

# Gemeinsam Demenzrisiko bei MCI-Patienten senken

Mit mental-aktiv® PRO – dem multimodalen Programm  
zum Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit



**mental-aktiv® PRO**  
Gemeinsam > Weiter > Denken  
Eine Initiative unterstützt von Tebonin®

mental-aktiv® PRO ist ein Angebot von Dr. Willmar Schwabe und wird durch die Thieme TeleCare GmbH umgesetzt

# Mild Cognitive Impairment – 3,7 Millionen Menschen sind betroffen!<sup>1</sup>

## Definition Mild Cognitive Impairment

Mild Cognitive Impairment (MCI), d. h., die leichte kognitive Beeinträchtigung, ist definiert als eine Abnahme des Gedächtnisses, von Aufmerksamkeit und kognitiven Funktionen, die das übersteigt, was dem Alter und Bildungsstand des Betroffenen nach zu erwarten wäre. Dabei sind die Aktivitäten des täglichen Lebens aber noch nicht maßgeblich beeinträchtigt.<sup>2</sup>

Allein in Deutschland sind mehr als 3,7 Millionen<sup>1</sup> Menschen von einer MCI betroffen. Eine alarmierende Zahl, denn Menschen, die unter MCI leiden, haben ein erhöhtes Risiko, eine Demenz zu entwickeln. Aktuell geht man davon aus, dass dies sogar bei einem von vier Betroffenen nach 5 Jahren der Fall ist.<sup>1</sup>

Angesichts der weltweit steigenden Fälle von Demenzerkrankungen<sup>3</sup> hat sich auch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) des Themas angenommen. 2019 veröffentlichte sie dazu die Leitlinie „Risk reduction of cognitive decline and dementia“.<sup>3</sup> Darin weist sie, neben dem Alter als größtem Risikofaktor für Demenz, auf lebensstilbedingte Risikofaktoren für das Entwickeln einer kognitiven Beeinträchtigung und Demenz hin sowie auf bestimmte Erkrankungen. Entsprechend finden sich in der Leitlinie evidenz-basierte Empfehlungen zur multimodalen Beeinflussung bzw. Reduktion der Risikofaktoren.



## Empfehlung der WHO

- Körperliche Aktivität
- Kognitive Interventionen
- Diabetes-Management
- Rauchstopp
- Soziale Aktivitäten
- Fettstoffwechsel-Management
- Ernährungsumstellung
- Gewichts-Management
- Behandlung Depressionen
- Maßvoller Umgang mit Alkohol
- Blutdruck-Management
- Maßnahmen bei Schwerhörigkeit

# mental-aktiv® PRO

## Das erste multimodale Programm zur Demenz-Prävention für Ihre Patienten mit MCI

Ausgerichtet an der WHO-Leitlinie zur Reduktion von Risikofaktoren für eine kognitive Verschlechterung und Demenz<sup>3</sup> haben Dr. Willmar Schwabe und die Thieme Telecare GmbH gemeinsam mit einem unabhängigen wissenschaftlichen Beirat mental-aktiv® PRO entwickelt: Das evidenzbasierte Programm dient der Erhaltung der geistigen Leistungsfähigkeit bzw. Verzögerung einer Demenz bei Patienten mit MCI.

### Wissenschaftlicher Beirat

### Wissenschaftliche Expertise für Ihre Patienten



**Frau Prof. Dr. med. Christine von Arnim,**  
Leiterin der Abteilung Geriatrie,  
Universitätsmedizin Göttingen



**Dr. med. Dr. phil. Jens Bohlken,**  
Institut für Sozialmedizin,  
Arbeitsmedizin und Public  
Health der Medizinischen Fakultät  
der Universität Leipzig und  
Demenz-Referat des Berufsverbands  
Deutscher Nervenärzte



**Prof. Dr. med. Lutz Frölich,**  
Zentralinstitut für Seelische  
Gesundheit Mannheim,  
Abteilung Gerontopsychiatrie,  
Universität Heidelberg



 **Thieme TeleCare**

## Gezielt und individuell – Programminhalte

Im Mittelpunkt des Programms stehen die Identifikation und Reduktion der individuellen Risikofaktoren von Patienten mit leichter kognitiver Beeinträchtigung. Dazu werden unter ärztlicher Anleitung die wichtigsten Risikofaktoren für eine (weitere) Verschlechterung der geistigen Leistungsfähigkeit festgestellt. Für ein bis drei vom Arzt zusammen mit dem Patienten ausgewählte Risikofaktoren erhält der Patient dann ein speziell auf ihn zugeschnittenes Präventionsprogramm.

Bei der Reduktion der ausgewählten Risiken wird der Patient von einem psychologisch ausgebildeten, persönlichen Gesundheitscoach (der Thieme TeleCare GmbH) durch telemedizinisches Coaching gezielt unterstützt. Dazu gehört auch ein Angebot zum regelmäßigen kognitiven Training. Zu Beginn sowie nach 6 Monaten und 12 Monaten finden Arzt-Patienten-Gespräche, d.h. Assessments, statt, die den Fortschritt des Programms kontrollieren und sicherstellen.

## Programmziele

- ✓ (Längerer) Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit
- ✓ Demenzrisiko senken durch gezielte Reduktion von Risikofaktoren

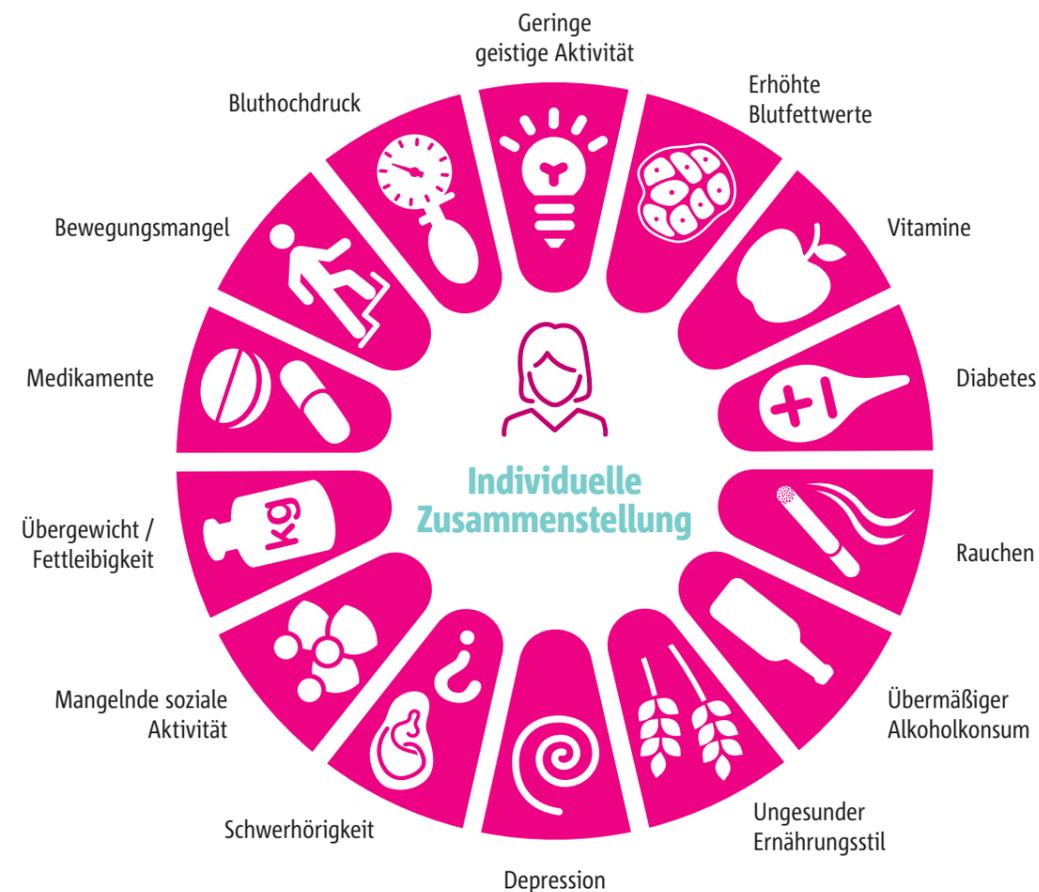
# Verhalten ändern. Demenzrisiko senken.

## Risikofaktoren und Begleiterkrankungen

Entscheidend für den Erfolg des Programms und die Senkung des Demenzrisikos bei Ihren MCI-Patienten sind das gezielte Angehen von persönlichen Risikofaktoren und Begleiterkrankungen. Zur Identifikation dieser Faktoren werden gesundheitsbezogene Daten erhoben, z. B. durch Selbstauskunft zu bestehenden Diagnosen, Selbsteinschätzung oder durch einfache Screening-Instrumente.

Die Basis-Erhebung erfolgt dabei durch den Thieme-Coach. Fehlende Daten ergänzen Sie als betreuender Arzt beim Arzt-Patienten-Assessment. Des Weiteren kontrollieren Sie die gemachten Angaben, passen sie ggf. an und nehmen gemeinsam mit Ihrem Patienten die Priorisierung der Risikofaktoren vor.

### Zu evaluierende Risikofaktoren:



**Gut zu wissen:** Muster der Unterlagen, mit denen die gesundheitsbezogenen Daten, u. a. zu den Risikofaktoren Ihrer Patienten mit MCI erhoben werden, finden Sie in Ihrem mental-aktiv® PRO Info-Ordner unter den Registerpunkten: „Assessment“ und „Medikationsliste“.

# Coaching als Schlüssel zur Verhaltensänderung

Passend zu den von Ihnen identifizierten Risikofaktoren erhält der Patient umfassendes Informations- und Trainingsmaterial zu seinen Risikofaktoren. Bei der Umsetzung wird er von seinem persönlichen Gesundheitscoach via Telefon betreut, der für jeden Risikofaktor geeignete Verhaltensänderungen mit ihm bespricht, Ziele vereinbart, motiviert und ggf. auf lokale Unterstützungsangebote hinweist.

Das persönliche Coaching ermöglicht ein individuelles Eingehen auf die Bedürfnisse des Patienten und unterstützt ihn so maßgeblich bei der Umsetzung der Programmempfehlungen. Das intensive Coaching mit Hinblick auf eine positive Verhaltensänderung trägt nicht nur zur Reduktion der Risikofaktoren und damit zur Senkung des Demenzrisikos bei, sondern entlastet auch Sie als Arzt spürbar.

### Ein evidenz-basiertes Programm mit einzigartigen Vorteilen für Ihre Patienten und Sie!



#### Davon profitiert Ihr Patient

- ✓ Bestimmung persönlicher Demenz-Risikofaktoren
- ✓ Persönliches Telefon-Coaching durch professionellen Gesundheitsberater für Lebensstilmodifikation
- ✓ Neuropsychologisch entwickeltes kognitives Training
- ➔ **Senkung des Demenzrisikos**



#### Davon profitieren Sie als Arzt

- ✓ Evidenz-basierte, einzigartige Lösung für Ihre Patienten mit MCI
- ✓ Entlastung durch professionellen Gesundheitscoach von Thieme TeleCare GmbH
- ✓ Vergütung von 95 € pro teilnehmenden Patienten\*
- ➔ **Individuelle Betreuung Ihrer Patienten mit MCI mit moderatem Aufwand**

\* Für Durchführung von 3 Assessment-Gesprächen, Dokumentation der Gespräche sowie der Ergebnisse der kognitiven Testung und Weiterleitung der Dokumentation an Thieme

# Programmablauf im Überblick

## Demenz-Prävention mit gezieltem Coaching und ärztlicher Kontrolle



Patient & Coach



Patient & Hausarzt

### Pre-Coaching-Phase

Von der Anmeldung bis zur Identifikation der Risikofaktoren (Dauer ca. 2 Wochen)

#### Pre-Coaching

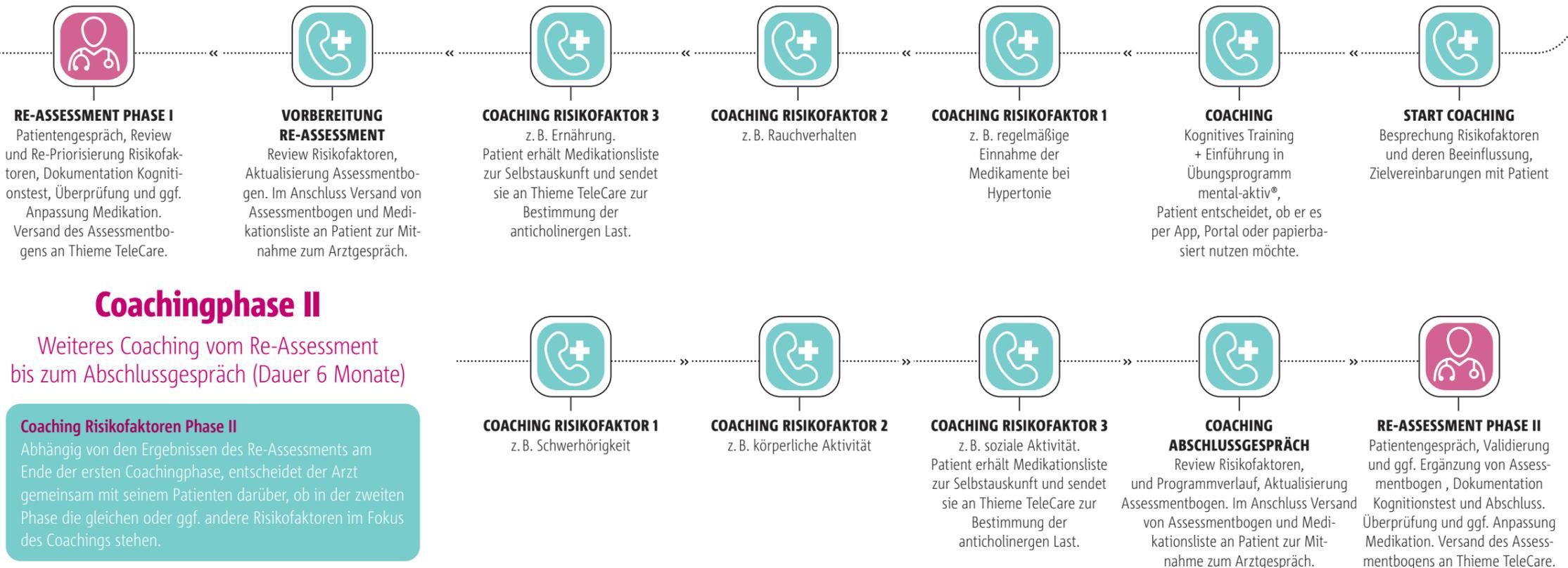
Entscheidet sich der Patient für eine Teilnahme am Programm, übernimmt der Thieme-Coach wichtige Vorarbeiten zur Erhebung der relevanten Gesundheitsdaten gemeinsam mit dem Patienten und erfasst diese im Assessmentbogen. Den vorbereiteten Assessmentbogen erhält der Arzt für sein Patienten-Assessment zum Review und ggf. zur Anpassung. Den angepassten Assessmentbogen sendet der Arzt an den Thieme-Coach zurück.

### Coachingphase I

Vom ersten Coaching bis zum Re-Assessment (Dauer 6 Monate)

#### Coaching Risikofaktoren Phase I

Abhängig von den Ergebnissen des ersten Assessments am Ende der Pre-Coachingphase entscheidet der Arzt gemeinsam mit seinem Patienten darüber, welche bis zu drei Risikofaktoren im Fokus des Coachings stehen. Der Coach übernimmt dann gemeinsam mit dem Patienten die Durchführung des Programms entsprechend der Schwerpunktsetzung durch den Arzt.



### Coachingphase II

Weiteres Coaching vom Re-Assessment bis zum Abschlussgespräch (Dauer 6 Monate)

#### Coaching Risikofaktoren Phase II

Abhängig von den Ergebnissen des Re-Assessments am Ende der ersten Coachingphase, entscheidet der Arzt gemeinsam mit seinem Patienten darüber, ob in der zweiten Phase die gleichen oder ggf. andere Risikofaktoren im Fokus des Coachings stehen.



# mental-aktiv® PRO

Gemeinsam > Weiter > Denken

## Das multimodale Programm zum Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit von Patienten mit MCI

- In Ihrem mental-aktiv® Pro Info-Ordner finden Sie neben weiteren Informationen zur Anmeldung und Abrechnung alle während des Programms verwendeten Unterlagen als Muster, die für Sie und Ihre Patienten wichtig sind!

Sind Sie dabei? Hier geht's zur Anmeldung:

Einfach  
QR-Code  
scannen



oder

URL eingeben:

[www.mental-aktiv-pro.de](http://www.mental-aktiv-pro.de)

Sie haben noch Fragen?

Rufen Sie uns einfach an oder senden Sie uns eine E-Mail:

☎ 0800 7 500 100 | @ [mental-aktivPRO@thieme-telecare.de](mailto:mental-aktivPRO@thieme-telecare.de)

1. Bohlken J, Kostev K: Progression von leichter kognitiver Störung zur Demenz in deutschen Hausarztpraxen: Eine retrospektive, datenbankgestützte Auswertung. Fortschr Neurol Psychiatr 2017; 85(01): 43-47.
2. Etgen T et al.: Mild cognitive impairment and dementia: the importance of modifiable risk factors. Dtsch Arztebl Int 2011; 108: 743-750.
3. Risk reduction of cognitive decline and dementia: WHO guidelines. Geneva: World Health Organization; 2019. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO (<https://www.who.int/publications/i/item/9789241550543>)