

Abstract

Die folgende Bachelorarbeit behandelt die Erstellung, die Umsetzung und den Vergleich eines gesundheitsfördernden Konzeptes als Reaktion auf die alternde Gesellschaft im Zuge der demografischen Entwicklung.

Da das Alter einen bedeutenden Risikofaktor für das Auftreten einer Demenz darstellt, ist ein immenser Anstieg der Anzahl der Erkrankten zu verzeichnen (Pantel, 2009, S. 14). Wenn keine großen Erfolge in Therapie und Prävention erreicht werden, wird nach Berechnungen der deutschen Alzheimer Gesellschaft eine Verdopplung der Betroffenen bis zum Jahr 2050 erwartet (Bickel, 2014, S. 1) – mit erheblichen wirtschaftlichen Folgen (König, 2015). Deswegen liegt der Schwerpunkt dieser Ausarbeitung auf dem Thema Demenz und den Möglichkeiten von gesundheitsfördernden Maßnahmen.

An dem Effekt von Bewegung auf das gesunde Altern, speziell im Hinblick auf das Krankheitsbild Demenz, wird in einigen Einrichtungen und Instituten weltweit geforscht. Erste Erfolge konnten zum Hinauszögern des Krankheitsverlaufes erzielt werden. (Yves Rolland MD, 2007, S. 158-165; Oswald & Ackermann, 2009, S. 15-18; Nieder, 2013, S. 22-23)

Aufgrund dieser Erfolge führt der Stadtsporthund Duisburg in Kooperation mit der Novitas BKK das Projekt „Bewegung mit Demenzerkrankten“ durch. Ziel ist die nachhaltige Einführung von Bewegungsangeboten für dementiell Erkrankte in Vereinen und Senioreneinrichtungen. Im Rahmen dieser Bachelorarbeit wurde ein Konzept zur Umsetzung der Angebote erstellt. Dazu wurden durch entsprechende Literaturarbeit die bundesweit bereits durchgeführten und evaluierten Konzepte verglichen, sowie Übungsleiter, die bereits Erfahrung mit Bewegungsangeboten mit Menschen mit Demenz haben, befragt.

Im ersten Teil dieser Arbeit wird ein Verständnis für die Notwendigkeit der Maßnahmen und ein Überblick über die neurobiologischen Grundlagen der dementiellen Erkrankungen, sowie dem Einfluss von Bewegung auf diese, geschaffen. Im Hauptteil werden die verschiedenen bundesweiten Konzepte, sowie das Konzept für Bewegungsangebote für Menschen mit Demenz in Duisburg vorgestellt und verglichen.