

Kampf gegen das Vergessen

Psychologin Anja Leist hat sich auf Demenzforschung an der Universität Luxemburg spezialisiert

VON BIRGIT PFAUS-RAVIDA

Anja Leist, Forscherin an der Universität Luxemburg, arbeitet an einer Studie zu Demenz und kognitiver Beeinträchtigung im fortgeschrittenen Alter. Für das über fünf Jahre angelegte Projekt erhielt sie vom Europäischen Forschungsrat (ERC) 1,15 Millionen Euro.

Anja Leist steht als junge Frau mitten im Leben. Sie ist Mutter zweier kleiner Kinder und als Associate Professor an der geisteswissenschaftlichen Fakultät der Universität Luxemburg stets geistig gefordert. Und doch weiß sie: Dieser Zustand ist nicht selbstverständlich. Vor allem, wenn Menschen älter werden, lässt die Leistungsfähigkeit des Gehirns nach – bei den einen weniger, bei den anderen mehr. In ihrer Familie hat sie das bei der eigenen Großmutter miterleben müssen: Sie litt an Demenz. Diese Krankheit kann zu einer großen Beeinträchtigung werden.

„In Luxemburg leben groben Schätzungen zufolge etwa 6 000 Menschen mit Demenz“, erklärt die 38-Jährige. Leider gebe es keine verlässlichen Zahlen – und die Menschen selbst und ihre Ange-

„Es ist unbedingt erforderlich, dass jeder von einem Bildungsumfeld und Sozialmilieu profitieren kann, das den Aufbau einer kognitiven Reserve fördert.“

Anja Leist, Demenzforscherin

hörigen gingen oft sehr zögerlich damit um, über die Krankheit zu reden, zu der auch Alzheimer gehöre. Ein Tabu, mit Stigmata behaftet, sei Demenz heute leider trotz zunehmender Informationen immer noch.

Seit dem Jahr 2009 forscht Anja Leist, die im Rahmen ihres Psychologiestudiums nach Trier kam, in Luxemburg zu den Themen Altersforschung und Demenz. „Das Verhalten und Erleben von Menschen zu verstehen, hat mich schon immer interessiert. Besonders spannend ist es zu sehen, wie unterschiedlich die Menschen im Alter Erlebtes wahrnehmen und verarbeiten. In der Demenzforschung interessiert mich natürlich besonders, welche Faktoren die Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung begünstigen oder hemmen“, erklärt Anja Leist.

Im Rahmen ihrer Forschungen sprach sie in ihrer Post-Doc-Zeit 2009 auch mit vielen älteren Menschen und ihren Angehörigen in Luxemburg. Dann gingen ihre Forschungen weiter. Etwa darüber, wie die Lebensumstände das Altern und auch das Risiko beeinflussen, an Demenz zu erkranken. Inwieweit entwickeln Menschen



Demenz betrifft fast zehn Millionen Menschen in Europa.

(FOTOS: SHUTTERSTOCK / CHRIS KARABA)

eher Demenz, wenn sie eine Bildung erhalten haben, die unter ihren Möglichkeiten lag – etwa, weil sie aus sozialen Gründen kein Abitur machen oder nicht studieren konnten? Inwieweit beeinflusst ein ungleiches beziehungsweise ungerechtes Bildungssystem dies?

Aufbau kognitiver Reserven

Bereits in der Vergangenheit hatte die junge Wissenschaftlerin zahlreiche internationale Auszeich-

nungen eingeheimst. Und nun gehen die Forschungen von Anja Leist in die nächste Runde. Für ihre Arbeit rund um Demenz und kognitive Beeinträchtigung im fortgeschrittenen Alter erhielt sie jetzt Forschungsgelder in Höhe von 1,15 Millionen Euro, den Starting Grant für Nachwuchsforscher des Europäischen Forschungsrats (European Research Council ERC). Das ermöglicht ihr umfassende Arbeiten über einen

Zeitraum von fünf Jahren. Ihr Projekt Crisp – „Cognitive Aging: From Educational Opportunities to Individual Risk Profiles“ – soll umfassende Erkenntnisse und Verfahren für die Erkennung der Risikofaktoren sowie der gefährdeten Personen bereitstellen, damit diese so früh wie möglich ihren Lebensstil anpassen können. Wieder geht es darum, wie Lebensumstände spätere Demenz beeinflussen können. Dass in der Kindheit und im jungen Erwachsenenalter die Grundlage für kognitive Fertigkeiten gelegt wird, ist Forschern bekannt. Jedoch ist wenig bekannt, welchen Einfluss das Umfeld darauf hat, wie sehr wir unser kognitives Potenzial verwirklichen. Dies herauszufinden ist das erste Ziel des Forschungsteams um Anja Leist.

„Angeborene Fähigkeiten und der familiäre Hintergrund, aber auch externe Faktoren wie Bildung, das soziale Umfeld, Geschlechtergleichberechtigung und die berufliche Entwicklung haben einen Einfluss darauf, in welchem Maße wir das Potenzial unseres Gehirns ausschöpfen können“, so Leist. „Während unseres gesamten Lebens tragen diese Faktoren

zum Aufbau einer kognitiven Reserve bei, zu einer Art kognitiver Fitness. Mit der Zeit hilft uns diese kognitive Reserve dabei, die Verschlechterung unserer kognitiven Leistungsfähigkeit aufzufangen oder hinauszuzögern.“ Wenn die Forschung beziffern könne, wie groß der Einfluss von außen durch etwa kontextuelle Ungleichheiten in Verbindung mit Bildung und Geschlecht sei, könnten die Ergebnisse die politische Entscheidungsfindung unterstützen. „Es ist unbedingt erforderlich, dass jeder von einem Bildungsumfeld und Sozialmilieu profitieren kann, das den Aufbau einer kognitiven Reserve fördert“, so Leist.

Smarte Wissensverarbeitung

Ihr Forschungsprojekt ist eng mit Computerwissenschaften verbunden. Große Datenmengen von Menschen aus Europa und der ganzen Welt werden analysiert – die von gesunden und von an Demenz Erkrankten. Demenz betrifft rund 50 Millionen Menschen weltweit und fast zehn Millionen Menschen in Europa.

In einer zweiten Phase werden diese Daten mit sogenannten „Machine Learning“-Methoden weiterverarbeitet. Mit diesen neuen maschinellen Lernverfahren können große Datenmengen in den Sozialwissenschaften effizienter verarbeitet werden. So lässt sich die Komplexität des kognitiven Leistungsabbaus besser verstehen. Denn: „Die Veränderung der kognitiven Entwicklung verläuft nicht linear, sondern variiert im Hinblick auf Geschwindigkeit, Intensität, Kontinuität und Rückschläge“, erklärt Anja Leist. „In Anbetracht der Vielzahl der genetischen, sozialen und verhaltensbezogenen Faktoren können die herkömmlichen Methoden das kaum erfassen. Durch die neuen Methoden können wir Licht in die komplexen Zusammenhänge des kognitiven Alterns bringen.“

Mit den neuen Modellen sollen Personen mit einem hohen Risiko für Demenz besser erkannt und unterstützt werden, damit sie ihren Lebensstil ändern und eine kognitive Beeinträchtigung wirksam abwehren können. Risikofaktoren können Depressionen, Einsamkeit, Bewegungsmangel und ungesunde Ernährung sein. „Es ist noch ein weiter Weg, bis wir Alzheimer und Demenz wirklich verstehen, aber wir sind auf einem guten Weg, den Patienten und Angehörigen das Leben ein wenig zu erleichtern“, ist sich Anja Leist sicher.

Teilnehmer gesucht

Im Rahmen der Studie sind Menschen mit Alzheimer, einer anderen Demenz oder einer milden kognitiven Beeinträchtigung aufgerufen, sich an einem Nutzer-Beirat zum Forschungsprojekt zu beteiligen. Es geht darum, dass auch Betroffene zu Wort kommen und dabei helfen, die Ergebnisse und Pläne der Forschung zu diskutieren. In anderen Ländern wie den USA gibt es solche Beiräte schon länger.

E-Mail: anja.leist@uni.lu
Telefon: 46 66 44 95 81



Psychologin Anja Leist

Zur Person

Anja Leist, geboren 1981, ist Dozentin an der Universität Luxemburg. Ihr Fachgebiet ist Sozialepidemiologie, insbesondere in Verbindung mit sozialen Ungleichheiten und Gerontologie. Sie ist gewähltes Mitglied der Gerontological Society of America und engagiert sich freiwillig in dem weltweiten Netzwerk World Young Leaders in Dementia. Außerdem organisiert Anja Leist Workshops zum Thema Demenz in luxemburgischen Sekundarschulen, in denen sie Teenagern beibringt, wie man Demenz erkennt und mit betroffenen Personen umgeht.