

Minimierung von Demenz-Risikofaktoren

## ProMental-Pilotprogramm nimmt noch Teilnehmer auf

Die Alterspsychiatrie der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich (PUK) hat Ende April 2025 das Pilotprojekt «ProMental» zur Prävention von Demenzerkrankungen lanciert.



In dem Pilotprogramm geht es darum, bei Menschen mit leichten kognitiven Störungen individuelle Risikofaktoren für eine Demenzerkrankung frühzeitig zu erkennen, um die Risiken mit gezielten Massnahmen zu reduzieren. Im Rahmen des Projekts werden zunächst die persönlichen Risikofaktoren der Teilnehmer abgeklärt. Aufgrund ihres persönlichen Risikoprofils erhalten sie anschliessend Vorschläge für ein umfassendes Spektrum an Aktivitäten zur Risikoreduktion. Dazu zählen Angebote in den Bereichen Bewegung (Ausdauer-, Kraft- und Bewegungstrainings), gesunde Ernährung, Gedächtnistraining, Achtsamkeitstechniken sowie Unterstützung bei Rauchstopp, Alkoholreduktion und Schlafhygiene. Ergänzend werden die Teilnehmer gezielt bei der Behandlung medizinisch relevanter Faktoren wie Hör- und Sehbeeinträchtigungen, Bluthochdruck, erhöhten Cholesterinwerten oder Diabetes unterstützt. Ein besonderes Augenmerk gilt dabei auch der sozialen Vernetzung. Ausserdem sollen die Teilnehmer befähigt werden, ihre Ziele selbst zu definieren und zu erreichen. Das Pilotprojekt läuft über sechs Monate und wird von Schwabe Pharma unterstützt. Wird das Konzept von den Teilnehmern gut angenommen, ist nach Abschluss des Projekts eine Ausweitung des Angebots auf die ganze Schweiz geplant.

Es besteht noch die Möglichkeit, neue Teilnehmer aufzunehmen. Bei Interesse finden Sie unter nebenstehendem QR-Code die Telefonnummern der Ansprechpartner im Projektteam respektive den Link zur Anmeldung via E-Mail.



red/Mü

Medienmitteilung PUK Zürich und Schwabe Pharma

Querschnittsanalyse der UK Biobank

## Wohlbefinden und CRP bei Rückenschmerzen analysiert

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Wohlbefinden, der Anzahl stressiger Lebensereignisse, dem Wert des C-reaktiven Proteins (CRP) und der körperlichen Aktivität mit akuten und chronischen Rückenschmerzen? Eine Querschnittsanalyse der UK Biobank verglich Daten von je 5716 Personen mit akuten respektive chronischen Rückenschmerzen mit denen von 11 432 schmerzfreien Kontrollpersonen.

Alle Personen mit Rückenschmerzen zeigten im Vergleich zu schmerzfreien Kontrollpersonen ein schlechteres Wohlbefinden (akute bzw. chronische Rückenschmerzen: mittlere Differenz 0,20 Punkte,  $p < 0,001$  bzw. 0,39 Punkte,  $p < 0,001$ ). Beide Gruppen berichteten über mehr stressreiche Lebensereignisse als die Kontrollgruppe (akut: 0,03 Punkte,  $p = 0,041$ ; chronisch: 0,03 Punkte,  $p = 0,028$ ). Diese Ergebnisse waren jedoch in Sensitivitätsanalysen nicht robust. Bei Patienten mit akuten Rückenschmerzen wurden erhöhte CRP-Werte festgestellt (2,28%,  $p = 0,024$ ), jedoch nicht bei chronischen Rückenschmerzen im Vergleich zur Kontrollgruppe. Hinsichtlich der körperlichen Aktivität gab es keine signifikanten Unterschiede zwischen den Gruppen.

Die Unterschiede im Wohlbefinden und CRP-Wert zwischen Personen ohne Schmerzen und solchen mit akuten oder chronischen Rückenschmerzen könnten durch die Dauer der Rückenschmerzen beeinflusst werden. Dass der CRP-Wert bei akuten Rückenschmerzen lediglich um 2% höher als bei den Kontrollpersonen war und beide Gruppen Werte im Normalbereich aufwiesen, deutet auf einen begrenzten Nutzen des CRP bei der Unterscheidung zwischen akuten und chronischen Rückenschmerzen hin. Für eine neuroimmunologische Beteiligung an der Entstehung oder Chronifizierung von Rückenschmerzen gab es keinen Hinweis.

Mü

Quelle: Gollan R et al.: Well-Being, Inflammation, and Physical Activity in Acute and Chronic Back Pain: A Cross-Sectional Analysis of 22,864 UK Biobank Participants. *Eur J Pain.* 2025;29(7):e70079. doi:10.1002/ejp.70079