Rundmail Demenz aktuell vom 19.8.26:

von G. Schwarz, Netzwerk Demenz Stuttgart

Überarbeitung vieler Ratgeber – Pflegereform mit problematischen Folgen – Tipps für Angehörige und Fachleute – Wissenswertes und Forschung

Liebe Angehörigen, Fachleute und Interessierte,
diese Rundmail steht unter folgendem Link auch als Download zur Verfügung:
http://www.demenz-stuttgart.de/8375/files/7368/rundmail_demenz_aktuell_19_8_26.pdf/
Wenn Sie im Verteiler für die Rundmails aufgenommen werden möchten, schreiben Sie an demenznetz@gmx.de (Internet: www.demenz-stuttgart.de)

Inhaltsverzeichnis

Aktuelle Veranstaltungen und Vorträge *1*

Überarbeitung und Aktualisierung der Ratgeber und Texte zur Pflegeversicherung – PEEG-Reform 2026 eingearbeitet *2*

Die geplante Pflegereform 2027 (PNOG) – Die erste Spar-Reform *3*

Ratgeber zu Steuer, Finanzen und Sozialleistungen aktualisiert *4*

Zwei neue kostenfreie Ortungshilfen im „Ratgeber zu Technischen Hilfen“ – neues Beratungsangebot zu Ortungsgeräten *4*

Vorsorgeberatung für die medizinisch-pflegerische Versorgung bei gesundheitlichen Krisen und Gesundheitliche Versorgungsplanung (GVP) im Pflegeheim nach § 132g SGB V *5*

Pflegezusatzversicherung – sinnvoll oder zu teuer? – neuer Ratgeber *5*

Langfristigen Verordnung von Ergotherapie für Demenzkranke *6*

Hilfen und Erleichterungen für pflegebedürftige, behinderte oder demenzkranke Menschen beim Reisen mit Bahn und Flugzeug *7*

Neue kostenlose Broschüre der Deutschen Alzheimer Gesellschaft *8*

Kann man eine (Vorsorge-)vollmacht wieder zurückgeben bzw. aufkündigen? *8*

Kostenerstattung für notwendige Fahrten zum Arzt ab Pflegegrad 3 (§ 60 SGB V) – auch bei Desorientiertheit möglich und bei Bedarf mit fachlicher Begleitung oder bei Bedarf auch liegend *9*

Tipps zu Pflege- und Sozialleistungen *10*

Aus der Forschung und Wissenswertes *12*

Aktuelle Veranstaltungen und Vorträge

- **Musik bleibt: Konzert des SWR Symphonieorchesters für Menschen mit Demenz und Angehörige:** Donnerstag 24.09.26, 10:30 – 11:30 Uhr, 7 € Eintritt, im Hospitalhof Stuttgart, Büchsenstr. 33, 70174 Stuttgart. Das SWR Symphonieorchester spielt Barockmusik zum Zuhören, Entdecken und Erinnern.

Ergänzt wird das Programm durch gemeinsames Singen bekannter Lieder. Infos und Karten: https://www.hospitalhof.de/programm/240926-musik-bleibt/

- **Kunstbetrachtung mit Workshop in der Staatsgalerie für Menschen mit Demenz:**
  Eine Museumspädagogin der Staatsgalerie bietet einmal im Quartal kostenfrei für Menschen mit Demenz in Begleitung eines Angehörigen (oder einer anderen Begleitperson) eine Kunstbetrachtung mit Austausch für eine kleine Gruppe an (nur der Eintritt ins Museum muss bezahlt werden). Danach schließt sich ein Workshop an, bei dem in entspannter Atmosphäre mit einfachen künstlerischen Mitteln in der Werkstatt etwas gestaltet werden kann. Ein ähnliches Angebot kann auch von Einrichtungen wie z.B. Pflegeheimen für eine kleine Gruppe kostenfrei gebucht werden. Für private Gruppen gibt es eine Buchungsmöglichkeit für eine Führung für 120 €. Mehr dazu hier: https://www.staatsgalerie.de/de/programm/barrierefrei/fuehrungen-und-workshops-fuer-menschen-demenz
- **Mit Demenz leben –** Online-Vortragsreihe: Bei der langjährigen Vortragsreihe gibt es im September bis November Vorträge zu „Demenz und Delir“, „Autofahren und Demenz“ und zum Umgang mit gesundheitlichen Notfallsituationen. Informationen und Anmeldung: https://www.alzheimer-bw.de/anmeldung-vortrag/
- **Historische Stadtteil-Spaziergänge für Menschen mit Vergesslichkeit** und Orientierungsschwierigkeiten und deren Angehörige in Cannstatt: Nächste Termine am 24.9. und 29.10. (Flyer: Historische Stadtteil-Spaziergänge)
- **Informationsveranstaltung zu Vollmacht, Betreuung, Patientenverfügung und Erbe/Nachlass** am 24.9. um 17 Uhr im Generationenhaus West durch die Demenzinitiative West (Flyer: Heute regeln für den Fall der Fälle)
- **"Alive Inside" – ein Dokumentarfilm zur revitalisierenden Wirkung von Musik auf demenzkranke Menschen**: Vorführungen im Rahmen des Filmfests der Generationen am 20.10., 14.30 Uhr im Alten Feuerwehrhaus, am 21.10., 17 Uhr in Degerloch, am 30.10., 18.30 Uhr in der Paul-Gerhardt-Gemeinde (weitere Infos: Programmheft vom Filmfest)
- **Schulungsreihen für Angehörige** (auf den Titel klicken für mehr Infos)**:**
  „Hilfe beim Helfen“ ab 21.10. von 10.30-12.30 Uhr, Stuttgart-Mitte;
  „Edukation Demenz“ ab 8.10. von 16-18 Uhr, Stuttgart-Mitte.
  „Edukation Demenz“ ab 8.10. von 14.30-16.30 Uhr, Leinfelden.

Überarbeitung und Aktualisierung der Ratgeber und Texte zur Pflegeversicherung – PEEG-Reform 2026 eingearbeitet

Auf https://www.demenz-stuttgart.de/rat-und-information/ sind alle Ratgeber und Informationstexte zur Pflegeversicherung überarbeitet. Die Texte sind aufgrund der am 1.1.26 in Kraft getretenen PEEG-Pflegereform aktualisiert. Zudem wurden viele Texte grundlegend nochmals in Bezug auf Klarheit und Verständlichkeit überarbeitet. Das Gesetz zur Befugniserweiterung und Entbürokratisierung in der Pflege (PEEG) einige Änderungen gebracht, jedoch keine Leistungserhöhungen.

Änderungen durch das PEEG ab 2026:

- Die Verhinderungspflegeleistung kann nur noch ein Jahr rückwirkend abgerechnet werden (§ 39 Abs. 1),
- Pflichtberatungsbesuche bei reinem Pflegegeldbezug müssen generell nur noch 2-mal im Jahr in Anspruch genommen werden § 37 Abs. 3).
- Pflegegeld wird bei Krankenhausaufenthalt der pflegebedürftigen Person acht Wochen lang statt bisher vier Wochen weitergezahlt (§ 34 Abs. 2).
- Pflegefachpersonen (examinierte Pflegekräfte) können wie Ärzte eine akute Arbeitsverhinderung der Pflegeperson bescheinigen (damit die Kasse Pflegeunterstützungsgeld als Lohnersatzleistung für bis zu 10 Tage im Jahr bezahlt, § 44 Abs. 3)
- Pflegefachpersonen können im Rahmen ihres Einsatzes Präventionsempfehlungen geben (§ 5 Abs. 1a)
- Für Digitale Pflegeanwendungen (DiPA) stehen nun insg. 70 € statt bisher 53 € im Monat zur Verfügung (§ 40b). (Allerdings fehlen nach wie vor genehmigte Anwendungen)
- Pflegedienste können ab ca. 2027 in eigener Regie Pflegewohngruppen betreiben. Die Bewohner erhalten dafür eine zusätzliche Leistung von 450 € monatlich, müssen aber auf Leistungen wie Tagespflege, Verhinderungspflege und den Entlastungsbeitrag verzichten (§ 45h).

Die meisten Änderungen durch das PEEG können auch hier nachgelesen werden: https://www.pflegewegweiser-nrw.de/gesetz-zur-befugniserweiterung-und-entbuerokratisierung-der-pflege

Auch der 250 Seiten umfassende „Leitfaden zur Pflegeversicherung“ wurde grundlegend überarbeitet und steht bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft für 5 € zum Download zur Verfügung: Leitfaden zur Pflegeversicherung.

Die geplante Pflegereform 2027 (PNOG) – Die erste Spar-Reform

Die letzten Reformen des Pflegeversicherungsgesetzes enthielten meist kleine Verbesserung, die unter den Erwartungen und gemeldeten dringenden Bedarfen von Pflegeexperten, Vertretungen Pflegebedürftiger, Pflegekassen und Wohlfahrtsverbänden lagen. Der jetzige Referentenentwurf des Pflegeneuordnungsgesetzes (PNOG) ist eine Wende zu einem Einspargesetz und dem Abbau von Leistungen. Zwar stellt das Gesundheitsministerium den Entwurf auch als Ansatz zur Vereinfachung und Transparenzsteigerung der Leistungen dar, es kommt jedoch faktisch zum Wegfall und zur deutlichen Kürzung von Leistungen. Das Gesetz enthält auch einige Weiterentwicklungen, die jedoch kritisch betrachtet und bewertet werden müssen. Die Reform soll im Herbst im Bundestag beschlossen werden. Änderungen sind bis dahin noch möglich, werden aber trotz vielfältiger Kritik von verschiedenen Seiten nur in geringem Umfang erwartet.
Ausführliche Informationen zu allen Leistungsveränderungen durch den Reformentwurf und eine Analyse und Bewertung zu den geplanten Neuentwicklungen finden Sie im folgenden Text zum Download:
„PNOG-Reform Leistungsänderungen und Bewertungen“.

Die größten Leistungseinschränkungen durch den PNOG-Reformentwurf ab 2027:

- Alle Pflegegrade werden erst bei etwas schwereren Beeinträchtigungen erreicht,
- die Verhinderungspflegeleistung entfällt,
- bei Pflegegrad 1 entfällt der Entlastungsbetrag von 131 €,
- die Umwidmungsmöglichkeit von Pflegesachleistungen für Unterstützungsangebote im Alltag entfällt,
- der Turnus für die stufenweise Erhöhung des Leistungszuschlags in Pflegeheimen wird auf 18 Monate verlängert (statt bisher alle 12 Monate),
- die Erhöhung der Leistungen 2028 aufgrund der Inflation der vorhergehenden Jahre fällt um ca. 5 % niedriger aus als ursprünglich geplant.

Neuentwicklungen im Reformentwurf (Umsetzung geplant ab 2028):

- Die Einführung einer umfassenden **Pflegebegleitung** (Beratung, Anleitung, Hilfevermittlung) statt der bisherigen Pflegeberatung (§ 7c-d);
- der Aufbau eines Internetportals (**Pflege-Cockpit**), über das Versicherte den Stand abgerufener und verfügbarer Pflegeleistungen einsehen können, Anträge stellen können und Informationen zu Unterstützungsangeboten erhalten (§ 7a);
- Die Möglichkeit in **Akut- bzw. Notsituationen** bei einem plötzlichen unaufschiebbaren Unterstützungsbedarf schnell für einige Tage eine Hilfe bei der Pflege und Betreuung zu erhalten (**Akut-Pflege** durch einen **Notdienst** oder **Akut-Kurzzeitpflege,** § 39a und § 42).

Ratgeber zu Steuer, Finanzen und Sozialleistungen aktualisiert

Die folgenden Ratgeber auf https://www.demenz-stuttgart.de/rat-und-information/ wurden bezüglich der Verständlichkeit überarbeitet. Zudem wurden Aktualisierungen durch neue Richtlinien, fachlichen Weisungen oder gesetzlichen Vorgaben eingearbeitet (z.B. auch die Erhöhung der Steuerfreibeträge für ehrenamtliches Engagement nach § 3 Nr. 26 EstG von 3.000 auf 3.300 € und Nr. 26a von 840 € auf 960 € im Jahr).

- Ratgeber zu finanziellen Fragen
- Was bleibt finanziell bei Heimaufenthalt des Partners
- Pflegegeld, Verhinderungspflege, Aufwandsentschädigungen bei Steuer und Sozialleistungen
- Rentenbeiträge durch die Pflegeversicherung

Zwei neue kostenfreie Ortungshilfen im „Ratgeber zu Technischen Hilfen“ – neues Beratungsangebot zu Ortungsgeräten

Der Ratgeber steht hier als Download bereit: https://www.demenz-stuttgart.de/files/7369/technische_hilfsmittel_demenz.pdf

- Auf Seite 34 des Ratgebers finden Sie neu die **Ortungsuhr Vivi** von VIVAIcare. Sie entspricht technisch einem Uhren-Modell, das wir bereits im Alltag getestet und mit wenigen Schwächen für gut befunden haben. Die Uhr zusammen mit einem Tablet **(Vivi-Box)**, das zu Hause zur Kommunikation und Aktivierung genutzt werden kann, hat eine Hilfsmittelnummer der Pflegekasse erhalten und kann daher kostenfrei mit einer kleinen Zuzahlung erhalten werden. Die Firma

übernimmt den Antrag bei der Kasse und ein Fachteam richtet die Geräte zu Hause ein.

- Ebenfalls auf Seite 34 finden Sie die „**Safesole**“. Das ist eine Einlegesole für Schuhe, in der ein GPS-Ortungssender wasserdicht eingebaut ist. Auch die Safesole erhielt eine Hilfsmittelnummer als Pflegehilfsmittel.

Beratungsangebot zu Ortungsgeräten: Die Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg bietet in Kooperation mit dem Netzwerk Demenz eine Ortungssprechstunde und bei Bedarf individuelle Beratung an. Mehr dazu hier: https://www.alzheimer-bw.de/fileadmin/AGBW_Medien/AGBW-Dokumente/Projekte_Kooperationen/Ich_will_nach_Hause/Flyer_Ortungssprechstunde_A5_web.pdf

Vorsorgeberatung für die medizinisch-pflegerische Versorgung bei gesundheitlichen Krisen und Gesundheitliche Versorgungsplanung (GVP) im Pflegeheim nach § 132g SGB V

Für demenzkranke Menschen und ihre Angehörigen gibt es verschiedene Möglichkeiten sich vorsorgend auf Situationen vorzubereiten, in denen Entscheidungen für oder gegen bestimmte Behandlungsmaßnahmen oder eine Krankenhauseinweisung erforderlich werden. Eine Patientenverfügung legt bereits vorsorglich wichtige Wünsche und Entscheidungen fest. Doch fehlt beim Abfassen einer Patientenverfügung meist eine qualifizierte Beratung. In Stuttgart gibt es kostenfreie Beratungsangebote, die im Vorfeld einer fortschreitenden Erkrankung wie auch unabhängig von einer Erkrankung oder Pflegebedürftigkeit Beratung ermöglichen. Wünsche und vorsorgende Entscheidungen können im Rahmen der Beratung schriftlich festgehalten werden und stellen dann eine wichtige Vorgabe für Ärzte und Pflegekräfte dar. Wenn bereits eine schwere Krankheit besteht oder eine lebensbedrohliche Situation bald eintreten kann, ist in Stuttgart auch eine intensivere Unterstützung und Begleitung durch die Hospizdienste möglich. Bewohner in Pflegeheimen haben zudem Anspruch auf Kostenerstattung für eine umfassende vorsorgende Beratung durch die gesetzlichen Krankenkassen (Gesundheitliche Versorgungsplanung nach § 132g SGB V).

Der folgende Text informiert über diese Beratungsangebote und Unterstützungsmöglichkeiten: https://www.demenz-stuttgart.de/files/7369/gesundheitliche_versorgungsplanung_und_vorsorgeberatung.pdf

Pflegezusatzversicherung – sinnvoll oder zu teuer? – neuer Ratgeber

Braucht man Unterstützung, wenn man pflegebedürftig ist, kann das mit hohen Kosten verbunden sein. Die Leistungen der Pflegeversicherung sollen ab 2027 geringer werden (PNOG-Reformentwurf) und die Kosten für Hilfeleistungen können aufgrund der Lohn- und Kostensteigerungen weiter steigen. Ein Aufenthalt im Pflegeheim kostet in Stuttgart im ersten Jahr fast 50.000 € (bis 4.000 € monatlich). Durch einen steigenden Leistungszuschlag der Pflegeversicherung sinkt die Zuzahlung im Lauf der ersten 4-5 Jahre auf ca. 2.500 € monatlich. Für drei Jahre Aufenthalt ist eine Zuzahlung von etwa 140.000 € erforderlich, nach 5 Jahren sind es etwa 220.000 €. Auch die Betreuung und Pflege zu Hause verursacht Kosten, wenn Hilfe zur Unterstützung benötigt wird. Eine ausgebildete Pflegefachkraft vom Pflegedienst kostet derzeit etwa 70 € pro Stunde und

Betreuung oder Hilfe im Haushalt von alltagsunterstützenden Diensten 40-45 € pro Stunde. Mit den Pflegeversicherungsleistungen von monatlich ca. 600-800 € für Alltagshilfen (v.a. Pflegegeld) oder bis zu 2.000 € bei höheren Pflegegraden für Hilfe vom Pflegedienst kann man zurechtkommen, wenn Angehörige viele Hilfeleistungen übernehmen. Alleinlebende Menschen brauchen auch zu Hause viel bezahlte Hilfen. Für eine Helferin aus Osteuropa, die mit im Haushalt lebt müssen derzeit etwas über 3.000 € monatlich plus Kost und Logi aufgebracht werden.
Kann man die benötigte Unterstützung nicht auf Dauer bezahlen, werden Kosten anteilig über Sozialhilfeleistungen im Rahmen der Hilfe zur Pflege übernommen soweit die Unterstützung notwendig ist. Zuvor muss das eigene Vermögen (mit Ausnahme der selbstbewohnten Wohnung oder Haus) bis auf einen Schonbetrag eingesetzt werden.

Kann man durch Sparvermögen vorsorgen? Welche Möglichkeiten bieten Pflegezusatzversicherungen zur Vorsorge? Was kostet so eine Versicherung monatlich um ausreichend abgesichert zu sein? Welche Formen dieser Zusatzversicherungen gibt es und in welchem Alter sollte man sie abschließen? Auf diese Fragen geht der folgende neue Ratgeber ein. Fazit ist, dass eine Pflegezusatzversicherung sinnvoll ist und man sie möglichst jung oder im mittleren Alter abschließen sollte. Noch sinnvoller wäre eine politische Lösung für alle mit verpflichtenden geringen Beiträgen und Absicherung bereits im Kindesalter.

Ratgeber zu Pflegezusatzversicherungen: https://www.demenz-stuttgart.de/files/7369/ratgeber_zu_pflegezusatzversicherungen.pdf

Langfristigen Verordnung von Ergotherapie für Demenzkranke

Demenzerkrankungen sind in der „Diagnoseliste Langfristiger Heilmittelbedarf“ als „Besonderer Verordnungsbedarf“ nach § 106b Absatz 2 Satz 4 SGB V aufgelistet. **Dementsprechend können Ärzte ohne zeitliche Begrenzung Ergotherapie für demenzkranke Menschen verordnen.** Es erfolgt keine Anrechnung auf ihr Verordnungsbudget. *(Dabei gibt es nur folgende Einschränkung: Überschreitet der Arzt mit seinem Verordnungsbudget mehr als 25 % der zulässigen Grenze, muss er auch die Verordnungen der „Besonderen Verordnungsbedarfe“ durch Praxisbesonderheiten begründen, um nicht regresspflichtig zu werden)*. Die Diagnose muss auf der Verordnung eindeutig entsprechend der Diagnoseliste angegeben werden (Heilmittel-Diagnoseliste Seite 18). Bei Demenzerkrankungen vor dem 70. Lebensjahr ist in der Diagnoseliste nur die Alzheimer Krankheit zu finden. Bei einer vergleichbaren Erkrankung (z.B. Frontotemporale Demenz) kann der Arzt jedoch eine Verordnung mit der Begründung, dass es eine vergleichbare Erkrankung ist, zunächst für ein Jahr ausstellen. Die Verordnung muss in dem Fall allerdings von der Krankenkasse vorab genehmigt werden. Auch eine (längere) Verordnung z.B. von Logopädie (Sprachtherapie) bei einer Frontotemporalen Demenz und andere Therapieverordnungen sind auf diese Weise möglich. (www.kvbawue.de/praxis/verordnungen/heilmittel/besonderer-langfristiger-bedarf).

Ergotherapie ermöglicht vielfältige therapeutische Anregungen und Förderungen. Bei Demenzerkrankungen geht es bei Ergotherapie weniger darum Verbesserungen zu erreichen, sondern es geht um die Aktivierung und den Erhalt von Fähigkeiten. Wichtig

ist bei der Unterstützung demenzkranker Menschen Erfolgserlebnisse zu ermöglichen. Das gemeinsame Tun sollte Freude machen und motivieren. Sogenanntes „Hirnleistungstraining“ sollte daher geistige Anregungen beinhalten, jedoch kein leistungsorientiertes Training sein. Behandlungsmaßnahmen der Ergotherapie können nach den Heilmittelrichtlinien auch auf die Wahrnehmung durch die Sinne gerichtet sein, die Selbständigkeit bei alltagspraktischen Aktivitäten und Bewegungsabläufen fördern und zur emotionalen Stabilisierung beitragen. Sogar die Mobilität und Geschicklichkeit bei Aktivitäten außerhalb wie z.B. dem Fahren mit Bus oder Bahn kann geübt werden.

Hilfen und Erleichterungen für pflegebedürftige, behinderte oder demenzkranke Menschen beim Reisen mit Bahn und Flugzeug

Beim Reisen mit öffentlichen Verkehrsmitteln gemeinsam mit einem demenzkranken Angehörigen kann es zu Belastungen und Herausforderungen kommen. Schnelles Um- und Einsteigen, langes Warten oder Anspannung bei Abfertigung und Kontrollen können zu Stressreaktionen und Unverständnis führen.

Deutsche Bahn: Auch ohne Schwerbehindertenausweis kann man bei Zugfahrten bei „mentalen Einschränkungen“ (z.B. durch eine Demenzerkrankung) wie auch bei anderen Mobilitätseinschränkungen (Gehen, Sehen, Hören usw.) Hilfe und Begleitung für den Einstieg, beim Umsteigen und für den Ausstieg vorab kostenfrei anmelden und erhalten. Auch Hilfe beim Tragen eines Gepäckstücks und Ein-/Ausladen eines Rollstuhls ist möglich.

Die Anmeldung ist hier online oder telefonisch möglich:
https://www.bahn.de/service/individuelle-reise/barrierefrei

Flugreisen: Bei Flugreisen gehören Demenzerkrankungen zu den Beeinträchtigungen, die besondere Hilfeleistungen und Erleichterungen für barrierefreies Reisen bei Mobilitätseinschränkungen ermöglichen (Mobilitätsgrad DPNA = „Disabled Passenger with Intellectual or Developmental Disability Needing Assistance“ bzw. Passagier mit kognitiven Einschränkungen, der Unterstützung benötigt). Auch hierzu ist eine Anmeldung erforderlich (spätestens 48 Stunden vor Abflug bei der Fluggesellschaft oder dem Reiseveranstalter/-büro mit Angabe der Buchungsnummer des Flugs). Auch hierzu ist kein Behinderungsnachweis wie ein Schwerbehindertenausweis nötig. Zu den Erleichterungen gehört neben der persönlichen Begleitung durch Flughafenpersonal auch eine stressfreie Passkontrolle und ein besonderer Zugang zum Flugzeug. Auf folgender Internetseite ist eine gut verständliche Broschüre zu „Barrierefreies Reisen mit dem Flugzeug“ zu finden: https://www.bdl.aero/themen/flugbetrieb/barrierefrei-fliegen/ . Auch auf den Internetseiten der Flughäfen und der Fluggesellschaften findet man viele Infos dazu (z.B. https://www.stuttgart-airport.com/de/reisende-besucher/services-support/barrierefreies-reisen).

Sunflower Programm beim Fliegen: Die großen Flughäfen in Deutschland (auch internationale) und viele Fluggesellschaften beteiligen sich an dem besonderen Sunflower Programm (übersetzt „Sonnenblumen Programm“). Ein grünes Band zum Umhängen mit aufgedruckten

Sonnenblumen informiert das Personal am Flughafen und im Flugzeug unauffällig über eine Person mit besonderem (nicht sichtbarem) Unterstützungsbedarf. Geistige Beeinträchtigungen wie eine Demenzerkrankung (auch Hör- und Sehbehinderungen und viele andere Erkrankungen) gehören zu solchen nicht sichtbaren Einschränkungen. Das Personal reagiert bei Personen, die das Band umhängen haben, mit Geduld und besonderem Verständnis oder bietet Unterstützung an. Das Band ist ohne Nachweis einer Behinderung an verschiedenen Stellen an den Flughäfen zu erhalten. Das Band kann auch über die weltweite Internetseite für 10-30 € als Anstecker, Armband, Mütze usw. bestellt werden (https://hdsunflower.com/row/shop/sunflower-wearer.html)

Am Flughafen Stuttgart: https://www.stuttgart-airport.com/de/reisende-besucher/services-support/barrierefreies-reisen/sunflower

Flughäfen und Fluggesellschaften weltweit, die sich am Programm beteiligen: https://hdsunflower.com/row/insights/post/airports-around-the-world

Neue kostenlose Broschüre der Deutschen Alzheimer Gesellschaft

Der neue Ratgeber „Demenz? Gut zu wissen!“ beantwortet in gut verständlicher, leichter und ansprechender Form Fragen zur Entstehung und Behandlung von Demenzerkrankungen, zu unterschiedlichen Krankheitsbildern und dazu wie das Leben mit Demenz möglichst positiv und förderlich gestaltet werden kann. Der Ratgeber kann auch von Betroffenen im frühen Krankheitsstadium gelesen werden. Er ist sowohl als Download wie auch gedruckt kostenlos erhältlich.

https://www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/Broschueren/Demenz-gut-zu-wissen_barrierefrei.pdf

Kann man eine (Vorsorge-)vollmacht wieder zurückgeben bzw. aufkündigen?

Es gibt unterschiedliche Gründe warum man eine Vollmacht wieder zurückgeben möchte. Ein Grund ist z.B., dass man sich durch die umfassenden Aufgaben in Bezug auf die rechtlichen Vertretungsaufgaben in gesundheitlichen, finanziellen und anderen Bereichen überfordert fühlt. Ein anderer Grund, der bei inzwischen demenzkranken Vollmachtgebern entstehen kann, ist, dass Misstrauen und Vorwürfe durch den Vollmachtgeber entstehen oder unangemessene Forderungen und Erwartungen in Bezug auf die Ausführung der Vollmacht. Z.B. werden Hilfeleistungen in unangemessenem Umfang vom Bevollmächtigten gefordert. Grundsätzlich ist in solchen Situationen zunächst zu raten eine Beratung bei einer Demenzberatungsstelle, einem Betreuungsverein oder bei der zuständigen Betreuungsbehörde zu suchen. Betreuungsvereine und -behörden sind zur Beratung ehrenamtlicher Bevollmächtigter verpflichtet. Das Gespräch kann unterstützen und entlasten, zu kreativen Lösungen führen oder Möglichkeiten aufzeigen wie z.B. Aufgabenteile der Vollmacht abgegeben oder übertragen werden können. **Grundsätzlich ist es jedoch möglich eine Vollmacht vollständig zurückzugeben und von den mit ihr verbundenen Aufgaben zurückzutreten**. Wichtig ist, dass dies eindeutig mit einer Rücktrittserklärung schriftlich erklärt wird und das Original der Vollmacht entweder persönlich und mit unterschriebener Empfangsbestätigung zurückgegeben wird (oder z.B. per Einschreiben

zurückgesandt wird). Gegebenenfalls sollten alle Stellen informiert werden, bei denen die Vollmacht bereits eingesetzt wurde. Wurde die Vollmacht im Vorsorgeregister registriert, sollte das Erlöschen der Vollmacht dort gemeldet werden.

Bei demenzkranken und nicht mehr geschäftsfähigen Vollmachtgebern sollten einige Punkte besonders beachtet werden:

- Übernommene Aufgaben oder Geschäfte sollten soweit weitergeführt oder geklärt werden, dass dem Vollmachtgeber durch den Abbruch der Aufgabenübernahme kein vermeidbarer Schaden entsteht.
- Das für den Wohnort des Vollmachtgebers zuständige Betreuungsgericht sollte unbedingt über die Rückgabe informiert werden (am besten eine Kopie der Vollmacht beilegen). Das Gericht auch darüber informieren, dass der Vollmachtgeber offensichtlich (oder möglicherweise) nicht mehr geschäftsfähig ist und Unterstützung benötigt. Bei einer notariell beurkundeten Vollmacht sollte auch das Notariat informiert werden, das die Vollmacht beurkundet hat.
- Die unterschriebene Empfangsbestätigung eines demenzkranken nicht mehr geschäftsfähigen Menschen ist rechtlich nicht sicher. Besteht die Gefahr, dass die Rückgabe verleugnet oder vergessen wird oder z.B. ein Einschreiben nicht gelesen wird, sollte die Rückgabe oder das Einschreiben gegebenenfalls mit Zeugen erfolgen. Auf dem Original der Vollmacht sollte man zudem das Erlöschen deutlich mit Unterschrift vermerken. Besonders wenn es zur Unterstellung kommen kann, die Vollmacht weiterhin zu nutzen und ggf. zu missbrauchen, kann man sich dadurch absichern.

Auf der folgenden Internetseite sind gute Hinweise zur Rückgabe einer Vollmacht zusammengestellt: https://www.patientenverfuegung.digital/blog/vorsorgevollmacht-was-wenn-der-bevollmachtigte-nicht-will/#kann-man-eine-bereits-angenommene-vorsorgevollmacht-zurckgeben

Kostenerstattung für notwendige Fahrten zum Arzt ab Pflegegrad 3 (§ 60 SGB V) – auch bei Desorientiertheit möglich und bei Bedarf mit fachlicher Begleitung oder bei Bedarf auch liegend

Wird bei Pflegegrad 4 oder 5 ein Taxi oder eine Krankenfahrdienst für die Fahrt zum Arzt (oder zu einer medizinischen Behandlung) benötigt, kann der Arzt **bei einem medizinisch notwendigen Besuch** die Fahrt vorab (spätestens am Besuchstag) mit einem sogenannten „Transportschein“ verordnen. Dann übernimmt die Krankenkasse die Kosten für das Taxi oder falls nötig, auch für einen Krankenfahrdienst. Allerdings muss ein Anteil von 5 bis 10 € je Fahrt selbst übernommen werden. Voraussetzung ist, dass der Praxisbesuch weder zu Fuß, mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder einen privaten PKW möglich bzw. zumutbar ist.
Bei Pflegegrad 3 muss der Arzt zusätzlich eine dauerhafte Beeinträchtigung der Mobilität bescheinigen. **Die Einschränkung der Mobilität kann auch mental aufgrund von Orientierungsstörungen durch eine Demenzerkrankung bedingt sein**. *(Auch das Merkzeichen "G" für Mobilitätseinschränkungen im Schwerbehindertenausweis wird z.B. bei Orientierungsstörungen aufgrund von Demenzerkrankungen zuerkannt, siehe http://www.demenz-stuttgart.de/7389/).*

Wird für die Fahrt ein Rollstuhl benötigt oder ist die Fahrt nur liegend mit einer Krankentrage möglich, kann der Arzt auch dies durch Fahrdienstunternehmen mit geeigneten Fahrzeugen und ggf. Personal verordnen. Für Menschen, die eine fachliche Betreuung während der Fahrt benötigen, kann auch eine Fahrt mit einem speziellen Krankentransportwagen (KTW) verordnet werden, bei dem Helfer wie z.B. ein Sanitäter mitfahren. **KTW-Fahrten müssen allerdings vorher von der Krankenkasse genehmigt werden**. Eine **fachlich begleitete Fahrt kommt auch für bewegungsunruhige demenzkranke Menschen z.B. auch schon mit Pflegegrad 2 infrage**, die während der Fahrt aussteigen könnten oder beim Arzt nicht allein im Wartezimmer sitzen bleiben. Kann bei so einer Fahrt ein Angehöriger als betreuende Begleitperson mitfahren, wird aus Kostengründen eine Fahrt mit einem Taxi oder Krankenfahrdienst verordnet (ab Pflegegrad 3 ohne vorherige Genehmigung durch die Kasse).

Über diese Möglichkeiten und Voraussetzungen informiert folgendes Merkblatt auf Seite 4 und 15: https://www.kzvbw.de/wp-content/uploads/03_2021_Leitfaden-Krankentransport-Richtlinie.pdf

Tipps zu Pflege- und Sozialleistungen

- **Bei vorzeitigem Abbruch einer Kurzzeitpflege darf keine Ausfallgebühr oder eine Nachzahlung berechnet werden. Nach dem Auszug endet die Zahlungspflicht** (das ist im Landesrahmenvertrag zur Kurzzeitpflege in § 23 Abs. 6 geregelt und gilt auch, wenn im Vertrag mit der Einrichtung eine Kündigungsfrist vereinbart ist). Die Regel gilt genauso beim Auszug aus einem Pflegeheim (bei Daueraufenthalt). / Link zu den Landesrahmenverträgen.

- **Das Sozialamt darf Schenkungen nicht immer zurückfordern.** Wird ein Antrag auf Sozialhilfeleistungen gestellt, weil die Kosten für die Pflegekosten das Privatvermögen bis zur Schongrenze aufgebraucht wurde (20.000 € bei Lebenspartnern), kann der Sozialhilfeträger zuvor getätigte nachweisbare Schenkungen der pflegebedürftigen Person z.B. an Kinder oder Enkel bis zu einem Zeitraum von 10 Jahren zurückfordern, notfalls auch einklagen. Dabei gibt es Ausnahmen wie angemessene Anstandsschenkungen (z.B. 100-200 € zum Geburtstag) oder wenn das Geld für eine Gegenleistung gegeben wurde und es daher keine Schenkung ist. Informationen zu den gesetzlichen Grundlagen und möglichen Ausnahmen finden Sie in folgenden Beiträgen:
  https://www.anwalt.de/rechtstipps/rueckschenkung-nach-pflegefall-wann-das-sozialamt-schenkungen-der-letzten-10-jahre-rueckgaengig-macht-265776.html
  https://www.gegen-hartz.de/urteile/sozialhilfe-sozialamt-darf-eine-schenkung-an-die-tochter-doch-nicht-zurckfordern

- **Auch ein nicht verheirateter Lebenspartner muss für die Pflege(heim)-Kosten seines Partners einstehen:** Wenn Lebenspartner gemeinsam in einer Wohnung leben (dort gemeldet sind) und die üblichen Kosten im Haushalt gemeinsam bestreiten (keine klar getrennten Kassen), stellt der Sozialhilfeträger die Partnerschaft einer eingetragenen Lebenspartnerschaft (Ehe) gleich. Die Partner sind bei Pflegebedürftigkeit gegenseitig unterhaltspflichtig und müssen Ihr Vermögen und Einkommen füreinander einsetzen, bevor Kosten durch

Sozialhilfeleistungen übernommen werden. Die gesetzlichen Regelungen dazu und wenige Ausnahmen von der Verpflichtung sind in folgenden Beiträgen beschrieben:
https://www.anwalt.de/rechtstipps/pflegebeduerftige-angehoerige-wer-muss-zahlen-215132.html
https://www.anwaelte-schneider-stein.de/ssp-news/unterhalt-fuer-nicht-ehegatten-die-verantwortungsgemeinschaft-im-sozialrecht/
https://www.familienrecht-ehlers.de/2017/03/muss-ich-fuer-die-heimkosten-meines-lebensgefaehrten-meiner-lebensgefaehrtin-mein-vermoegen-einsetzen/
(in dem Text von 2017 war das Schonvermögen noch geringer, heute sind es 10.000 € bzw. 20.000 € bei Partnern)

- **Ein Antrag auf Sozialhilfeleistungen für „Hilfe zur Pflege“ ist bereits durch ein Schreiben oder einen Anruf bei der Behörde mit dem Wunsch der Antragstellung formal gestellt:** Wenn die Zeit drängt, weil bereits ein Teil des Schonvermögens für entstehende Pflegekosten verwendet wurde (20.000 € bei Verheirateten, 10.000 bei Alleinlebenden), muss schnell ein Antrag gestellt werden. Denn Kosten können durch Sozialhilfeleistungen frühestens ab dem Antragstellungstermin übernommen werden (§ 1 SGB I) oder ob dem Zeitpunkt, ab dem die Behörde Kenntnis davon erlangt, dass eine Person Sozialhilfeleistungen benötigt (§ 18 SGB XII). Ein Anruf bei der Behörde (Sozialamt bzw. zuständige Sozialhilfedienststelle) kann genügen. Die Behörde sollte schriftlich den Termin bestätigen, an dem die Mitteilung erfolgt ist. Alternativ kann ein Antrag zunächst auch formlos durch ein einfaches Schreiben gestellt werden (am besten per Einschreiben). Den Eingang des Schreibens sollte man sich bestätigen lassen. (Ausnahmsweise kann das Sozialamt auch rückwirkend Kosten übernehmen, wenn ihm die Bedürftigkeit des Antragstellers auch ohne aktive Mitteilung bereits vor der Antragstellung bekannt war).
https://buergerratgeber.de/formloser-sozialleistungsantrag/
https://www.fachanwalt.de/ratgeber/lsg-kenntnis-und-antrag-begruenden-sozialhilfeanspruch
Empfehlenswert ist ansonsten, den Antrag etwa drei Monate vor Erreichen der Schongrenze des Vermögens zu stellen.

- **Nutzerfreundliche Rechenhilfen zur Verwendung von Pflegeversicherungsleistungen im Internet mit wertvollen Erläuterungen:** Wer sich eingehend informieren möchte wozu Pflegeversicherungsleistungen verwendet werden können und in welcher Höhe sie beim eigenen Pflegerad zur Verfügung stehen, findet auch im Ratgeber zur Pflegeversicherung und im Leitfaden zur Pflegeversicherung wertvolle Informationen. Auf der folgenden Internetseite hat ein sehr engagiertes Team ebenfalls viele gut, richtige und aktuelle Informationen zusammengestellt. Praktisch sind besonders auch die Rechenhilfen für Pflegeleistungen, die individuelle Kosten- und Leistungsberechnungen zum eigenen Pflegegrad ermöglichen:
https://hilfe.de/pflege/

- **Kurztipps zur Pflege-Begutachtung bei Demenz:** Auf der folgenden Internetseite sind knapp und kurz wichtige Tipps zur Pflegegradeinstufung bei Demenz zusammengestellt: https://rentenbescheid24.de/pflegegrad-bei-demenz-so-schildern-angehoerige-die-einschraenkungen-richtig-formulierungen/

Aus der Forschung und Wissenswertes

Neues Alzheimer-Medikament Trontinemab mit geringen Nebenwirkungen könnte 2028 zugelassen werden: Der Wirkstoff Trontinemab wird derzeit in der letzten Zulassungsstudie an Alzheimer Patienten und Menschen mit leichten kognitiven Beeinträchtigungen getestet. Der Wirkstoff wirkt ähnlich wie Lecanemab und Donanemab, soll aber die problematischen möglichen Nebenwirkungen dieser Wirkstoffe nicht haben.

https://www.morgenpost.de/ratgeber-wissen/article412584656/studie-geplant-neuartiges-medikament-koennte-alzheimer-symptome-bremsen.html

https://www.alzheimer-forschung.de/forschung/aktuell/trontinemab/

Neuer Bluttest p-Tau217 erkennt Alzheimer besonders gut: Seit Jahren werden Bluttests entwickelt, die eine Alzheimer Erkrankung möglichst früh und ohne den Aufwand erkennen sollen, der z.B. für eine Nervenwasseruntersuchung erforderlich ist. Der neue Test zur Erkennung des Biomarkers p-Tau 217 (phosphoryliertes Tau an Position 217) soll ähnlich gut und genau wie eine Nervenwasseruntersuchung durch Lumbalpunktion sein. Der Test allein kann die Erkrankung nicht hundertprozentig erkennen, kann aber ein sehr wertvoller und kostengünstiger erster Schritt bei der Diagnostik und Früherkennung sein.

https://www.apotheke-adhoc.de/nachrichten/detail/pharmazie/alzheimer-frueherkennung-zulassung-fuer-roche-bluttest/#

https://www.years.co/de/blog/p-tau217-alzheimer-bluttest

https://link.springer.com/article/10.1007/s11298-025-4415-0

Cannabis-Extrakt Cannabidiol zur Behandlung von Unruhe und Anspannung bei Demenz: In einigen Studien wurden positive Erfahrungen mit dem nicht berauschenden Inhaltsstoff Cannabidiol (CBD) bei Angst, Unruhe, Apathie und Reizbarkeit gemacht. Auch auf den Schlaf und Appetit soll es positive Wirkungen geben. Nach einer schweizerischen Studie ist auch eine Kombination von Cannabidiol mit dem weiteren Extrakt Tetrahydrocannabinol empfehlenswert. Da die Wirkstoffe nebenwirkungsarm sind, können sie eine Ergänzung oder Alternative für übliche Psychopharmaka wie Neuroleptika sein. Es bedarf noch größerer und längerfristiger Studien zur genauen Untersuchung. In manchen psychiatrischen Kliniken im Großraum Stuttgart erhalten demenzkranke Menschen den Wirkstoff bereits bei entsprechenden Symptomen ergänzend.

https://digidem-bayern.de/cannabidol-reiches-oel-bei-neuropsychiatrischen-symptomen/

https://www.pharmazeutische-zeitung.de/koennen-cannabinoide-den-verlauf-beeinflussen-156898/

https://www.rosenfluh.ch/psychiatrie-neurologie-2023-05/cannabinoide-und-demenz

https://link.springer.com/article/10.1007/s15006-023-2867-2

https://digidem-bayern.de/webinar-cannabinoide-zur-behandlung-von-demenz-2/

Delir durch Stress, Infektionen, Krankenhaus – besonders ältere Menschen und Demenzkranke sind betroffen: Ein Beitrag des NDR im Internet klärt informativ und verständlich dazu auf was ein Delir ist und wie es entstehen kann. Wichtig ist bei einem Delir neben der Behandlung von Auslösern, wie z.B. Fieber, Schmerzen oder Erkrankungen, vor allem eine ruhige und zugleich anregende und Orientierung gebende Umgebung. Leichte Bewegung und Aktivität sowie Kontakt mit vertrauten Menschen, die Orientierung vermitteln, sind förderlich. Seit einiger Zeit gibt es im Klinikum Stuttgart in Bad Cannstatt auch eine Spezialstation (MAKS), die älteren Menschen mit Delir, insbesondere auch demenzkranken Menschen, besondere therapeutische Angebote ermöglicht. Die Delir-Erkennung und Behandlung sollte in allen Krankenhäusern, die ältere Menschen behandeln, besonders beachtet werden.

NDR-Beitrag: https://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/delir-symptome-definition-und-behandlung,delir-102.html

MAKS-Spezialstation in Stuttgart: https://www.klinikum-stuttgart.de/medizin-pflege/psychiatrie-psychotherapie-fuer-aeltere/geriatrisch-gerontopsychiatrische-spezialstation-maks

Informationsbroschüre zu Delir: https://www.demenz-stuttgart.de/files/7366/delir_infobroschuere_fuer_angehoerige.pdf

LATE, eine vermutlich besondere Demenzform, die der Alzheimer Krankheit sehr ähnlich ist: Bei älteren Menschen, die zunehmend, aber meist etwas langsamer fortschreitend unter Gedächtnisstörungen leiden, hat man im Jahr 2018 nach ihrem Tod keine alzheimer-typischen Ablagerungen (Plaques) im Gehirn gefunden, dafür aber ähnliche durch Fehlsteuerung entstandene Ablagerungen des Proteins TDP 43, das auch z.B. bei Frontotemporaler Demenz und ALS auftreten kann. Seither wird zu LATE als Ursache für zunehmende geistige Beeinträchtigungen geforscht (LATE = **L**imbisch-**P**rädominante **A**ltersassoziierte TDP-43-**E**nzephalopathie). Die Ablagerungen der Protein-Fehlsteuerung treten zunächst wohl vor allem in der Amygdala im Gehirn auf (Emotionsverarbeitung bei Angst) und im Hippocampus, der für das Einprägen von Informationen und Ereignissen besonders wichtig ist. Die Veränderungen und damit verbundenen geistigen Beeinträchtigungen schreiten wohl deutlich langsamer als bei der Alzheimer Krankheit voran. Alzheimer und LATE können besonders in hohem Alter häufiger auch vermischt auftreten. Wichtig ist, dass die neuesten Alzheimer Medikamente mit Wirkstoffen wie Lecanemab, Donanemab und Trontinemab keine Wirkung haben können, wenn die kognitiven Beeinträchtigungen nur durch LATE hervorgerufen werden. Die heute üblichen Medikamente bzw. Wirkstoffe zur Behandlung bei Alzheimer- und Demenzerkrankungen wie Rivastigmin, Donepezil, Galantamin und Memantine sind dagegen bei LATE ähnlich wirksam, da sie die Signalübertragung der Nervenzellen verbessern und nicht die Bildung von Amyloid-Plaques bremsen.

https://www.morgenpost.de/ratgeber-wissen/article410591680/verwechselte-diagnose-warum-viele-alzheimer-patienten-eigentlich-late-haben.html

https://demenzhilfe-deutschland.de/2026/03/eine-neue-form-von-demenz-entdeckt/

medizinische Fachinformation von 2021:
https://www.springermedizin.de/demenz/morbus-alzheimer/late-nicht-jede-demenz-ist-alzheimer-diskussion-einer-neuen-kran/17982936

Die Aminosäure Arginin kann Amyloid-Beta-Ablagerungen (Alzheimer-Plaques) abbauen: Arginin ist als Nahrungsergänzungsmittel bekannt und in Medikamenten gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Es kann bei Mäusen im Gehirn und im Laborexperiment mit Zellen Amyloid-Beta-Ablagerungen abbauen. Studien mit Menschen müssen allerdings erst noch folgen. Arginin ist in Nüssen, Hülsenfrüchten, Soja, Mais, Reis, Rind- und Schweinefleisch.

https://www.abendblatt.de/ratgeber-wissen/article410553745/bekannter-wirkstoff-koennte-alzheimer-symptome-aufloesen.html

https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/nahrungsergaenzungsmittel/arginin-eine-aminosaeure-mit-potenz-13405

Risikofaktoren und Vorbeugung für Demenzerkrankungen: Neue Studien, Veröffentlichungen und Erkenntnisse:
Im Jahr 2025 hat die internationale Lancet-Expertengruppe eine Auswertung zu weltweit hunderten von Studien veröffentlicht, die sie wissenschaftlich analysierte. Darin sind bereits viele mögliche Einflüsse auf das Risiko oder den Zeitpunkt der Entstehung einer Demenzerkrankung beschrieben. Eine Zusammenfassung der Ergebnisse finden Sie hier: http://www.demenz-stuttgart.de/6954/. Aus solchen Studienergebnissen kann nie die Ursache abgeleitet werden warum ein einzelner Mensch an einer Demenz erkrankt. Ebenso geben sie keine Erklärung dafür, warum einzelne Menschen nicht oder erst in hohem Alter an Demenz erkranken. Die individuellen Faktoren sind beim einzelnen Menschen immer sehr komplex und hängen in der Regel von vielerlei Einflüssen und deren Wechselwirkungen ab. Darunter sind auch genetische Faktoren, die mit Umwelteinflüssen zusammenwirken. Dazu ist Vieles auch heute noch nicht bekannt. Trotzdem können Lebensstile und gesundheitsbewusstes Verhalten im Durchschnitt in der Bevölkerung das Krankheitsrisiko senken. Die folgenden Beiträge weisen zum Teil auf neue Aspekte bzw. mögliche Einflussfaktoren hin. Viele Studienergebnisse müssen zunächst mit Vorsicht betrachtet werden, solange sie nicht vielfach durch weitere und umfassende Studien bestätigt werden.

Impfung gegen Gürtelrose könnte das Demenzrisiko vor allem bei Frauen senken:

https://www.klinikum.uni-heidelberg.de/newsroom/epidemiologische-studie-zeigt-impfung-gegen-guertelrose-koennte-das-risiko-an-demenz-zu-erkranken-senken--vor-allem-bei-frauen/

https://www.swr.de/leben/gesundheit/guertelrose-impfung-senkt-das-demenz-risiko-102.html

https://www.test.de/Guertelrose-Impfung-senkt-Demenz-Risiko-6213605-0/#:~:text=20%20Prozent%20verringertes%20Risiko%20Insgesamt%20wertete%20das,

Diagnose%20Demenz%20%E2%80%93%20und%20zwar%20mehr%20Nicht%2DGeimpfte

Diese Aktivitäten könnten Demenzerkrankungen im Schnitt um bis zu 5 Jahre hinauszögern:

https://www.fr.de/wissen/diese-aktivitaeten-koennten-alzheimer-laut-studie-um-jahre-hinauszoegern-zr-94215352.html

Zehn Trainingseinheiten zur geistigen Verarbeitungsgeschwindigkeit ab 65 Jahren hatten Auswirkungen auf das spätere Demenz-Risiko:

https://www.welt.de/gesundheit/article698b05d2b08ffe5b8f60ba9d/alzheimer-praevention-das-training-zweier-kognitiver-faehigkeiten-senkte-das-alzheimer-risiko-um-25-prozent.html

Sport und Bewegung mit moderater bis anstrengender Aktivität kann schon ab der Lebensmitte das Demenzrisiko vermindern

https://www.morgenpost.de/ratgeber-wissen/article410549848/in-dieser-lebensphase-kann-sport-das-demenz-risiko-halbieren.html

Regelmäßiges Musikhören könnte das Demenz-Risiko senken

https://www.welt.de/wissenschaft/article692437530f2241537f41a84b/demenz-gesundes-gehirn-regelmaessiges-musikhoeren-senkt-das-demenz-risiko-signifikant.html

Schon 3.000 Schritte täglich könnten den Verlauf einer Demenzerkrankung etwas verlangsamen, bis zu 7.000 Schritte noch mehr und vielleicht auch das Demenzrisiko senken:

https://www.abendblatt.de/ratgeber-wissen/article410367761/anti-alzheimer-training-forscher-zeigen-wirksame-uebung.html

Wer täglich Eier isst, weist deutlich geringeres Alzheimer-Risiko auf:

https://www.welt.de/wissenschaft/article6a070752847da7a92c1451bb/demenz-wichtige-naehrstoffe-wer-taeglich-eier-isst-weist-deutlich-geringeres-alzheimer-risiko-auf.html

Auch „Nichtstun“ kann gut fürs Gehirn sein:

https://www.focus.de/gesundheit/der-neurowissenschaftler-der-glaubt-dass-nichtstun-der-schluessel-zur-senkung-des-alzheimer-risikos-ist_3577a49d-50e2-4598-9a65-98fe9470fc60.html

https://www.mdr.de/wissen/psychologie-sozialwissenschaften/abschalten-urlaub-wie-unser-gehirn-agiert-wenn-wir-uns-ausruhen,nichts-tun-100.html

https://www.envivas.de/magazin/gesundheitswissen/pause-fuer-unser-gehirn

Vitamin-D-Spiegel in der Lebensmitte könnte Einfluss auf das Alzheimer Risiko haben:

https://www.welt.de/gesundheit/article69d5062a8ba297d4b1231a03/alzheimer-warum-der-vitamin-d-spiegel-in-der-lebensmitte-so-wichtig-ist.html

Zum Schluss noch einige vielleicht allgemein interessante oder wissenswerte Beiträge bzw. Erkenntnisse:

Unser Gehirn durchläuft im Leben fünf Phasen und vier Wendepunkte:
https://www.mdr.de/wissen/medizin-gesundheit/menschliches-gehirn-durchlaeuft-im-leben-fuenf-phasen-100~amp.html

Fast 40 % der Bewohner in Pflegeheimen auf Sozialhilfeleistungen angewiesen:
https://www.zdfheute.de/politik/deutschland/pflegeheim-kosten-sozialhilfe-100.html
https://www.n-tv.de/politik/Fast-40-Prozent-der-Menschen-in-Pflegeheimen-auf-Sozialhilfe-angewiesen-id30432453.html

OECD-Gesundheitsreport: Das deutsche Gesundheitssystem ist teuer und ineffizient:
https://www.welt.de/finanzen/weltplus/article6915b955c1c11b27ab81f17d/oecd-gesundheitsreport-teuer-und-ineffizient-das-bittere-zeugnis-fuer-das-deutsche-system.html

Fast 40 Prozent der Pflegekräfte einer Jobbörse haben keinen deutschen Pass:
In einer großen Jobbörse für Pflegekräfte haben über die Hälfte der in Ballungsräumen registrierten Pflegekräfte keinen deutschen Pass und über 80 % von Ihnen eine gültige Arbeitserlaubnis. Die meisten Bewerber stammen aus Syrien, der Ukraine und der Türkei. Die Jobbörse wirbt angesichts des Pflegenotstands für bessere Möglichkeiten der Integration, Anerkennung und der beruflichen Bindung für internationale Bewerber.
https://www.morgenpost.de/ratgeber-wissen/article412518156/fast-40-prozent-der-pflegekraefte-in-deutschland-haben-keinen-deutschen-pass.html