

Betreff: digiDEM Bayern Science Watch - Newsletter 08

Datum: Montag, 22. Juni 2020 um 14:53:24 Mitteleuropäische Sommerzeit

Von: digiDEM Bayern

An: Hladik, Markus

[Im Browser ansehen.](#)



digiDEM Bayern Science Watch



Liebe Leserin, lieber Leser,

in diesem Newsletter widmen wir uns einem besonders alltagsnahen Thema. Es geht um den Zusammenhang zwischen Ernährung und Demenz. Da es nach wie vor kein wirksames Medikament gegen die Erkrankung gibt, sind in den vergangenen Jahren zunehmend die sogenannten "Lifestyle"-Faktoren zur Vorbeugung einer Demenz in den Blick der Forschung gerückt. Zu ihnen zählt neben körperlicher und geistiger Aktivität auch die Ernährung. Welche Ernährungsweisen steigern das Demenzrisiko, welche verringern es? Dazu haben wir aktuelle Forschungserkenntnisse zusammengefasst. Zudem finden Sie einen kurzen Rückblick auf unser Science Watch-LIVE-Webinar am 17.06. zum Thema "Ernährung und Demenz" mit der Ernährungswissenschaftlerin Prof.

Dr. Dorothee Volkert von der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg.

Wir wünschen Ihnen eine interessante Lektüre.

Herzliche Grüße und bleiben Sie gesund!

Ihr digiDEM Bayern-Team

Vorsicht Fast Food: Transfette als Demenz-Risikofaktor

Transfette gelten schon lange als ungesund. Sie spielen eine Rolle bei der Entstehung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall. Doch können sie auch die Entstehung einer Demenz fördern? Eine aktuelle Studie aus Japan hat genau das herausgefunden.



[Weiterlesen](#)

Mit Früchten, Gemüse und Tee einer Alzheimer-Demenz vorbeugen

Menschen, die viel Gemüse, Obst und Tee zu sich nehmen, könnten dadurch ein geringeres Risiko für eine spätere Demenzerkrankung haben. Das zeigt eine US-amerikanische Studie, die in der Zeitschrift Neurology veröffentlicht wurde. Untersucht wurde ein möglicher Zusammenhang zwischen Alzheimer und der Aufnahme von Flavonolen.



[Weiterlesen](#)

Fettleibigkeit steigert bei Frauen das Demenzrisiko

Fettleibigkeit im mittleren Lebensalter erhöht bei Frauen das Risiko, später an einer Demenz zu erkranken. Mangelernährung und zu wenig Bewegung hatten dagegen keine langfristigen Auswirkungen. Das hat eine britische Langzeit-Studie gezeigt.

[Weiterlesen](#)



Wie salzreiche Ernährung Demenz fördern kann

Eine salzreiche Ernährung kann laut einer Studie den geistigen Abbau fördern. Die Wissenschaftler führen dies allerdings nicht, wie zuvor angenommen, auf Durchblutungsstörungen im Gehirn zurück, sondern auf Verklumpungen des Tau-Proteins.

[Weiterlesen](#)



Mediterrane Ernährung verringert das Demenzrisiko

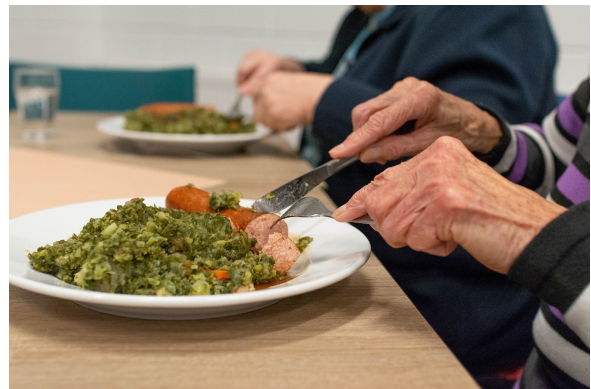
Viel Gemüse, Fisch, Olivenöl und Hülsenfrüchte - mediterrane Ernährung hält gesund. Studien haben ihr bereits eine Vielzahl von gesundheitlichen Vorteilen attestiert. Eine aktuelle Untersuchung widmet sich dem Zusammenhang zwischen mediterraner Ernährung und den geistigen Fähigkeiten.



[Weiterlesen](#)

Webinar: Ernährung und Demenz

Das Thema unseres Webinars spielt im Alltag von Menschen mit Demenz, pflegenden Angehörigen und professionellen Pflegekräften eine wichtige Rolle: Es geht um „Ernährung und Demenz“. Als Expertin konnten wir die Ernährungswissenschaftlerin Frau Prof. Dr. Dorothee Volkert gewinnen.



[Weiterlesen](#)

Über digiDEM Bayern

Das Forschungsprojekt ist eine Kooperation von:



Universitätsklinikum
Erlangen



gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege



Festhalten,
was verbindet.
Bayerische Demenzstrategie

Abmelden

Digitales Demenzregister Bayern - digiDEM Bayern
Interdisziplinäres Zentrum für Health Technology Assessment (HTA) und Public Health
Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg
Nationales Spitzencluster ‚Exzellenzzentrum für Medizintechnik – Medical Valley EMN‘
Schwabachanlage 6
91054 Erlangen
Tel: +49-9131-85-34167
Email: info@digidem-bayern.de
Web: www.digidem-bayern.de

© digiDEM Bayern 2020. Alle Rechte vorbehalten.

Falls Sie Inhalte aus dem Newsletter verwenden möchten, wenden Sie sich bitte an digiDEM Bayern.