ROBERT KOCH INSTITUT

Demenzprävention – lebensphasenspezifisch und sektorenübergreifend

Dr. Beate Gaertner
für das Fachgebiet 25 Körperliche Gesundheit am Robert Koch-Institut

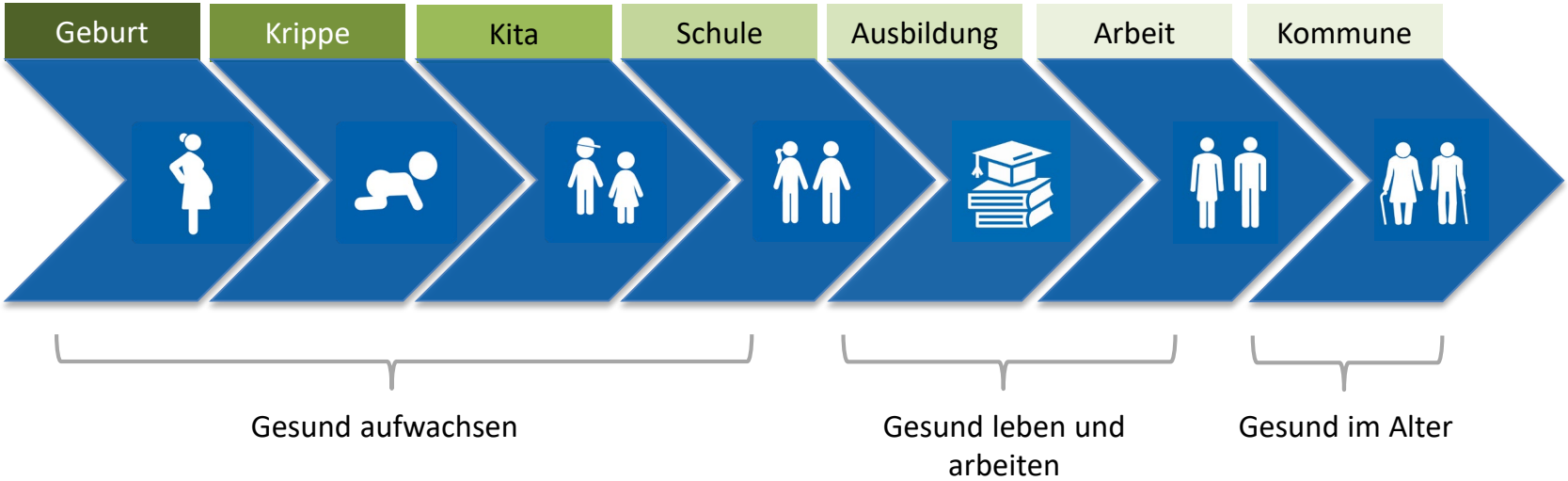
Kontakt: gaertnerb@rki.de

Präventionspotential für Demenzerkrankungen

Quelle: https://www.deutsche-alzheimer.de/praevention

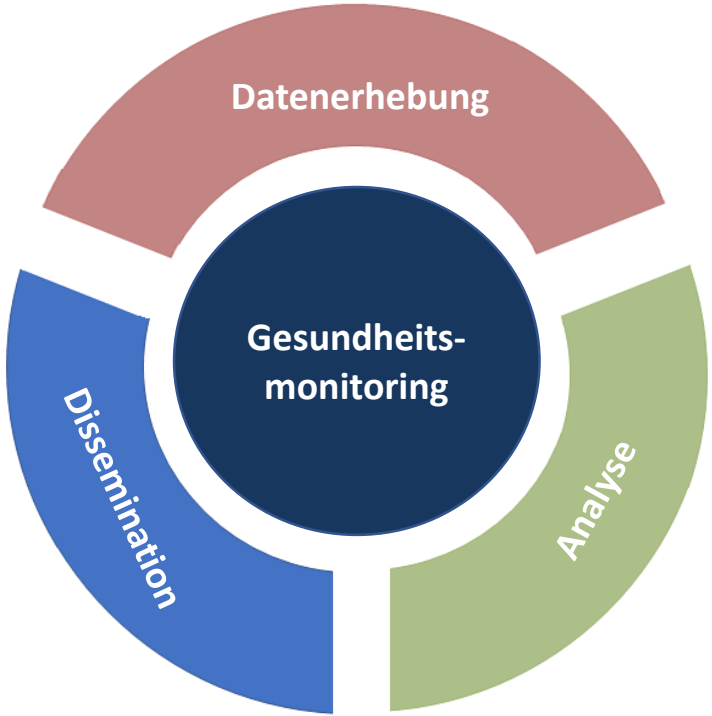
ROBERT KOCH INSTITUT

Welche Lebensverhältnisse brauchen wir dafür?



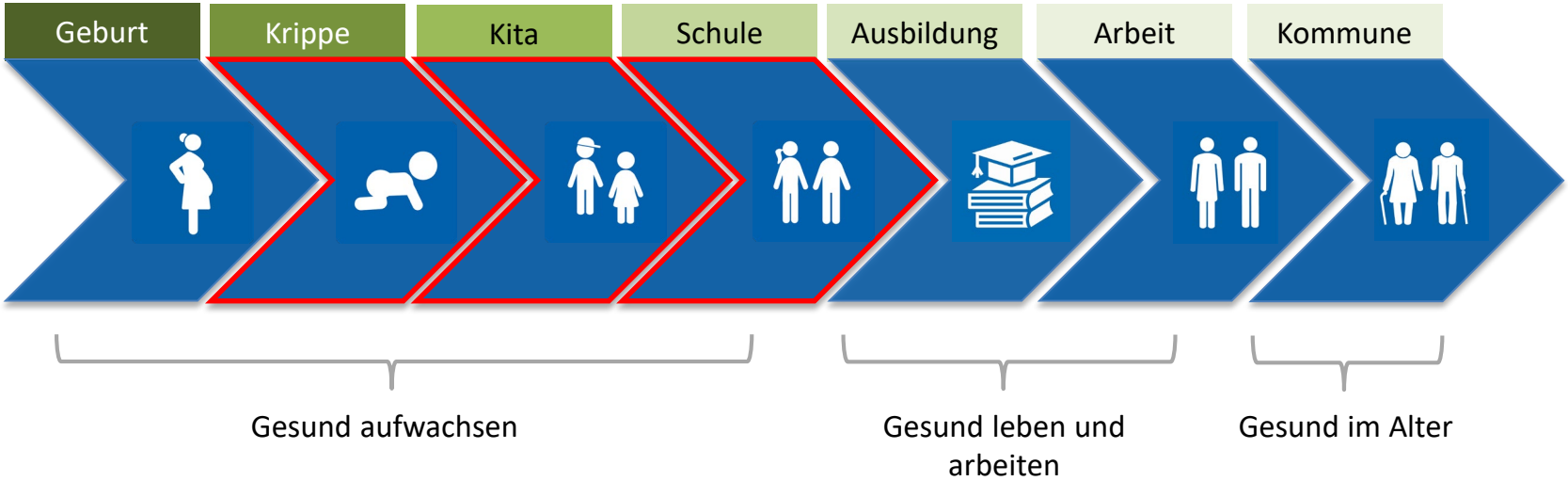
Gesundheitsberichterstattung des Bundes (GBE)

- RKI hat den Auftrag zur GBE in Deutschland für übertragbare und **nicht übertragbare** Erkrankungen
- Bundesweite repräsentative Erhebungen zum Gesundheitszustand der Wohnbevölkerung in Deutschland



ROBERT KOCH INSTITUT

Welche Lebensverhältnisse brauchen wir dafür?

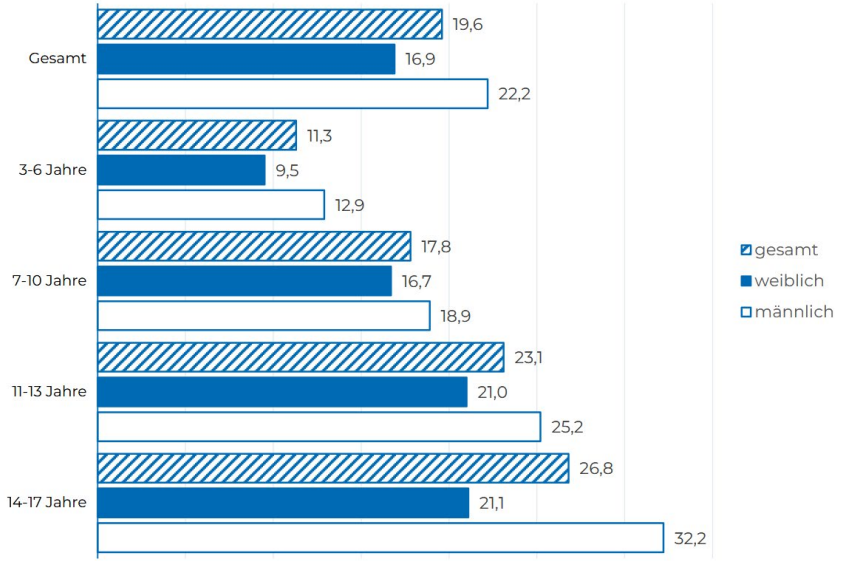


DIABETES surveillance

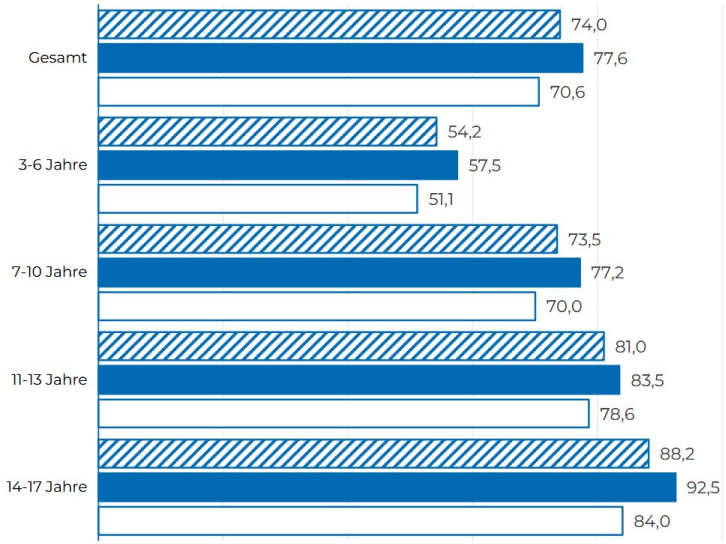
ROBERT KOCH INSTITUT

Kindheit und Jugend: Diabetesrisiko reduzieren

Täglicher Konsum **zuckerhaltiger Erfrischungsgetränke** in % im Jahr 2015



Körperliche Inaktivität in % im Jahr 2015



Quelle: https://edoc.rki.de/handle/176904/12467

Kita als Ort für Prävention

- Frühkindliche Bildung
- Bewegungsfreundliche Kitas
- Gesunde Ernährungsangebote
- Unterstützung für Familien

Frühe Bildung
Gleiche Chancen

Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

Quelle: https://www.fruehe-chancen.de/

Schule als Ort für Prävention

- Bildungschancen
- Bewegungsfreundliche Schulen
- Gesunde Ernährungsangebote
- Strukturen zur Stärkung psychischer Gesundheit
- Schulumfeld: sichere Wege (Fahrradhelm), Luftqualität, Lärmreduktion

Quelle: https://mbjs-fachportal.brandenburg.de/sixcms/media.php/102/wegweiser_zur_gesundheitsfoerderung_in_schulen.pdf

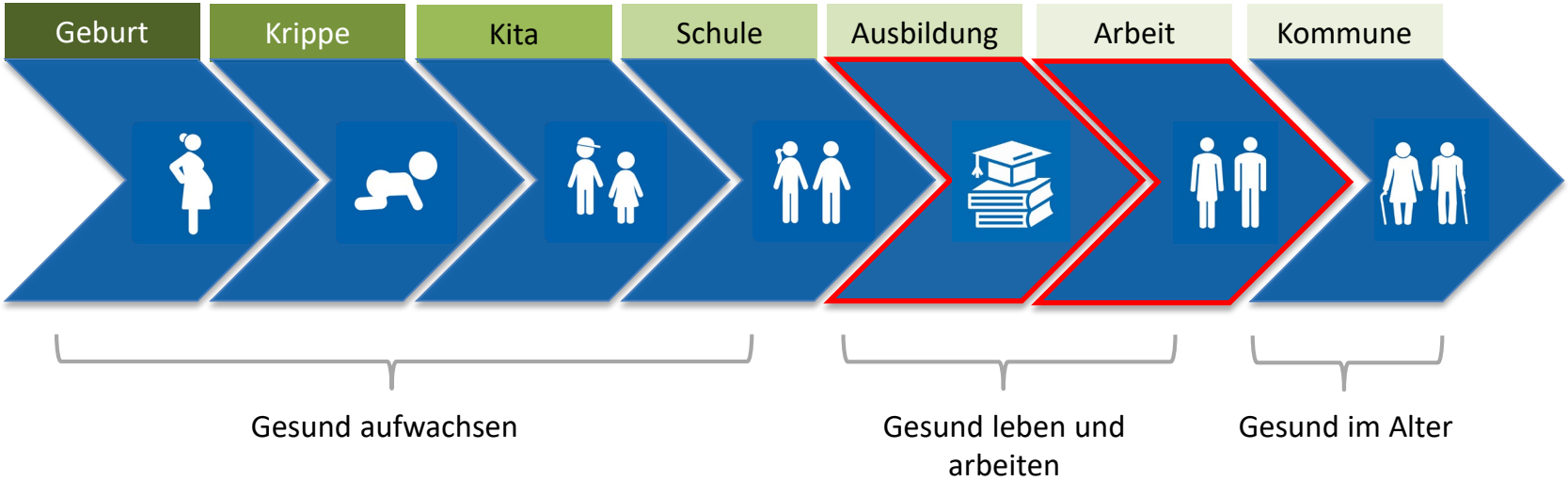
ROBERT KOCH INSTITUT

Exkurs: Ausgewählte relevante Organisationen für Bewegungsförderung bei Kindern und Jugendlichen

	Bund	Länder	Weitere Organisationen
Kindergarten und Kitas	• Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend	• Familienministerien der Länder • Jugend- und Familienministerkonferenz	• Träger von Kindergärten & Kitas • Staatsinstitut für Frühpädagogik • Netzwerk Gesunde KiTa Brandenburg
Schule		• Kultusministerien der Länder • Kultusministerkonferenz	• Träger von Schulen • Grundschulverband • Dt. Sportlehrerverband
Verkehr	• Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur	• Verkehrsministerien der Länder • Verkehrsministerkonferenz	• AG fußgänger- und fahrradfreundlicher Städte NRW • Allgemeiner Dt. Fahrrad-Club
Stadtplanung	• Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat	• Bauministerien der Länder • Bauministerkonferenz • Ministerkonferenz für Raumordnung	• Dt. Institut für Urbanistik • Institut für Urban Public Health • Bundesverband für Wohnen und Stadtentwicklung • Bund Dt. Landschaftsarchitekten • IAKS Deutschland

Quelle: https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Berichte/BMG_Bestandsaufnahme_Bewegung_Kinder_und_Jugendliche_Kurzversion_bf.pdf

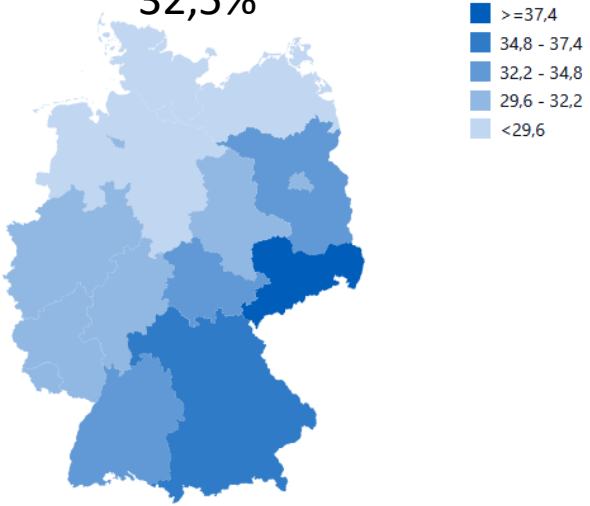
Welche Lebensverhältnisse brauchen wir dafür?



Erwachsene: Substanzkonsum reduzieren

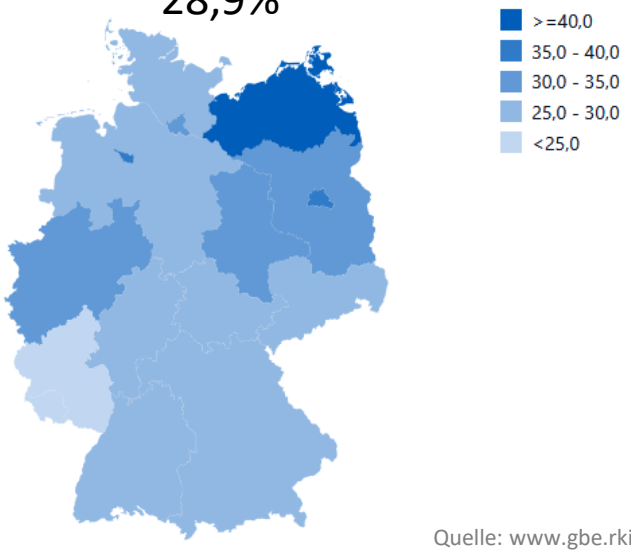
Konsum von **3+ alkoholischen Getränken pro Woche** in % im Jahr 2019

32,5%



Rauchen von Tabakprodukten in % im Jahr 2019

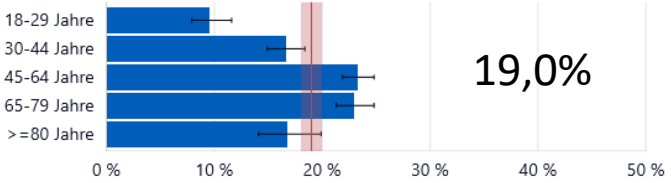
28,9%



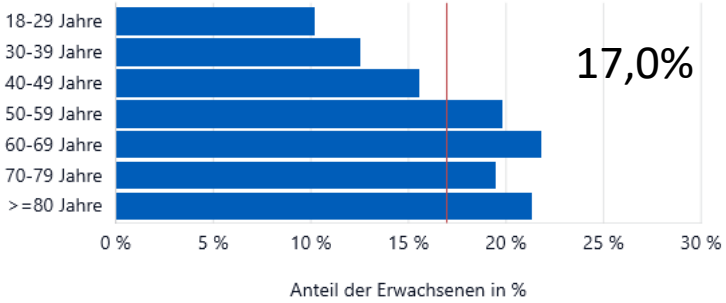
Quelle: www.gbe.rki.de

Erwachsene: Gesundheit stärken

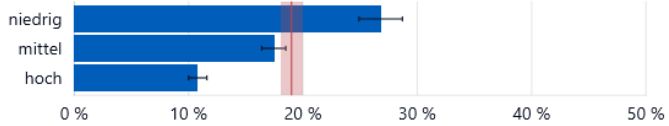
Adipositas in % im Jahr 2019



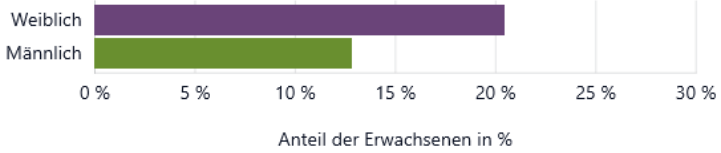
Depressionsdiagnose bei gesetzlich Versicherten in % im Jahr 2024



Nach Bildung



Nach Geschlecht



Quelle: www.gbe.rki.de

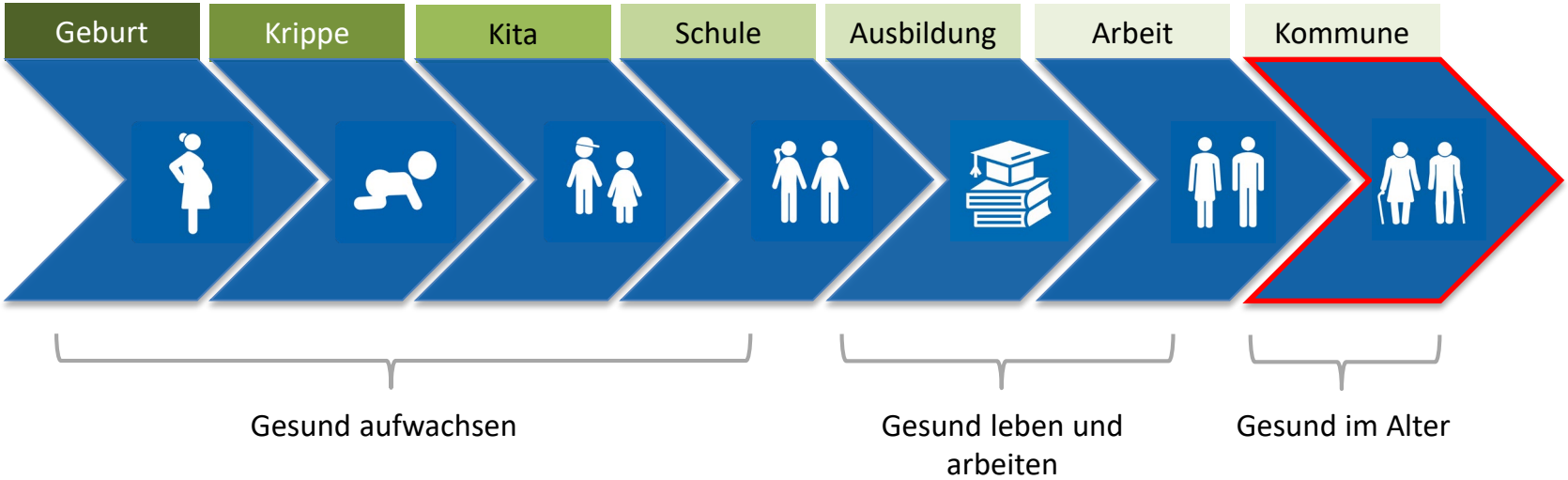
Arbeit als Ort für Prävention

- Bewegungsangebote & Ergonomie
- Kantinen-Standards
- Psychische Gesundheit: Stressmanagement, Suchtprävention, Evaluierung psychische Belastung
- Arbeitsorganisation: Arbeitszeiten, Work-Life-Balance

© Manuel Frauendorf, skyfilmberlin

ROBERT KOCH INSTITUT

Welche Lebensverhältnisse brauchen wir dafür?

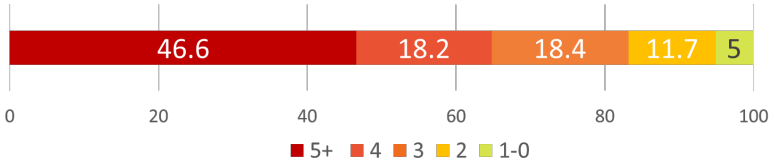


Gesund im Alter ab 65 Jahren

Quelle: https://www.deutsche-alzheimer.de/praevention

Verteilung der 12 Demenzrisikofaktoren

in % im Jahr 2021-2023

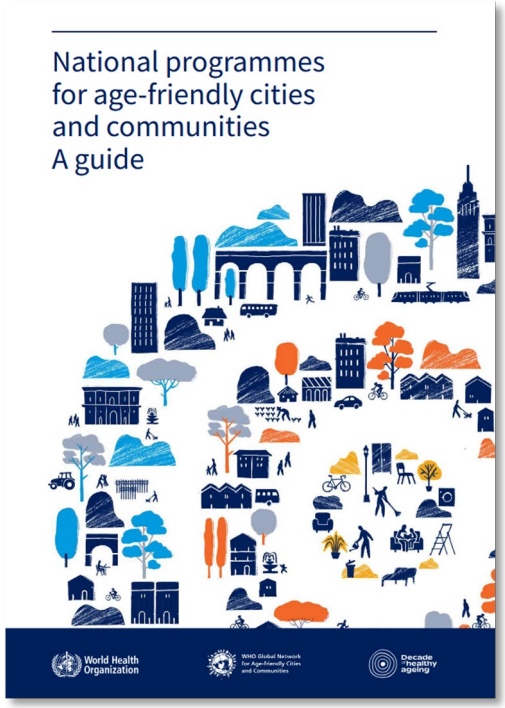


95% haben mindestens zwei Risikofaktoren.

Quelle: Gaertner et al. 2025, DGEpi-Jahrestagung

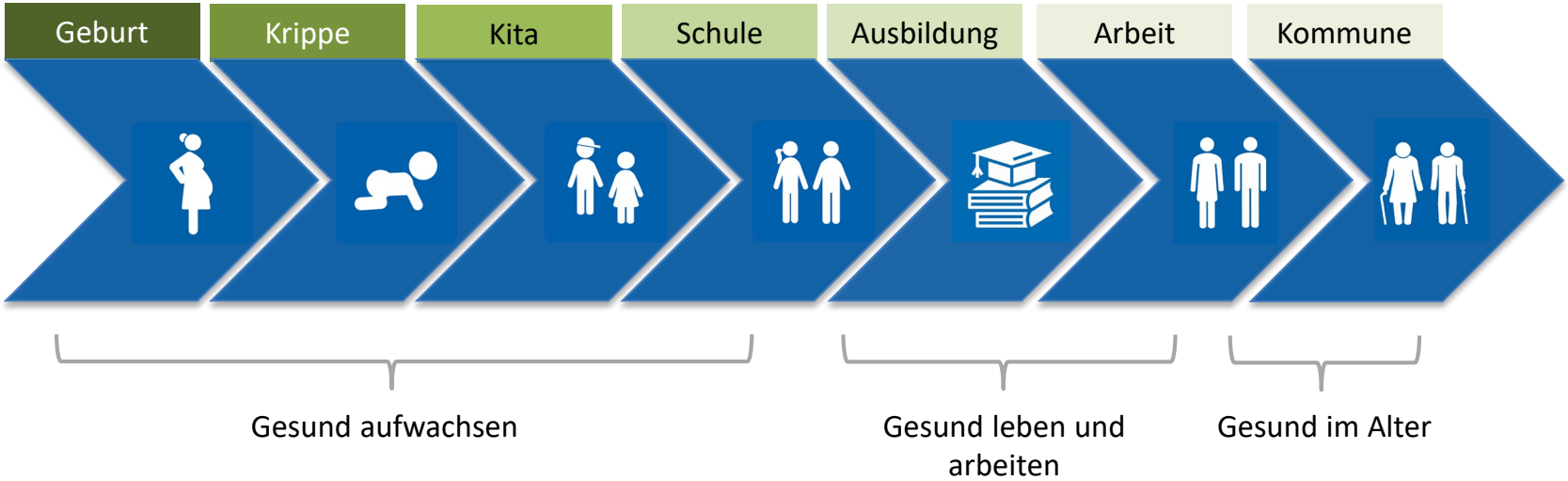
Kommune als Ort für Prävention

- Stadt- und Verkehrsplanung
- Soziale Infrastruktur
- Niederschwellige Gesundheitsversorgung
- Gestaltung des Wohnumfelds zur Förderung von körperlicher Aktivität, sozialer Teilhabe und psychischer Gesundheit



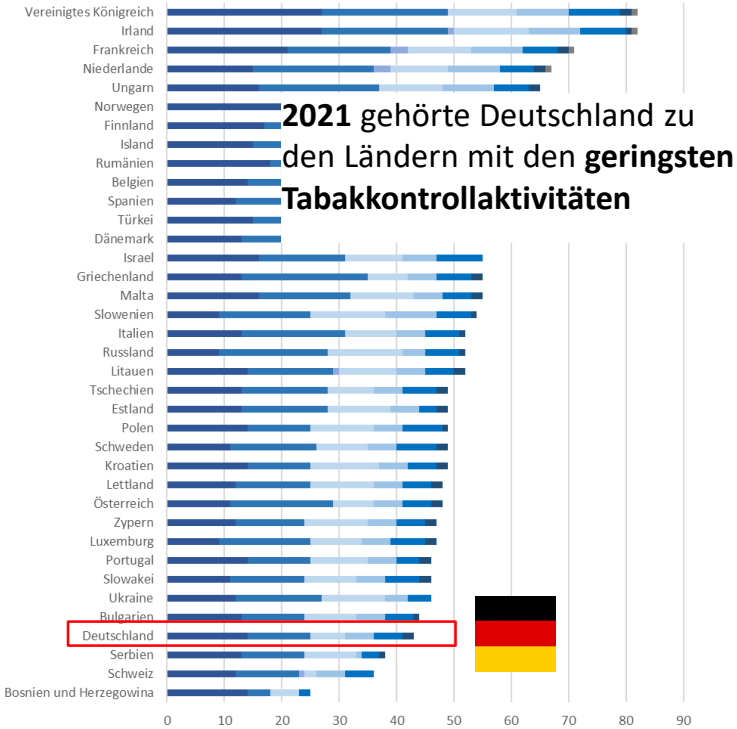
Quelle: https://www.who.int/publications/i/item/9789240068698

Welche Lebensverhältnisse brauchen wir für gelungene Prävention?

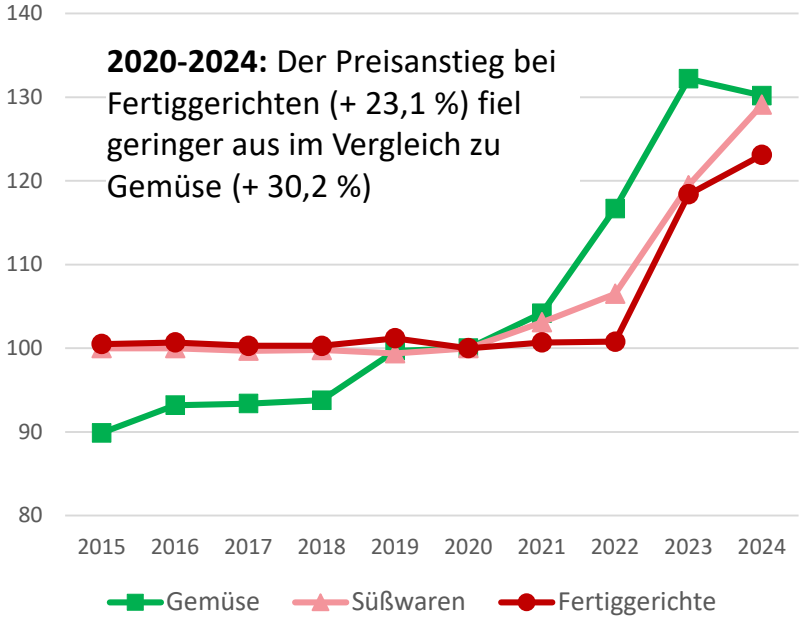


Über die Lebenswelten erreichen wir viele – aber nicht alle.

Kontextfaktoren: Tabakkontrolle und Lebensmittelpreise



2021 gehörte Deutschland zu den Ländern mit den **geringsten Tabakkontrollaktivitäten**



2020-2024: Der Preisanstieg bei Fertiggerichten (+ 23,1 %) fiel geringer aus im Vergleich zu Gemüse (+ 30,2 %)

Quelle: www.gbe.rki.de; Neuperdt, Tuncer et al. J Health Monit 2026

Prävention sektorenübergreifend und als „Health in all Policies“

Politikbereiche

- Bildung
- Stadtplanung & Verkehr
- Landwirtschaft & Ernährung
- Arbeit
- Umwelt
- und Gesundheit

Quelle: https://www.rki.de/DE/Themen/Gesundheit-und-Gesellschaft/Gesundheitliche-Einflussfaktoren-A-Z/G/Gesundheitsfoerderung/gesundheitsfoerderung-node.html

Demenzprävention: lebensphasenspezifisch und sektorenübergreifend

Risiken entstehen im Alltag

Verhältnisprävention erreicht alle

Daten sind unser Kompass

Quelle: https://www.un.org/nutrition/sites/www.un.org.nutrition/files/general/download-in-english.pdf

Daten für ein Monitoring der Verhältnisprävention

Webseite der GBE

https://www.gbe.rki.de

- Kognitive Einschränkungen und Demenzrisikofaktoren
- Regional differenziert

Journal of Health Monitoring

Link Newsletter: Thema GBE

Forschungsdatenzentrum

E-Mail: fdz@rki.de

Gesundheit in Deutschland