therapieprogramm

Aktuell führen wir eine vom rheinland-pfälzischen Gesundheitsministerium geförderte Studie durch, in der eine dyadische Therapie für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz im häuslichen Umfeld durch Pflegeexperten durchgeführt wird.

Inhalte sind Kommunikation, Stressbewältigung sowie Problemlösung. Wir erheben auch biologische Stressmarker aus Speichel und Haar zur Exploration zugrunde liegender Mechanismen.

Pflegende Angehörige: Stärkung des seidenen Fadens der Versorgung

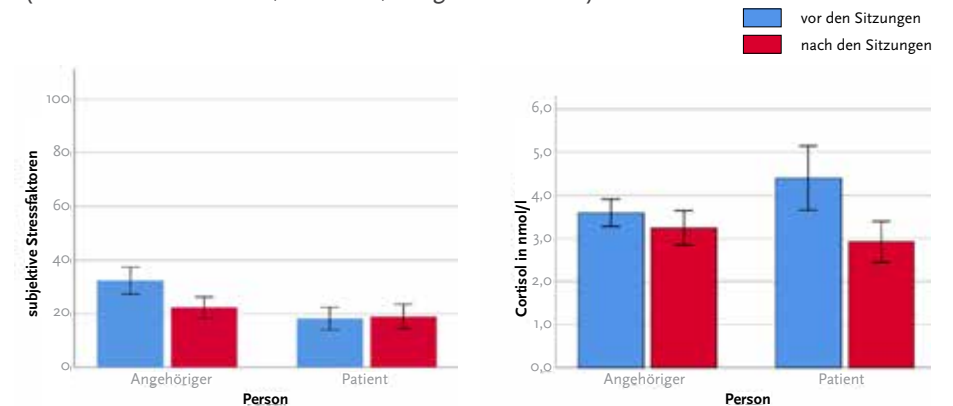
Pflegende Angehörige – Risiken chronischer Stressbelastung

Pflegende Angehörige sind dauerhaft erhöhtem Stress ausgesetzt. Dadurch weisen sie ein deutlich erhöhtes Risiko auf, körperliche oder psychische Erkrankungen, vor allem Depression, zu entwickeln.

Auswertung – Tageprofile Stresserleben

Erste Zwischenergebnisse zeigen (n=15 Dyaden, Mittelwerte und Standardfehler), dass das subjektive Stresserleben nach den Therapiesitzungen bei pflegenden Angehörigen niedriger ist. Zudem zeigen vor allem Menschen mit Demenz niedrigere Werte des Stresshormons Cortisol nach den Therapiesitzungen.

(Wuttke-Linnemann A., Baake R., Fellgiebel A. 2018)



Item: Ich fühle mich gestresst (0-100); Auswertung Mittelwert +/- Standardfehler



Verbesserung der Vernetzung an Versorgungsschnittstellen

Ein weiteres Ziel unserer Arbeit ist die Weiterentwicklung der medizinischen, pflegerischen und psychotherapeutischen Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen im Alter. Unser besonderer Fokus liegt hierbei auf Menschen mit Demenz. Hier streben wir eine bessere Koordination und Kooperation an den Versorgungsschnittstellen an.

DemStepCare

In diesem Projekt wollen wir eine Verbesserung der hausarzt-basierten

Versorgung von Menschen mit Demenz durch koordinierte Kooperation und risiko-adaptierten Einsatz spezialisierter Pflegekräfte erzielen.

Neue Wege in der Versorgung gehen: multiprofessionell, patientenzentriert, individualisiert

Aufrechterhaltung der häuslichen Versorgungssituation – auch in Krisen

DemStepCare soll helfen, stationäre Aufenthalte von Menschen mit Demenz zu vermeiden und die Belastung von pflegenden Angehörigen zu reduzieren.

Durch eine Risikostratifizierung in der Hausarztpraxis sollen Menschen mit Demenz entsprechend ihres Versorgungsbedarfes an das bestehende Unterstützungssystem herangeführt werden. Patienten in gefährdeter Versorgung können so schneller identifiziert und durch ein Case Management begleitet und unterstützt werden.

Neu an diesem Projekt ist zudem die Möglichkeit einer aufsuchenden Krisenintervention im Falle von häuslichen Krisen, die bislang oft zu risikoreichen stationären Aufnahmen für Menschen mit Demenz führen.

Tagesklinik für Demenzpatienten

Menschen mit Demenz verschlechtern sich häufig sowohl körperlich als auch kognitiv während eines stationären Aufenthaltes. Gleichzeitig gibt es bislang kaum Alternativen für einen stationären Aufenthalt in Krisensituationen. Während in anderen Bereichen der psychiatrischen Versorgungspraxis Tageskliniken ein gutes Bindeglied zwischen stationärer und ambulanter Versorgung darstellen, werden Menschen mit Demenz hiervon bislang häufig ausgeschlossen.



Evaluation eines Modellprojektes

In einem vom rheinland-pfälzischen Gesundheitsministerium geförderten Modellprojekt konnten wir die Merkmale von Menschen mit Demenz und ihren pflegenden Angehörigen zwischen einer tagesklinischen und einer vollstationären Behandlung vergleichen.

Die Ergebnisse dieser Evaluation geben Hinweis darauf, dass viele Patienten, die bislang vollstationär behandelt werden, ebenso teilstationär behandelt werden können. In diesem Modellprojekt zeigten sich keine Unterschiede zwischen Menschen mit Demenz basierend auf dem Behandlungssetting.



ZpGA – eine kooperative Plattform für

- multiprofessionelle Forschung
- innovative Versorgungsformen
- Dienstleistungen für Schulung, Fort- und Weiterbildung


UNIVERSITÄTSmedizin.
MAINZ

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

**Univ.-Prof. Dr. A. Fellgiebel****Forschungsschwerpunkte**

Resilienz im Alter, kognitiv gesundes Altern,
Demenzprädition und Demenzprävention

Forschungssektion Altern und Neurodegeneration,
Demenz, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Universitätsmedizin Mainz

a.fellgiebel@rfk.landesskrankenhaus.de

**Dipl.-Psych. Dr. Dominik Wolf**

Forschungsbereich bildgebende Verfahren

- Resilienz gegenüber pathologischem kognitivem Abbau/ Demenzentwicklung im Alter
- Hirnstrukturelle und -funktionelle Korrelate für Resilienzfaktoren und Mechanismen

dominik.wolf@unimedizin-mainz.de

**Dipl.-Psych. Dr. Alexandra Wuttke-Linnemann**

Forschungsbereich Versorgung

- Biopsychologische Stressmodelle und Resilienz im Alter
- Pflegende Angehörige
- Psychotherapie bei Älteren mit kognitiven Einschränkungen und Demenz
- Dyadische Therapieprogramme

a.linnemann@rfk.landesskrankenhaus.de

**Dr. Florian Fischer**

Forschungsbereich bildgebende Verfahren

Innovative Analysen zerebraler struktureller und funktioneller Netzwerke als Surrogate für Resilienz im Rahmen von gesundem und pathologischem kognitivem Altern

florian.fischer@unimedizin-mainz.de

**Ricarda Baake, MA**

Sportgerontologie

Biofeedback und goal-setting zur körperlichen
Aktivierung bei Patienten mit Altersdepression

r.baake@rfk.landesskrankenhaus.de

Kontakt

Bei Fragen, Kooperationsideen, Vernetzungswünschen, Dienstleistungsaufträgen: Kontaktieren Sie uns – wir freuen uns auf Sie!

Telefon (06731) 50-1278



T. Vollmer / Landeskrankenhaus

LANDESKRANKENHAUS (AÖR)

Zentrum für psychische Gesundheit im Alter (ZpGA)

Hartmühlenweg 2 – 4

55122 Mainz

Telefon (0 67 31) 50-12 78

KOMPETENZ schafft Vertrauen.