

Prävention demenzieller Erkrankungen

Internationale Kampagne anlässlich des Weltalzheimertages 2018

In unseren Schulungen, Fortbildungen, Informationsveranstaltungen und individuellen Gesprächen zum Thema Demenz, wird immer auch die Frage gestellt, was man selbst tun kann, um einer demenziellen Erkrankung vorzubeugen und das Risiko einer Erkrankung zu verringern. In den vergangenen zwei Jahren sind genau zu diesem Thema wegweisende Studienergebnisse veröffentlicht worden, die konkrete und evidenzbasierte Empfehlungen hierzu ermöglichen – z.B. in Bezug auf Ernährung in Verbindung mit körperlicher, geistiger und sozialer Aktivität. Die Expertenkommission der medizinischen Fachzeitschrift „The Lancet“ geht zudem davon aus, dass sich weltweit ein Drittel der Demenzerkrankungen durch eine Veränderung der individuellen Lebensweisen und -risiken vermeiden lassen.

Eine große Herausforderung ist nach wie vor, Menschen auf diese Möglichkeiten aufmerksam zu machen und Sie positiv dazu zu motivieren, die Ansätze zur Demenzprävention umzusetzen. Hierfür brauchen wir Ihre Unterstützung.

Im Verbund mit unseren europäischen Partnern in Belgien (www.dementie.be), den Niederlanden (www.alzheimercentrumlimburg.nl), Norwegen (www.aldringoghelse.no) und Luxemburg (www.croix-rouge.lu) haben wir die Studienergebnisse zur Demenzprävention in niedrighschwelliger Form aufbereitet und auf einer gemeinsamen Internetseite zusammengefasst. In allen Ländern sammeln wir zurzeit Testimonials von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, die in ein bis zwei persönlichen Sätzen ausdrücken, was Sie für sich selbst und ihre Gesundheit tun: z.B. laufen oder radfahren, soziale Aktivität und gemeinsames lachen durch ein Ehrenamt, gemeinsame Reisen oder (“bewusstes”) Kochen mit Freunden und Familie. Diese Testimonials sollen auf unserer Internetseite und in gedruckter Form veröffentlicht werden.

Durch eine konzertierte Öffentlichkeitsarbeit zum Weltalzheimertag am 21. September 2018 wollen wir auf die Möglichkeiten der Demenzprävention aufmerksam machen. Hierzu werden an öffentlichen Orten in Europa

“Impfstoffschachteln” verteilt, die natürlich kein Medikament enthalten, sondern 10 einfache Tipps zur persönlichen Demenzprävention. Der “Beipackzettel” enthält wesentliche Basisinformationen zu demenziellen Erkrankungen und Präventionsmöglichkeiten (z.B.: Welche Altersgruppen sind betroffen? Welche Möglichkeiten gibt es? Wie groß ist die Wahrscheinlichkeit einer Demenzprävention? An wen kann ich mich wenden? Wo finde ich weitere Informationen?) und die hier gesammelten Testimonials.

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Inhalte der Impfstoffschachteln, die Testimonials zur Kampagne und weiterführende Informationen.

[Handlungsfelder](#)

[Testimonials](#)

[Wissenschaftliche Erkenntnisse](#)

Download des Beipackzettels: [PDF-Datei](#)

Download des Tablettenstreifens: [PDF-Datei](#)