



Alzheimer Gesellschaft Würzburg Unterfranken e.V.

Protokoll des Sommertreffens am 5. Juli 2017 im Alzheimer Haus in Marktbreit

Vom Vorstand anwesend: Holger Höhn, Martin Lauer, Markus Schröter;
Christian Meyer-Spelbrink, Klaus Popp, Natalia Ehlerding,
Entschuldigt: Renate Steng, Nadine Lexa, Georg Sperrle,

Mitglieder: Charlotte Breyer (Ehrenmitglied), Gerda Mertig, Peter Rost
(Veranstaltungsarzt), Ursula Weber (HALMA e.V.), Uwe Zahn (Regional-
gruppe Miltenberg)

Entschuldigt: Katharina Brandl, Friederike Döring, Winfried Kistner, Peter
Motsch (Ehrenmitglied), Sabine Seipp

Gäste: Herr Breyer, Tyll Schönemann

Beginn: 18:15, Ende: 21:30

TAGESORDNUNG

TOP 1 Begrüssung

Herr Höhn begrüsst die Teilnehmer, insbesondere als Gäste die Herren Breyer und Schönemann. Krankheitsbedingt musste die stellvertretende Vorsitzende Frau Dr. Renate Steng leider absagen. Im Namen aller Teilnehmer wird Herr Höhn beste Genesungswünsche an Frau Steng übermitteln.

TOP 2 Dank- und Gedenk-Tafel für Frau Ulrike Maurer, langjährige Kuratorin des Alzheimer Hauses und Ehrenmitglied der AGWU

Die Alzheimer Gesellschaft Würzburg/ Unterfranken ist ihrem verstorbenen Ehrenmitglied Frau Ulrike Maurer als überaus engagierte Gestalterin und treusorgende Bewahrerin des Erbes von Alois Alzheimer zu grösstem Dank verpflichtet. Die Teilnehmer beauftragen Herrn Höhn zur Kontaktaufnahme mit Herrn Prof. Maurer hinsichtlich der Gestaltung

einer Dankes- und Gedenktafel, die im Alzheimer Haus zur Würdigung der Verdienste von Frau Ulrike Maurer angebracht werden sollte.

**TOP3 Schwerpunktthema: Ent-Dämonisierung der Alzheimer Erkrankung
Impulsreferat: PD Dr. med. Martin Lauer**

Im Bewusstsein der Öffentlichkeit dominieren Krebs und Demenz als die meist gefürchteten Erkrankungen des höheren Lebensalters. Nach mehreren Umfragen (z.B. DAK) hat bereits jeder 2. Angst vor einer Demenzerkrankung. Dabei wird nach Auffassung von Herrn Lauer oft übersehen, dass die Demenz ganz überwiegend ein Problem des hohen Alters ist, welches man nur erreicht, wenn man von den häufigen und oft mit grossem Verlust an Lebensqualität verbundenen Alterskrankheiten wie z.B. Herz-Kreislaufferkrankungen, Diabetes, entzündliche Gelenk- und Bindegewebserkrankungen, sowie Krebs verschont geblieben bzw. geheilt worden ist. Die Demenz ist also ein Problem, welches uns nicht mitten aus dem Leben reisst, sondern in der Regel erst dann auftritt, wenn wir schon ein langes, produktives (und gesundes) Leben hinter uns gebracht haben.

Nach Herrn Lauer sind weniger als 2% der Bevölkerung unter dem Alter von 65 Jahren von einer Demenz betroffen (dabei handelt es sich insbesondere um die frontotemporale Demenz sowie um familiäre Frühformen der Alzheimer Erkrankung). Das Alter per se ist daher der grösste einzelne Risikofaktor für eine Demenz. Insbesondere auf Grund ihrer höheren Lebenserwartung sind Frauen etwas häufiger betroffen als Männer.

Anders als in der Öffentlichkeit wahrgenommen beläuft sich das kumulative (d.h. lebenslange) Demenzrisiko lt. Herrn Lauer bei den über 65 Jährigen auf lediglich 8 % (Männer) bis 10% (Frauen). Tatsächlich wird also im Alter von über 65 Jahren nur jeder 13. Mann sowie jede 10. Frau jemals von einer Demenz betroffen sein.

Herr Lauer verdeutlichte diese Zahlen mit einer anschaulichen Grafik aus der hervorgeht, dass von 100 Männern im Alter von 85 Jahren bereits 66 gestorben sind. Von den noch lebenden 34 Männern sind 8 von einer Demenz betroffen, also lediglich 8% der ursprünglichen Ausgangszahl von 100 Männern. Selbst im Alter von 85 Jahren haben Männer einer Alterskohorte demnach eine 80% Chance, **nicht** von einer Demenz betroffen zu sein. Die entsprechenden Daten für Frauen sind noch in Bearbeitung.

Nach Angaben der Deutschen Alzheimergesellschaft aus dem Jahr 2014 liegt die Zahl der Neuerkrankungen einer Demenz im Alter von 75 Jahren bundesweit bei knapp 40.000, im Alter von 80-85 Jahren steigt die Zahl der Neuerkrankungen bundesweit auf ca. 70.000. Im Zuge des demografischen Wandels kommt es seit Mitte des 20. Jahrhunderts zu einem deutlichen Gewinn an Lebensjahren. Dieser Trend führt nach Herrn Lauer sogar zu einer weiteren Verschiebung des individuellen Demenzrisikos ins höhere Lebensalter mit dem Gewinn von zusätzlichen demenzfreien Jahren.

Die Frage von Herrn Zahn hinsichtlich „Kinderdemenz“ beantwortet Herr Lauer mit dem Hinweis auf unterschiedliche, insgesamt aber sehr seltene angeborene (z.B. Adrenoleukodystrophie, Mitochondriopathie) der erworbene (z.B. Meningoencephalitis) kindliche Hirnschädigungen.

Abschliessend weist Herr Lauer darauf hin, welche Bedeutung Umweltfaktoren und Lebensstil für gesundes Altwerden haben. Allein nicht zu Rauchen bringt Frauen einen durchschnittlichen Lebensgewinn von 6 und Männern von 10 Jahren. Zahlreiche Studien weisen darauf hin, dass Bewegungsmangel, Depression, Alkoholmissbrauch, erhöhter Blutdruck, Diabetes, Übergewicht im mittleren Lebensalter das spätere Demenzrisiko erhöhen.

Allerdings widersprechen die Ergebnisse einer von Herrn Lauer zitierten und illustrierten britischen Langzeitstudie im Lebensalter 30-60 (Sabia et al, British Medical Journal, June 22, 2017) dem bisher angenommenen protektiven Effekt von Bewegung und Sport, was das spätere Demenzrisiko betrifft. Die Autoren stellten fest, dass Bewegung und Sport im Zeitraum von 28 bis 10 Jahren vor der klinischen Manifestation einer Demenzerkrankung keinen Einfluss auf das spätere Demenzrisiko hatte. Hingegen waren später Betroffene ab einem Zeitraum von 9 Jahren vor Manifestation der Demenz körperlich weniger aktiv. Die Autoren gehen davon aus, dass die festgestellte Verminderung von körperlicher Aktivität bei den in der Folge von Demenz Betroffenen vermutlich nicht nur nicht willentlich erfolgt ist. Insofern könnte die beobachtete Verminderung körperlicher Aktivität eine bisher übersehene präklinische Manifestation der später eintretenden Demenz sein.

Herr Lauer weist darauf hin, dass andere Interpretationen der britischen Studie möglich sind. So könnte die Verminderung körperlicher Aktivität auch Folge von Depressionen, Hirninfarkten, Arthrose und anderen alterskorrelierten körperlichen Einschränkungen sein. Nach seiner Auffassung sind weitere Langzeitstudien mit noch grösseren und besser kontrollierten Kollektiven erforderlich, um die Frage nach dem kausalen

Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und späteren Demenzrisiko endgültig zu klären.

TOP 4 Öffentlichkeitsarbeit der AGWU: Empfehlungen von Experten

Unter Bezug auf die von Herrn Lauer vorgestellten Daten eines tatsächlich geringeren (als von der Öffentlichkeit bisher wahrgenommenen) Demenzrisikos bestätigte die langjährige Redakteurin und Autorin Charlotte Breyer eine in der Vergangenheit z.T. „drastische“ Berichterstattung über das Thema Demenz, welche dazu beigetragen hätte, in der Bevölkerung ein Bewußtsein für die Alzheimer Demenz zu entwickeln und zu verankern. Nach Frau Breyer sei es nun das Gebot der Stunde, aufgrund der Daten von Herrn Lauer die jeweiligen individuellen Demenzrisiken zu de-dramatisieren. Hierzu sei es vor allem erforderlich, die entsprechenden Statistiken in verständliche Sprache umzusetzen.

Auch Herr Popp sieht in der durch die Medien verbreiteten Demenzangst einen wesentlichen Faktor der öffentlichen Meinungsbildung. Er plädiert für einen medienmäßig neuen, weniger Furcht-erregenden Ansatz, der den aktuellen Risikozahlen Rechnung trägt.

Als langjährig erfahrener Journalist weist Tyll Schönemann darauf hin, dass „sensationsträchtige“ Berichterstattung im Mediengeschäft aus Konkurrenzgründen unvermeidlich ist. Er stellt die Frage, wie sich die öffentliche Aufmerksamkeit für Themen gewinnen lässt, die nicht dem üblichen Schema der Schwarz-Weiss Malerei unterliegen, sondern über die in differenzierter Weise berichtet werden sollte. Aktivitäten seien hierfür wichtig, da Berichterstattung über Aktivitäten (z.B. Veranstaltungen der Alzheimer Gesellschaft) quasi automatisch ein gewisses Maß an Objektivität beinhalten würden. Die Journalisten seien jedoch darauf angewiesen, von den jeweiligen Akteuren rechtzeitig informiert zu werden und gut vorbereitete Unterlagen zur Verfügung gestellt zu bekommen. Nur qualitätvolle Unterlagen ermöglichen Journalisten auch eine qualitätvolle Berichterstattung.

Herr Meyer-Spelbrink plädierte für eine verbesserte Information und Aufklärung insbesondere für die Angehörigen von Demenzerkrankten. Für die Angehörigen sei die Erkrankung in vieler Hinsicht schlimmer als für die Betroffenen, hier gelte es also besonders, übertrieben Ängste abzubauen.

Frau Ehlerding sieht in der gesellschaftlichen Ausgrenzung von Menschen mit Demenz ein ungelöstes Problem, das aufgrund des demographischen Wandels noch zunehmen wird. Menschen mit Demenz, aber auch deren Angehörige würden zunehmend an den Rand der Gesellschaft, auf das sprichwörtliche „Abstellgleis“, in die soziale Isolation, gedrängt. Bedauerlicherweise bewege sich die gegenwärtige gesellschaftliche Tendenz stillschweigend mehr in Richtung Trennung von gesund und krank als in Richtung von Inklusion.

In diesem Sinne bestätigt auch Herr Zahn die seelische Belastung und gesellschaftliche Ausgrenzung der Angehörigen von Demenzkranken. Die ganze Familie sei dadurch belastet und in ihrer Gesamtheit isoliert. Als eines der bisher wenigen Beispiele für eine gelungene Inklusion von Menschen mit Demenz erwähnte Herr Zahn die gemeinsamen Tanzschulen/Tanzkreise, wie sie z.B. in Aschaffenburg erfolgreich etabliert wurden.

TOP5 Woche der Demenz 2017 mit Weltalzheimertag und 4. Würzburger Demenztagen

Herr Lauer berichtet über die neue, aus seiner Sicht evtl. jedoch auch problematische Form des Würzburger Demenztages. Die Veranstaltung der Uni-Klinik in Verbund mit HALMA e.V. wird sich in diesem Jahr örtlich getrennt über 2 Tage erstrecken und teilweise mit parallelen Veranstaltungen an verschiedenen Orten (VCC, Klinik, Marktplatz) am 22. und 23.9.2017 durchgeführt. Näheres ist aus dem entsprechenden Flyer zu entnehmen (siehe **Anlagen 1 und 2**).

Frau Ehlerding weist darauf hin, dass die bereits im Vorjahr im Kulturspeicher gezeigte Ausstellung von künstlerischen Arbeiten, die von Menschen mit Demenz angefertigt wurden, im Rahmen der bundesweiten Woche der Demenz ab 18. September im Foyer des Zentrums für seelische Gesundheit am Margarete Höppel Platz zu sehen sein wird.

Am Weltalzheimertag (Donnerstag, 21. September) wird Frau Cornelia Boese um 18:00 im Rudolf-Alexander Schröder Haus (Wilhelm Schwinn Platz 3, bei der Stephanskirche) eine öffentliche Lesung aus ihren gereimten Grimm´s Märchen veranstalten. Im Anschluss an die Lesung wird PD Dr. Martin Lauer auf aktuelle Entwicklungen im Bereich der Demenzforschung eingehen und entsprechende Fragen beantworten (vgl. **Anlage 3**).

TOP6 Diesjähriges Benefizkonzert und Herbstkonzert der AGWU

Frau Ehlerding berichtet über das Benefizkonzert, welches am 8. Mai 2017 im vollbesetzten Toskanasaal der Residenz von 8 Mitgliedern des

Ensembles con brio offeriert wurde. Leider wurde die Bitte der AGWU um eine Reduktion der Saalmiete von Seiten der Universität nicht entsprochen, so dass die hohen Unkosten (ca. 780 Euro für Saalmiete, Plakate und Programmflyer) das Nettoergebnis zu Gunsten des Herbstkonzertes der AGWU auf ca. 800 Euro begrenzen. – Wie in den vergangenen zwei Jahren wird das 3. Herbstkonzert der AGWU am Samstag den 14. Oktober 2017 wiederum im Kammermusiksaal der Hochschule für Musik am Residenzplatz stattfinden. Eine Reihe weiterer Kulturangebote für Menschen mit Demenz während der 2. Jahreshälfte 2017 finden sich im Flyer von HALMA e.V. (vgl. **Anlage 4**)

TOP7 Verschiedenes

Als langjähriger Leiter der DJK Herzsportgruppe hatte das AGWU-Mitglied Dr. Peter Rost im vergangenen Jahr die Etablierung einer entsprechenden Sportgruppe für Menschen mit Demenz angeregt. Inzwischen wurde diese Anregung von der DJK-Spitze aufgenommen und erste Kontakte mit HALMA e.V. und AGWU geknüpft. Im Rahmen des Projektes „Sport trotz(t) Demenz“ der bayerischen Alzheimergesellschaft werden derzeit die Voraussetzungen für die Umsetzung des Projektes in Würzburg geschaffen. Von Seiten der DJK ist geplant, die erste Sport- und Spielgruppe speziell für Menschen mit Demenz und ihre Begleiter im Oktober dieses Jahres beginnen zu lassen (Vgl. **Anlage 5**).

Frau Ehlerding berichtet über Absicht und Anliegen des Malteser Hilfsdienstes, ehrenamtliche Helfer für Menschen mit Demenz zu finden, welche Betroffene speziell bei Krankenhausaufenthalten begleiten. Entsprechende Schulungen sollen ab September durch die Malteser angeboten werden.

Abschliessend dankt Herr Höhn allen Teilnehmern für ihr Interesse und ihre Diskussionsbeiträge, besonders herzlich auch Frau Gerda Mertig für die köstliche (und gesunde!) Bewirtung im Alzheimer Haus. Statt Blumenstrauß überreicht Herr Höhn Frau Mertig das kürzlich erschienene und aus seiner Sicht sehr empfehlenswerte Buch von Erica Bänziger, Volker Schmiedel und Michael Nehls mit dem Titel: „Demenz vorbeugen, mediterran essen“ (vgl. Buchbesprechung in **Anlage 6**)

Würzburg, am 26. August 2017

gez. Christian Meyer-Spelbrink, Holger Höhn