

«ptAnrede»n

«Vorname» «Name»

«Adresse1»

«PLZ» «Ort»

Sehr geehrter «ptAnrede» «Name»,

26.08.2024

beiliegend senden wir Ihnen den Einsatzplan für die **36.** Woche 2024:
Montag, 02. September 2024, bis Sonntag, 08. September 2024.

Mit freundlichen Grüßen

Barbara Apelt

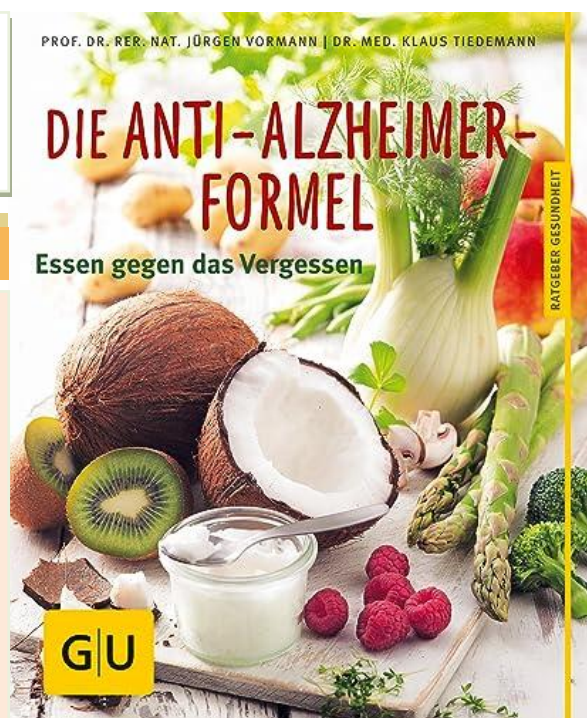
Bei Erkrankungen, auftretenden Staus usw. kann es zu Abweichungen der Einsatzzeiten kommen.
Wir bitten daher um Ihr Verständnis.

Folgende Kolleg*innen im Urlaub: Buchholz, Dirk (Mo-Fr) / Damaschke, Petra Angelika (Mo-Fr) / Genz, Simone (Mo-Fr) / Siedel, Sieglinde (Mo-Fr) / Weile, Babett (Mo-Fr)

Ein Ausschnitt aus dem Ratgeber „DIE ANTI-ALZHEIMER FORMEL - Essen gegen das Vergessen“ von Prof. Dr. Rer. Nat. Jürgen Vormann und Dr. Med. Klaus Tiedemann

Kaffee und Alzheimer

Der positive Einfluss von Koffein auf die kognitiven Fähigkeiten ist seit langem bekannt. Das Risiko für Demenz und Alzheimer-Krankheiten vermindert sich um ca. 60 Prozent, wenn man zwei bis vier Tassen Kaffee pro Tag trinkt. Dies ergab eine Zusammenfassung der Ergebnisse von Studien über ca. 30 Jahre an insgesamt 22.658 Personen, die 2010 von M.H. Eskelinen et al. im Journal of Alzheimer's Disease vorgestellt wurde. Eine weitere Metaanalyse aus demselben Journal von C. Santos et al., die insgesamt elf Studien einbezog, untermauerte diese Erkenntnisse. Für die positiven Effekte auf Demenz sind neben dem Koffein noch andere Inhaltsstoffe von Kaffee verantwortlich, denn Tee hatte einen weitaus geringeren Einfluss auf das Risiko.



Was ausschlaggebend für den positiven Effekt ist, weiß man noch nicht. Möglicherweise spielt die antioxidative Wirkung von Kaffee eine Rolle.