Stichting Alzheimer Onderzoek
STOPALZHEIMER.BE

Stichting van openbaar nut
3de trimester 2022 - September 2022
Afgiftekantoor Brussel X - Erkenningnummer: P505077
Z1. Researchpark 310 - 1731 Zellik

NIEUWSBRIEF

MAAK KENNIS MET ONDERZOEKER GAMZE ATES

De Stichting Alzheimer Onderzoek financiert het onderzoek van Gamze Ates met een beurs van € 100.000 voor een periode van 2 jaar. Wie is zij en wat gaat zij doen?

Waar komt u vandaan en hoe lang werkt u al als wetenschapper?

Ik ben geboren en getogen in Limburg. Mijn opa is uit Turkije gekomen om in de mijnen te werken en mijn papa heeft er zelf ook nog een aantal jaren in gewerkt, waarna hij na zijn studie gezinstherapeut werd. Mensen willen helpen maar ook hard werken zit dus in mijn genen. Ik ben altijd geboeid geweest door wat er zich in het menselijk lichaam op celniveau afspeelt, en hoe ziekte en gezondheid vaak al op genetisch en moleculair niveau bepaald worden. Daarom ben ik farmaceutische wetenschappen en geneesmiddelenontwikkeling gaan studeren. Gaandeweg ben ik meer en meer geboeid geraakt door onderzoek. Zoals dat gaat in onderzoek kom je in contact met andere onderzoeksdomeinen en raak je begeesterd door andere gepassioneerde onderzoekers. Het was professor Massie (mijn huidige baas) die mij -tot haar eigen verbazing, denk ik- echt nieuwsgierig heeft gemaakt naar hersenaandoeningen. Ik moest en zou mijn carrière bij haar verderzetten. Maar ik wou eerst ervaring gaan opdoen in het buitenland, zodat ik nieuwe kennis en technologieën naar België kon terugbrengen. Voor ik het goed en wel besefte, zat ik in 2017 met een koffertje op een vliegtuig naar San Diego, California, waar ik onderzoek deed naar een mogelijks nieuw geneesmiddel tegen Alzheimer en ik met hersencellen leerde werken. Drieëneenhalf jaar later vloog ik weer richting België, met twee heel grote koffers en heel veel nieuwe ideeën om in het labo van professor Massie aan de VUB te starten. En daar zit ik nog steeds.

Kunt u het project dat door onze stichting wordt gefinancierd omschrijven?

Een van de dingen die ik meer heb leren appreciëren tijdens mijn periode in Amerika, is het belang van een goed functionerend celmetabolisme of stofwisseling. Cellen moeten energie kunnen produceren om goed te werken en als ze dat niet meer kunnen, loopt er van alles mis. Ik vergelijk het altijd met een nieuwe auto: al zijn alle onderdelen splinternieuw, als je niet tankt, dan zal je niet kunnen rijden. Ook in de ziekte van Alzheimer loopt er vanalles mis met de energievoorziening en met de “motor” van de cellen: de mitochondriën.

In onze groep werken wij allemaal op het eiwit ‘xCT’. Dit eiwit zorgt voor het transport van het aminozuur cystine van buiten naar binnen in de cel en tegelijk voor de export van het aminozuur glutamaat. Een beetje zoals een selectieve douanepost: cystine mag binnen, glutamaat mag buiten.

De jonge onderzoeker Gamze Ates met de Alzheimersokken

Wij hebben onlangs aangetoond dat muizen die het xCT eiwit niet hebben, langer leven en een intact geheugen behouden tijdens het verouderingsproces. Een van onze hypotheses is dat de afwezigheid van xCT de gezondheid van de mitochondriën ten goede komt. Wij hebben daar aanwijzingen voor in de verouderde hersenen, en andere onderzoekers hebben dit aangetoond in kankercellen. In het project dat door Stichting Alzheimer gesteund wordt, gaan we specifiek in een model van Alzheimer na of we de mitochondriën gezond kunnen houden door het genetisch verwijderen van xCT en of dit dan inderdaad ook voldoende is om het aftakelen van de hersencellen tegen te gaan. Het uiteindelijke doel is om meer inzicht te verwerven in het mechanisme achter energiefalen in Alzheimer en bij te dragen aan de zoektocht naar een behandelingsstrategie tegen de ziekte.

Wat zou de beste uitkomst van uw onderzoek zijn?

De beste uitkomst zou natuurlijk zijn dat we kunnen aantonen dat de mitochondriën, maar ook de hersencellen in het algemeen, gezonder zijn wanneer ze geen xCT hebben. Dat kan dan een aangrijpingspunt zijn voor het ontwikkelen van nieuwe geneesmiddelen. Dat blijft een belangrijk probleem bij Alzheimer: er zijn niet zo heel erg veel aangrijpingspunten gekend waartegen geneesmiddelen ontwikkeld worden. De focus heeft lang op het opruimen van de eiwitaggregaten in de hersenen gelegen. Want dankzij nieuw verworven inzichten hebben we nu begrepen dat het opruimen van de eiwitaggregaten alleen niet voldoende zal zijn.

Lees het vervolg van het interview met Gamze Ates op pagina 2.

VERVOLG INTERVIEW GAMZE ATES

Was het belangrijk dat uw project wordt gefinancierd door de Stichting Alzheimer Onderzoek?

Als jonge wetenschapper is het erg moeilijk om financiering te vinden die het mogelijk maakt om je onderzoek te kunnen uitbouwen. Meer ervaren onderzoekers hebben al meer bewezen en dus is het misschien een minder groot risico om hen geld toe te vertrouwen. Maar ook jonge onderzoekers hebben goede ideeën die de moeite waard zijn om in te investeren. Ik ben Stichting Alzheimer dan ook erg dankbaar dat ze mij de kans geven om dit onderzoek te kunnen doen. En natuurlijk een speciale dank aan alle donateurs. Onderzoek doe je nooit alleen, oplossingen vinden tegen de ziekte van Alzheimer zeker ook niet!

VERKLEIN DE KANS OP DEMENTIE: GEBRUIK JE HERSENEN ACTIEF EN LEEF GEZOND!

Wie de kans op dementie in de toekomst wil verkleinen kan het best nieuwsgierig blijven, veel bewegen en gezond eten.

Daag jezelf uit

Probeer steeds wat nieuws – iets wat je nog nooit eerder hebt gedaan. Leer een nieuwe taal of ga een instrument bespelen. En ga naar het theater of de bioscoop. En probeer ook uitdagend werk te doen of een leuke hobby.

Begin er vroeg mee, zo vanaf je veertigste, maar ook op latere leeftijd kun je de kans dat je dementie ontwikkelt nog verkleinen. Doe bijvoorbeeld vrijwilligerswerk. Blijf praten en zoek mensen op. Voor je hersenen is dat topsport. Als je uit je comfortzone komt, gaan je hersenen aan het werk.

Professor dokter Eric Salmon, lid van onze Wetenschappelijke Adviesraad en professor neurologie aan de universiteit van Luik : “In werkende hersenen ontstaan nieuwe onderlinge verbindingen tussen hersencellen en hersendelen. Wie daarvan een flinke reserve heeft, blijft langer functioneren als door het sluipende dementieproces hersenverbindingen wegvallen.”

Leef gezond

Daarnaast is gezond leven belangrijk: beweeg en sport regelmatig, rook niet, blijf op een goed gewicht, matig je alcoholgebruik en eet weinig vlees, regelmatig vis en veel groente. Gezond leven verlaagt bovendien de kans op hart- en vaatziekten, diabetes type 2 en kanker.

Spelletjes zijn een zeer goed manier om je hersenen uit te dagen en het is nog leuk ook!”

Ook hersenschade is een risicofactor die volgens de Wereldgezondheidsorganisatie 3 procent van de dementie veroorzaakt. Je kunt daarom beter niet gaan boksen of koppen bij het voetballen. Daarnaast kan een helm op de fiets of motor en een autogordel bij het autorijden veel direct en indirect leed besparen.

Slecht slapen

Op de universiteit van Luik wordt onder de bezielende leiding van professor Eric Salmon onderzoek naar de relatie tussen slapen en Alzheimer gedaan: “Er zijn behoorlijk wat studies die aangeven dat er een tweezijdige relatie bestaat tussen de slaap-waak cyclus en de ziekte van Alzheimer. De typische schade van deze ziekte ontwikkelt zich ook in de hersengebieden die waken en slapen controleren, waardoor de kwaliteit van beide processen achteruit gaat. Omgekeerd zorgen slaapproblemen ook voor een groter risico op Alzheimer, omdat de proteïnen Amyloïde en Tau toenemen die kenmerkend zijn voor deze ziekte. Personen van 50 of 60 jaar die minder dan 6 uur per nacht slapen ontwikkelen een verhoogde concentratie Amyloïde en Tau in de hersenen en andere epidemiologische studies wijzen ook op een verhoogd risico op Alzheimer bij een korte nachtrust. Een te lange nachtrust verhoogt echter ook het risico op cognitieve aftakeling.”

Voorkomen is beter dan genezen

Dementiepreventieonderzoekers schatten dat ongeveer 40 procent van alle dementie ontstaat door beïnvloedbare risicofactoren. Er zijn ook niet-beïnvloedbare risicofactoren, zoals je leeftijd en genetische risicofactoren.

Werkzame medicijnen om de ziekte van Alzheimer en andere vormen van dementie te stoppen zijn er helaas niet, hoewel wetenschappers steeds een stapje dichterbij komen. Daarom is preventie op dit moment zeer belangrijk.

Het goede nieuws is dat sinds de jaren ’90 het percentage mensen dat bij een bepaalde leeftijd dement is met 13 procent per decennium daalt. Dat is een toevallige ‘bijwerking’ van de preventie van hart- en vaatziekten, waarbij veel dezelfde risicofactoren een rol spelen.

Ondanks die daling zal het aantal mensen met dementie in België nog tot 2050 stijgen, is de verwachting. Dat komt omdat België vergrijst.

DRAAG UW ALZHEIMER SOKKEN OP 21 SEPTEMBER EN STUUR ONS EEN FOTO!

Op 21 september is het Wereld Alzheimer Dag. 1 op de 5 mensen krijgt Alzheimer of een andere vorm van dementie. Toch wordt er veel te weinig over gesproken. De Alzheimersokken met vergeet-me-nietjes symboliseren de dagelijkse strijd die mensen met Alzheimer of een andere vorm van dementie moeten leveren, maar ook dat we hen niet vergeten. Door het dragen van de Alzheimersokken steunt u ook zichtbaar de strijd tegen Alzheimer en maakt u Alzheimer bespreekbaar.

STUUR UW FOTO NAAR

info@stopalzheimer.be.

Aarzel niet om ons te vermelden in uw posts:
Facebook & LinkedIn:

Stichting Alzheimer Onderzoek

Draag uw Alzheimer sokken op 21 september, maak een foto, zet hem op Facebook en LinkedIN en roep ook mensen op om te storten op **stopalzheimer.be/doneer** ten bate van het Belgisch wetenschappelijke onderzoek naar Alzheimer en andere vormen van dementie.

Het team van de Stichting Alzheimer Onderzoek met de Alzheimersokken: Lucie, Joost en Soumaya

DOE MEE AAN DE CUPCAKE-ACTIE EN HELP ONS TE VECHTEN TEGEN ALZHEIMER

Stichting Alzheimer Onderzoek organiseert ook dit jaar weer haar traditionele cupcake-actie en rekent op u! In 2021 hebben we, dankzij de deelname van vele vrijwilligers, maar liefst 38.730,87 euro opgehaald met de cupcake-actie. In 2022 heeft dit bijgedragen tot de financiering van 18 wetenschappelijke onderzoeksprojecten voor een totaalbedrag van 3,8 miljoen euro.

Op deze manier zijn er grote resultaten geboekt in onze strijd tegen de ziekte van Alzheimer, en dit zou niet mogelijk zijn geweest zonder de inzet van de deelnemers aan de cupcake-actie! Deze actie is belangrijk voor Stichting Alzheimer Onderzoek en is nodig om in 2023 nog meer projecten te kunnen financieren. Daarom doen we deze warme oproep: Doe mee aan onze cupcake-actie* en help ons in de strijd tegen de ziekte van Alzheimer. Het is heel eenvoudig om aan deze actie deel te nemen:

Bak naar hartelust heerlijke gebakjes

Verkoop je creaties

Stort de opbrengst van uw verkoop
op de rekening **BE83 0017 5620 5915**
van Stichting Alzheimer Onderzoek met als melding:
"Cupcake actie 2022"

Deze actie loop van september tot eind december – dit om iedereen de kans te geven ze goed te kunnen inplannen en voorbereiden!

* Op verzoek van vele vrijwilligers, breiden we de cupcake-actie uit met een vrije keuze van pannenkoeken, wafels, koekjes, muffins...

ZONDAG 2 OKTOBER: BRUGSE POORTENWANDELING

t.b.v.
Stichting Alzheimer Onderzoek
STOPALZHEIMER.BE

Wanneer Zondag 2 oktober. Starten tussen 8 en 15 uur

Waar Nijverheidsstraat 112, 8310 Assebroek (Brugge)

Afstanden 10 of 14 km, naar keuze

Prijs € 4,50

Parking Voldoende parking is voorzien

Trek uw wandelschoenen maar aan!

Steun Stichting Alzheimer Onderzoek door uw tocht te laten sponsoren.

Laat uw Brugse Poortenwandeling sponsoren door familie en vrienden.

Zet een actie op door naar **www.stopalzheimer.be/brugsepoortenwandeling** te gaan. Als u meer dan € 200 sponsorgeld bij elkaar brengt, ontvangt u GRATIS het Keep Walking shirt! Ook teams kunnen een actiepagina opzetten.

Ga naar wwww.stopalzheimer.be en klik op "Acties" om uw sponsorpagina aan te maken.

Meer informatie:
www.stopalzheimer.be/brugsepoortenwandeling
info@stopalzheimer.be – tel. 02 424 02 04

BRUGSE METTEN WANDEL CLUB

Stichting Alzheimer Onderzoek STOPALZHEIMER.BE

nationale loterij MEER DAN SPELEN

VNZ Vlaams & Neutraal Ziekenfonds

WandelSport VLaanderen vzw

Stichting Alzheimer Onderzoek
STOPALZHEIMER.BE

Z1. Researchpark 310 • 1731 Zellik • 02 424 02 04

Alle giften aan Stichting Alzheimer Onderzoek zijn fiscaal aftrekbaar vanaf €40!

Ver. Uitg.: Joost Martens • Stichting Alzheimer Onderzoek • Z1. Researchpark 310 • 1731 Zellik
© SAO/FRA 2022. Alle rechten voor reproductie door eender welk procedé, op de vertaling en de adaptatie zijn voorbehouden in alle landen, behalve met uitdrukkelijke toestemming van de uitgever.

053-3_NEW/VL922