Kommunikation und soziale Netzwerke sind Themen, die nicht nur Soziologen und Psychologen beschäftigen. Im Zusammenhang mit den unterschiedlichsten dementiellen Erkrankungen zählen kommunikative Prozesse und soziale Beziehungsstrukturen zu beeinflussbaren und prägenden Schwerpunkten der Sozialen Arbeit, die eine Demenzentwicklung in jedem Lebensalter entgegenwirken. Somit besitzt das Ausmaß der Demenzerkrankung eine beträchtliche Relevanz für gesellschaftliche und individuelle Zukunftsperspektiven. Mit jährlich 6.000 Neuerkrankungen und einer Gesamtzahl von betroffenen Menschen zwischen 800.000 und 1,2 Millionen verzeichnen die differenzierten Formen einen Prozess, der vorläufig noch nicht enden wird. Die aus dieser Sicht epidemiologische Beschreibung der größtenteils chronischen Krankheit lässt die Bedeutung der Minimierung von Risikofaktoren der Demenzen akuter werden, insbesondere, da diese schon heute zu den fünf häufigsten Todesursachen zählen. Dabei zielt die Demenzprävention auf die Senkung der Risikofaktoren von psychischen, sozialen und auch körperlichen Problemen und Entwicklungen im Leben eines jeden Menschen ab. Daher sollte sich nicht nur der alternde Mensch auf spezielle Präventionsmaßnahmen einlassen oder generell „aktiv leben“, indem spezielle soziale Konstellationen beachtet werden. Die prophylaktische Entwicklung sozialer Beziehungsstrukturen richtet sich nämlich nicht nur an alte Menschen, sondern soll gerade auch in jüngeren Jahren motivieren, d.h. in jedem Lebensjahr, Verantwortung für das eigene Leben und die Gesundheit zu übernehmen. Beispielhaft prägen Meinungsbilder, Argumentationsstrategien, soziale und körperliche Aktivitäten, die in der Jugend wichtig sind, auch das hohe Alter. Der Selbstverantwortung sind dessen jedoch ungeachtet Grenzen gesetzt. Demzufolge gilt es besonders für die Soziale Arbeit in Arbeitsfeldern mit den unterschiedlichsten Altersklassen und Schwerpunkten im Sinne der Demenzprävention den Umgang mit der eigenen Lebensausgestaltung Orientierung zu vermitteln. Ganz nach der „Use-it-or-lose-it“-Theorie werden aus neurobiologischer Sicht Nervenzellen-Netzwerkverbindungen neu aktiviert oder bleiben erhalten, wenn vor allem durch die zwischenmenschlichen Kommunikationsstrukturen und die Ausgestaltungen von Beziehungen Gehirnstrukturen stimuliert werden. Gegenätzlich werden Neuronenverbindungen im Gehirn, die nur einseitig oder wenig genutzt werden, sich über mehrere Jahre chronisch progressiv reduzieren. Einige Risikofaktoren, die neurodegenerativ im Gehirn wirken, sind u.a. starke psychosoziale Belastungen, eingeschränkte Persönlichkeitsentwicklung innerhalb der eigenen sozialen Netzwerke, geringe kognitive Aktivitäten, mangelnde Bildung und einseitige Freizeitaktivitäten. So sind z.B. Kinder „Genies“ beim Erlernen neuer Fähigkeiten, wobei sich kontinuierlich ihre Gehirnstruktur verändert. Eine gezielte frühe Prägung kann somit schon im Kindesalter eine gesteigerte Resistenz gegenüber dementiellen Prozessen bedeuten. Dementsprechend besteht vorangehend ein möglicher Anstoß der Demenzprävention im persönlichen sozialen Umfeld ausgesetzten Reifungsprozessen. Durch eine gezielte funktionelle Inanspruchnahme der Gehirnzellen werden schon in frühen Lebensabschnitten individuelle Kompetenzen und Fähigkeiten gefördert. Ein erhöhter Schutz gemäß neurodegenerativer Gehirnveränderungen wird bewirkt, so dass Empfehlungen präventiver Handlungen, einer Demenz entgegenzuwirken, vor allem im Kindes- und Jugendalter, aber auch zwischen 60 bis 80 Jahren, gesehen werden. Somit kann ein geistiges, aktives und körperlich herausforderndes Leben eine gewisse Prävention im Hinblick auf dementielle Erkrankungen bewirken, welches es in jeglicher Hinsicht und jeglichem Tätigkeitsfeld von der Sozialen Arbeit zu fördern gilt.

Hanna Beyer

Generationsübergreifende Demenzprävention