

## Die Herangehensweise

Körperliche Einschränkung ist das Hauptcharakteristikum von Gebrechlichkeit; Aber, laut einer gewissen Beweisführung tragen auch andere Faktoren wie psychologische, kognitive oder soziale Aspekte zu der multidimensionalen Erkrankung bei. Kognition wird momentan als ein wichtiger Aspekt von Gebrechlichkeit angesehen. Kognitive und körperliche Gebrechlichkeit interagieren miteinander: Kognitive Probleme und Demenz sind häufiger in körperlich, gebrechlichen Individuen zu finden und diejenigen mit kognitiven Einschränkungen sind anfälliger körperliche Gebrechlichkeit zu entwickeln. Letzendlich ist soziale Gebrechlichkeit signifikant mit der Auswirkung einer Erkrankung und der Sterblichkeit verbunden.

In aktueller, klinischer Praxis sind bereits viele Risikotests für das frühzeitige Ausfindigmachen und Maßnahmen für körperliche Gebrechlichkeit sowie kognitiven Verfall erhältlich, wie unter anderem Biomarker (APOE4, Entzündungsmarker, VitaminD, etc.), klinische Messungen (MMSE, GDS, Gang, Gewicht, Stärke, Balance, etc.), sowie Bildaufzeichnungen (MRI, CT, etc.). Abgesehen von solidem, klinischem Beweis als „Single Shot“ Untersuchungen sind leider jedoch alle Tests nicht sensibel genug für frühe und kleine Veränderungen der Risikofaktoren, um die angemessene Prävention von verbundenen Erkrankungen wie Demenz, Sarkopenie oder Stürze im späteren Leben zu erfahren.

Neben dieser klinischen Praxis sind in den letzten Jahren viele technologische Lösungen eingeführt worden, um das aktive Altern zu unterstützen und Gebrechlichkeit, kognitiven Verfall sowie die soziale Isolation von älteren Menschen zu bekämpfen. Abgesehen davon, dass diese ICT-basierenden Lösungen von einer gewissen Wichtigkeit in Bezug auf das Auslösen von einzelnen Risiken sind (z.B. Sturzrisiko etc.), ist immer noch das Bedürfnis nach einer holistischen Herangehensweise, die alle individuellen Risiken gemeinsam angeht, vorhanden. Ausßerdem ist es nötig nicht nur die Risiken zu identifizieren, aber auch diesbezüglich Maßnahmen basierend auf Auswertungen von Risikoanalysen anzubieten.

Das ist genau das eigentliche Ziel des my-AHA Projekts: Eine ICT basierte Lösung für frühzeitige Ausfinden von Risiken und Maßnahmen (i.e. Prävention) anzupeilen, um das aktive und gesunde Altern zu unterstützen und kognitive Einschränkungen, Gebrechlichkeit, Depression und Stürze durch unauffällige Verhaltensaufnahme, auf Großdatensammlungen von dem Alltagsleben aufgenommen basierend, zu umgehen (siehe unten abgebildete Figur).

approach and or type unknown

Die my-AHA Lösung unterstützt aktives und gesundes Altern durch die Ermöglichung von frühem Ausfindigmachen und der Minimierung von Risiken verbunden mit dem Altern und im Speziellen für Demenz (MCI), Depression (Stimmung), Stürze und Gebrechlichkeit. Hinsichtlich dessen arbeitet das frühe Ausfindigmachen von Risiken an drei fundamentalen Aspekten vom Leben älterer Menschen: Körperliche Aktivität (durch die Verwertung von Vitalparametern, Gangart, Schlafqualität und generell Bewegungsmuster und Sturzrisiko), kognitive Aktivitäten (durch die Beobachtung des kognitiven Levels zum Beispiel in Exerspielen) und sozialer Aktivität (z.B. durch die Analyse von Gefühlen und Sprachqualität der Nutzer).

Auf der anderen Seite zeigen my-AHA Gestaltungen effizientere und effektivere ICT basierte Maßnahmen gegenüber den aufgespürten Risiken durch die Integration von innovativen ICT Lösungen und das Involvieren von Anteilhabenden. Die via der neuen Plattform, gegenüber älteren Menschen vorgeschlagenen, sozialen Aktivitäten sowie kognitive und körperliche Trainings und der vorgeschlagene Diätplan werden den Nutzern helfen deren Verhalten dauerhaft zu verändern und somit auf die Konsequenzen des Alters auf eine gute Weise zu reagieren.

---

**Source URL:** <http://www.activeageing.unito.it/de/die-herangehensweise>