

Datum: 05.05.2015  
von: Diana Smikalla  
Bereich: Forschung, Publikationen  
Sachgebiet: Medizin und  
Gesundheitswissenschaften

## Im Beruf gefordert – leistungsstark im Alter

Leipziger Studie belegt positive Auswirkungen von anspruchsvollen Aufgaben

**Anspruchsvolle Tätigkeiten im Beruf wirken sich auch noch im Alter positiv aus. Das geht aus einer Studie der Universität Leipzig hervor, die jetzt in der amerikanischen Fachzeitschrift "Neurology" veröffentlicht wurde und internationale Beachtung findet.**

"Die Studie macht deutlich, dass die Art der Arbeitsaufgaben während unseres Berufslebens einen wichtigen Einfluss auf die geistige Leistungsfähigkeit im Alter hat, möglicherweise sogar noch einen wichtigeren Einfluss als Bildung", sagt Studienautorin Dr. Francisca S. Then vom Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP) an der Medizinischen Fakultät. Während schon lange bekannt ist, dass eine gute Bildung einen Schutzfaktor für die Entwicklung von Demenzen darstellt, fand der Einfluss der beruflichen Anforderungen bisher wenig Beachtung.

Für die Studie wurden mehr als 1.000 Senioren in der Leipziger Langzeitstudie zur Altenbevölkerung ("Leila75+") über acht Jahre regelmäßig untersucht und auf ihre geistige Leistungsfähigkeit getestet. Die Forscher befragten die Studienteilnehmer ausführlich zu ihrem Berufsleben und bestimmten Anforderungen, mit denen sie konfrontiert waren.

Dazu gehörten beispielsweise Strategieentwicklung, Konfliktbewältigung, Informationsbewertung, Datenanalyse oder Konzentration auf Details.

### Gehirntraining mit Langzeiteffekt

Diejenigen Studienteilnehmer, die in ihrem Berufsleben das höchste Niveau in allen Anforderungsbereichen hatten, schnitten auch im Alter am besten ab und hatten im weiteren Studienverlauf die geringsten Abbauerscheinungen. So verschlechterte sich ihre Leistungsfähigkeit innerhalb von acht Jahren nur halb so stark wie die von Personen mit dem niedrigsten Anforderungsniveau. "Einige spezifische Anforderungen im Berufsleben trainieren anscheinend das Gehirn, wodurch die Leistungsfähigkeit im höheren Alter langfristig aufrechterhalten werden kann", erklärt Arbeitsgruppenleiter PD Dr. Tobias Luck.

Die Forschungsergebnisse finden derzeit internationale Beachtung. "Solche Erfolge spornen Nachwuchswissenschaftler an", freut sich Institutsleiterin Prof. Dr. Steffi Riedel-Heller, die vor vielen Jahren die Studie "Leila75+" ins Leben rief.

### Veröffentlichung:

Francisca S. Then, Tobias Luck, Melanie Lupp, Hans-Helmut König, Matthias C. Angermeyer und Steffi G. Riedel-Heller:

["Differential effects of enriched environment at work on cognitive decline in old age"](#)

Neurology, online veröffentlicht am 29. April 2015

doi: 10.1212/WNL.0000000000001605



FORSCHEN, LEHREN, HEILEN – AUS TRADITION FÜR INNOVATION

Mitglieder des Dekanats:  
Professor Dr. Michael Stumvoll  
Vorsitzender/Dekan  
Professor Dr. Ingo Bechmann,  
Prodekan

Professor Dr. Jürgen  
Meixensberger,  
Studiendekan  
Humanmedizin  
Professor Dr. Holger  
Jakstat, Studiendekan  
Zahnmedizin

Diana Smikalla  
Referentin Presse- und  
Öffentlichkeitsarbeit:  
Telefon 0341 97-15 798  
Telefax 0341 97-15 789  
diana.smikalla@medizin.uni-leipzig.de  
www.uni-leipzig.de/medizin

Prof. Dr. Steffi Riedel-Heller  
 Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health  
 Telefon: +49 341 97-15408  
 E-Mail: [steffi.riedel-heller@medizin.uni-leipzig.de](mailto:steffi.riedel-heller@medizin.uni-leipzig.de)  
 Web: [www.uni-leipzig.de/~sasm/](http://www.uni-leipzig.de/~sasm/)

Dr. Francisca S. Then  
 Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health  
 Telefon: +49 341 97-15475  
 E-Mail: [Francisca.Then@medizin.uni-leipzig.de](mailto:Francisca.Then@medizin.uni-leipzig.de)  
 Web: [www.uni-leipzig.de/~sasm/](http://www.uni-leipzig.de/~sasm/)



#### FORSCHEN, LEHREN, HEILEN – AUS TRADITION FÜR INNOVATION

---

Mitglieder des Dekanats:  
 Professor Dr. Michael Stumvoll  
 Vorsitzender/Dekan  
 Professor Dr. Ingo Bechmann,  
 Prodekan

Professor Dr. Jürgen  
 Meixensberger,  
 Studiendekan  
 Humanmedizin  
 Professor Dr. Holger  
 Jakst, Studiendekan  
 Zahnmedizin

Diana Smikalla  
 Referentin Presse- und  
 Öffentlichkeitsarbeit:  
 Telefon 0341 97-15 798  
 Telefax 0341 97-15 789  
[diana.smikalla@medizin.uni-leipzig.de](mailto:diana.smikalla@medizin.uni-leipzig.de)  
[www.uni-leipzig.de/medizin](http://www.uni-leipzig.de/medizin)