

Eine "herzverträgliche" Ernährungsweise und kontinuierliche, moderate körperliche Betätigung können vor dem Verfall der kognitiven Fähigkeiten im Alter schützen

Wien (ots/PRNewswire) -

Eine "herzverträgliche" Ernährungsweise zur Senkung des Blutdrucks sowie die Erhaltung oder Steigerung von moderater körperlicher Betätigung können dazu beitragen, unser Gedächtnis und unsere geistigen Fähigkeiten im Alter aufrechtzuerhalten. Dies wurde im Rahmen einer neuen Untersuchung festgestellt, die heute auf der ICAD 2009 (International Conference on Alzheimer's Disease 2009) der Alzheimer's Association in Wien veröffentlicht wurde.

(Logo: <http://www.newscom.com/cgi-bin/prnh/20090529/ICADLOGO>)

"Wir können nichts gegen das Altern oder unsere Familiengeschichte unternehmen, aber Studien belegen immer wieder, dass wir alle bestimmte Entscheidungen bezüglich unseres Lebenswandels treffen können, die zur Gesundheit des menschlichen Gehirns beitragen und sogar das Risiko von Gedächtnisverfall im Alter reduzieren könnten", erklärte William Thies, PhD, der leitende Beauftragte für Medizin und Wissenschaft der Alzheimer's Association.

~

Zu den auf der ICAD 2009 veröffentlichten Studien zählen:

- Heidi Wengreen, et al -- "Befolgung des DASH-Ernährungsplans und die Auswirkungen auf den Verfall der kognitiven Fähigkeiten sowie Demenz bei Männern und Frauen: Eine Cache County Studie über die Gesundheit des Gedächtnis und das Altern" (DASH diet adherence scores and cognitive decline and dementia among aging men and women: Cache County study of Memory Health and Aging).
- Deborah Barnes, et al -- "Die Auswirkungen von Veränderungen der körperlichen Betätigung auf den Grad des Verfalls von kognitiven Fähigkeiten bei einer ethnisch gemischten Auswahl von nicht unter Demenz leidenden älteren Menschen" (The impact of changes in physical activity levels on rate of cognitive decline in a biracial cohort of non-demented elders).
- Mary Tierney, et al -- "Die Intensität langfristiger körperlicher Betätigung und spätere Erkenntnisse im Leben postmenopausaler Frauen" (Intensity of long-term physical activity and later life cognition in

postmenopausal women).

-- Thomas Obisesan, et al -- "Aerobic-ähnliche körperliche Betätigung im Verbund mit Apolipoprotein E Genotypen sorgt für verbesserte kognitive Funktionen in einer für das Land repräsentativen Probe: Die dritte nationale Gesundheits- und Ernährungsumfrage NHANES III" (Aerobic-related physical activity interacting with apolipoprotein E genotypes, is associated with better cognitive function in a nationally representative sample: The Third National Health and Nutrition Examination Survey - NHANES III).

~

Die ICAD 2009 (International Conference on Alzheimer's Disease 2009) der Alzheimer's Association führt über 3.000 Forscher aus 70 Ländern zusammen, um in diesem Rahmen wegweisende Studien und Informationen über die Ursache, Diagnose, Behandlung und Prävention der Alzheimer-Krankheit sowie verwandter Krankheitsbilder zu erörtern. Die ICAD 2009 wird vom 11. bis 16. Juli in Wien, Österreich, im Exhibition and Congress Center der Messe Wien stattfinden.

Die Alzheimer's Association ist die führende freiwillige Gesundheitsorganisation für die Pflege, Unterstützung und Forschung im Bereich Alzheimer. Unsere Aufgabe besteht darin, die Alzheimer-Krankheit durch die Förderung von Forschungsmassnahmen und das Angebot von verbesserter Pflege und Unterstützung für alle Betroffenen aus der Welt zu schaffen und das Risiko von Demenz durch die Förderung der geistigen Gesundheit zu minimieren. Wir verfolgen unsere Vision von einer Welt ohne Alzheimer. Für weitere Informationen besuchen Sie bitte www.alz.org.

Rückfragehinweis:

Presseabteilung der Alzheimer's Association: +1-312-335-4078,
media@alz.org, Pressezentrum der ICAD 2009 vom 11. bis 16. Juli:
+43-(0)1931020-7501. Logo:
<http://www.newscom.com/cgi-bin/prnh/20090529/ICADLOGO>

*** OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSSENDERS - WWW.OTS.AT ***

OTS0189 2009-07-14/15:52

141552 Jul 09

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20090714_OTS0189