

# Perspektiven

Schwerpunkt «Glücklich sein»



## In dieser Ausgabe:

**3** Was braucht ein Mensch, um trotz Demenz glücklich zu sein? Ist Aktivierung, die ja oft von Angehörigen gefordert wird, das richtige Rezept? Oder braucht er einfach Ruhe?

**4** MitarbeiterInnen der Sonnweid verraten, was sie und die BewohnerInnen brauchen zum Glücklichsein.

**5** Bei den meisten Menschen erkennt man schnell, ob sie glücklich sind. Bei Menschen mit Demenz, die sich nicht mehr ausdrücken können, ist das schwieriger. Hilft da eine neuartige Messmethode weiter?

**7** Zwei Frauen schreiben über ihre Mütter, die an Alzheimer erkranken. Die eine kümmert sich liebevoll um ihre Mutter, die andere will nach einer Kindheit ohne Liebe nichts mehr mit ihr zu tun haben.

**8** Peter Stamm, Urs Faes, Judith Kuckart und andere prominente Autoren weilten in den vergangenen Wochen in der Sonnweid. Im Herbst 2006 sollen ihre Texte zum Thema Demenz erscheinen.

## Glücklich ist, wer vergisst

Liebe Leserin, lieber Leser

Wir sind schon mitten im Thema, wenn wir dieses Sprichwort lesen. Und die Fortsetzung des Satzes obliegt uns ganz allein. Glücklich ist, wer vergisst, dass es Montag ist, dass er ohne Arbeit ist, dass er unglücklich ist, dass es Alzheimer ist.

Sind wir bei der Pflege und Betreuung von Menschen mit Demenz dafür «zuständig», dass unsere BewohnerInnen glücklich sind? Oder soll im Vordergrund stehen, Momente des Unglücklichseins zu reduzieren?

Was letztendlich dazu beiträgt, dass Menschen (mit Demenz) Gefühle von Glück erleben können, ist immer abhängig von den Menschen selbst. Die Betrachtung von anderen Menschen und deren Gemütszustand erscheint uns oft als Spiegel unserer eigenen Wunsch- bzw. Angstvorstellungen. So kann sichtbares Glück des anderen Neid in uns auslösen, weil der andere etwas erreicht hat, wonach wir streben.

«Arm, aber glücklich», ist die dazu passende Beurteilung, die das in den Vordergrund stellt, was wir sehen, ohne zu bedenken, dass der Kontext ausgeblendet wird. «Reich, aber unglücklich», verwenden wir weniger. Dies würde ja uns ins Zentrum rücken, unsere Unfähigkeit, das Glück wahrzunehmen und behutsam damit umzugehen.

«Glücklich ist, wer vergisst», trifft für Menschen mit Demenz eben nicht zu. Glücklich ist, wer von Menschen begleitet ist, die ihn als Menschen annehmen. Mit allem, was das Menschsein ausmacht.

In der Sonnweid nehmen wir Menschen an und versuchen, dieses Gefühl des Angenommenseins erlebbar zu machen. Dann kann vielleicht für einen Augenblick auch Glück einkehren.



Eine anregende Lektüre wünscht  
Michael Schmieder,  
Leiter Sonnweid

AUSBILDEN



### Geteilter Ärger ist halber Ärger

Von Andrea Mühlegg-Weibel

Bei einer Praxisbegleitung begegnete ich kürzlich einer sehr aufgeregten Bewohnerin. «Sie haben meine Schlüssel gestohlen!», beschuldigte sie eine Betreuerin.

In solchen Situationen sind weder Vertrösten noch Ablenken angebracht. Zusammen mit der Betreuerin begleitete ich die Bewohnerin auf ihr Zimmer. Wir bestätigten ihren Ärger, worauf sie traurig erwiderte, dass sie sich hier nicht wohl fühle, da sie niemandem trauen könne. Das echte Verständnis der Betreuerin lässt den Schmerz abklingen, reduziert Ängste und schafft Vertrauen. Dieses Teilen von Empfindungen ist auch für die Betreuerin wohltuend.

Schliesslich setzten wir uns zusammen auf ein Sofa. Die Bewohnerin hatte sich entspannt und sagte zur Betreuerin (die sie kurz zuvor beschuldigt hatte): «Heute Abend hat eine ganz böse über dich gesprochen. Aber ich habe dich verteidigt! Auf dich lasse ich nichts kommen!»

Schon C. G. Jung hatte geschrieben: «Gefühle, die ernst genommen und geteilt werden, verlieren an Intensität. Schmerzliche Gefühle, die ignoriert werden, werden stärker.»

Andrea Mühlegg-Weibel ist Leiterin von Sonnweid Campus.

## Die Sicht der Jüngsten

**Glücklich sein trotz Alzheimer ist wohl eher eine schwierige Vorstellung. Wie aber sehen das die jüngsten Mitarbeitenden? Perspektiven befragte dazu die Auszubildenden der Sonnweid.**

Von Gerd Kehrein

In einem gesellschaftlichen Umfeld, das grossen Wert auf Autonomie, Selbstbestimmung und Individualität legt, fällt es schwer sich vorzustellen, dass Menschen mit einer demenziellen Erkrankung überhaupt glücklich sein können. Ist dem aber wirklich so? Kann nicht auch die Demenz noch Glück empfinden zulassen oder sogar erst ermöglichen? Wir haben zu dieser Frage einmal diejenigen um ihre Meinung gebeten, welche eigentlich am stärksten von den aktuellen gesellschaftlichen Werten geprägt sein müssten – die Lernenden.

### Intaktes und verständnisvolles Umfeld

Als wichtige Voraussetzung, um heute glücklich zu sein, erachten die Lernenden ein intaktes Umfeld mit Menschen, welche ihnen Verständnis, Akzeptanz und ein Gefühl der Geborgenheit vermitteln. Darüber hinaus werden auch Selbständigkeit, finanzielle Unabhängigkeit und das Fehlen von Leid als wichtig bezeichnet.

Auf die Frage, unter welchen Voraussetzungen im Alter wohl noch Glück zu empfinden ist, antworteten die Lernenden sehr differenziert. Aus ihrer Sicht «kann man das nicht verallgemeinern», und es geht «ihnen wahrscheinlich wie uns, manchmal sind wir glücklich und dann wieder traurig». Es wird auch durchaus als «schwierig» erachtet, mit einer

Demenz «glücklich» zu sein, wenn «sie aber in ihrer eigenen Welt sein dürfen und so genommen werden, wie sie sind», sei es doch noch gut vorstellbar. «Es ist situationsabhängig, und es liegt an uns, die Situationen mitzugestalten.»

### Einflussnahme auf Wohlbefinden ist möglich

Die Lernenden, welche sehr direkt mit Demenzbetroffenen in Kontakt kommen und schon viele Einzelsituationen erlebt haben, können es sich vorstellen, trotz Demenz glücklich zu sein. Ihre Ansichten, welche hier leider nicht alle wiedergegeben werden können, ergeben gesamthaft ein differenziertes Bild des möglichen Befindens demenzkranker Menschen. Klar wird dabei, dass wir einen entscheidenden Einfluss auf das Wohlbefinden und das Glücklichsein von Menschen mit Demenz nehmen können, indem wir Folgendes anstreben:

- Wir vermitteln ein Gefühl der Geborgenheit, der Akzeptanz und des Verstehens.
- Wir gewähren den BewohnerInnen Zeit, lassen sie möglichst selbst handeln und entscheiden und setzen sie nicht unter Druck.
- Wir reduzieren das Empfinden von Leid und Schmerz.
- Wir geben Gelegenheiten für Ruhe und Aktivität.
- Wir «erlauben» den Betroffenen, in ihrer eigenen Welt zu leben und das zu tun, was sie für richtig und wichtig erachten.

Gerd Kehrein leitet die interne Ausbildung in der Sonnweid.

BETREUEN

## Zwischen Aktivieren und Beruhigen

**Tanzen oder dösen? Wanderung oder Entspannungsbad? Solche Fragen stellen sich täglich bei der Betreuung von Menschen mit Demenz. Die Antworten sind so unterschiedlich wie die Charaktere der BewohnerInnen.**

Von Martin Mühlegg

Für Neurologen ist Glück ein Zustand der Entspannung. Umgekehrt ist Anspannung gleichbedeutend mit Unglück. Glück lässt sich also einfach herstellen, indem wir ein Ambiente schaffen mit esoterischen Bildern, bequemen Sofas und einer passenden Musik- und Duftberieselung.

### Nicht sitzen lassen

Von einer Institution wie der Sonnweid hingegen erwartet man viel Aktivierung. «Man kann sie doch nicht den ganzen Tag einfach nur da sitzen lassen», sagen viele Angehörige und nennen als wichtigstes Qualitätsmerkmal, dass «die so viel machen» mit den BewohnerInnen. «Menschen fühlen sich wohl, wenn sie angenommen sind», sagt der Sonnweid-Leiter Michael Schmie-



Was dem einen recht ist, ist dem anderen billig:  
Nicht alle Menschen mit Demenz wollen aktiviert sein.

der. Angenommen sein bedeutet für ihn auch, dass Menschen mit Demenz respektiert werden – mit all ihren individuellen Wünschen und Bedürfnissen.

### Gemütszustand einschätzen

Weil Menschen nun mal verschieden sind, propagiert die Sonnweid, «für jeden Bewohner sein eigenes Betreuungsmodell» zu schaffen. In diesem Sinne werden Aktivierungs-

programme in der Sonnweid nur mit jenen Menschen durchgeführt, die diese auch wollen. Die Beobachtung und das Verstehen der nonverbalen Sprache spielen in diesem Zusammenhang eine wichtige Rolle. Die Betreuenden müssen also in der Lage sein, den Gemütszustand der BewohnerInnen richtig einzuschätzen. Auf diesem Weg können sie herausfinden, ob Bewohner A lieber wandern oder baden will.

### Wichtige Rückmeldungen zur Betreuungsarbeit

*mm.* Menschen mit Demenz können weder Fragebogen ausfüllen noch adäquate Antworten geben beim Zufriedenheitstest. Trotzdem brauchen Institutionen wie die Sonnweid Rückmeldungen zur Qualität der geleisteten Betreuungsarbeit.

Der inzwischen verstorbene englische Forscher Tom Kitwood ent-

wickelte in den 90er-Jahren das Dementia Care Mapping (DCM). Speziell geschulte DCM-Evaluatoren beobachten dabei BewohnerInnen und untersuchen ihr Handeln und Befinden. Die gewonnenen Erkenntnisse verdichten sie zu qualitativen Aussagen und geben so dem Personal und der Institution eine Rückmeldung zur geleisteten Arbeit.

Spätere Beobachtungen und Vergleiche zeigen Qualitätsentwicklungen auf.

Auf dem Gebiet des DCM arbeitet die Sonnweid mit Curaviva (Verband Heime und Institutionen) und dem Tertianum (Gerontologie) zusammen und betreibt mit ihnen einen Informations- und Erfahrungsaustausch.

BETREUEN

# Unsere MitarbeiterInnen zu Lebensqualität, Lust und Normen



Menschen mit Demenz kennen keine Normen mehr. Dadurch können sie so sein, wie sie sind. Bei fortschreitender Demenz ist das Vergessen ein positiver Aspekt, weil sie vergessen, dass sie krank sind.

Carla Schwyter (55)  
Pflegehilfe



Die Frage nach den positiven Seiten einer Demenz scheint sarkastisch. Trotzdem lohnt es sich, diese Frage zu stellen. In der Sonnweid erlebe ich nämlich eine menschliche Komponente, die eine neue Form von Lebensqualität in sich birgt.

Ruth Minder (49)  
Leiterin Aktivent



Ich bin glücklich, wenn ich mich verstanden fühle und machen kann, worauf ich Lust habe. Wenn ich an einer Demenz erkranken würde, müsste ich nicht mehr alles abwägen. Dann wäre ich frei und könnte mein Leben leben.

Jakob Hatt (36)  
Pflegeassistent



Das Leben eines Bewohners ist zu einem einzigen langen Moment geworden. In der Sonnweid hoffen wir alle, dass es uns gelingen möge, diesen langen Moment mit einem Quäntchen Glück zu verschönern.

Mary-Rose Kramer (53)  
Dipl. Pflegefachfrau



Glück ist ein Moment, in dem man weder nach vorne noch nach hinten blickt – man ist im Augenblick. An der Körpersprache erkenne ich, wenn sich ein Bewohner wohl oder unwohl fühlt. Das Positive an einer Demenzerkrankung ist, dass man alles Schlechte vergisst.

Gorm Oltmann (58)  
Dipl. Pflegefachmann



Glück bedeutet für jeden Menschen etwas anderes. Die einen sind glücklich, wenn sie etwas zu essen haben, die anderen, wenn sie sich ein neues Auto leisten. Menschen mit Demenz brauchen Zuwendung. Und sie brauchen eine Umgebung, in der es keine Regeln gibt.

Sandra Breitenmoser (24)  
Dipl. Pflegefachfrau



MEDIZIN UND PSYCHOLOGIE

## Eine Skala fürs Glück

**Es ist nicht einfach herauszufinden, wie sich ein Mensch mit Demenz fühlt. Verschiedene Forscher wollen nun menschliche Emotionen messbar machen.**

Von Monika Kirsten-Krüger

Die Beobachtung von Menschen mit Demenz mit Hilfe der mimischen Ausdrucksanalyse (Facial Action Coding System) ist ein methodisch sehr anspruchsvolles Verfahren. Es gründet auf einer hoch differenzierten Analyse der Mimik. Die Auswertung erfolgt aufgrund des Urteils von Fachleuten und Angehörigen, die die betreffenden Patienten bereits seit mehreren Jahren kennen.

### Hirnaktivität gibt Rückmeldung

Eine vom deutschen Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderte Studie beschäftigt sich mit der Frage, inwieweit durch die wiederholte Herstellung von Situationen, die ein Mensch mit Demenz positiv erlebt, langfristig dessen emotionale Befindlichkeit positiv be-

einflusst werden kann. Weitere Studien mit Musik als Element für emotionale Kontakte sind in Zürich vorgesehen. Dabei soll die Hirnaktivität (z.B. mittels Elektroenzephalographie – EEG) im Zusammenhang mit akustischen Reizen untersucht werden. Ausserdem vergleichen die Forscher die Informationsverarbeitung des Gehirns von Gesunden mit jener von psychisch Kranken.

In Kombination mit den bildgebenden Verfahren (Computer-

Tomographie und Magnetresonanztomographie) sind die Grundvoraussetzungen für eine gute Diagnostik gegeben. Über die Lokalisation der Emotionen im Gehirn hingegen haben wir noch keine so klaren Aussagen, es ist aber mit Sicherheit eine weitere Forschung mit Hilfe dieser Verfahren wichtig.

Dr. med. Monika Kirsten-Krüger ist psychiatrische Konsiliarärztin in der Sonnweid.

Eine ausführliche Version dieses Artikels finden Sie auf [www.sonnweid.ch](http://www.sonnweid.ch).



Noch wissen wir nicht genau, wo Glück im Gehirn lokalisiert ist.

## Widerstandsfähigkeit ist lernbar

**«Resilienz» bedeutet Widerstandsfähigkeit gegenüber Schicksalsschlägen. Informationen zu diesem Thema und ein Interview mit der Theologin Gina Schibler gibts auf [www.sonnweid.ch](http://www.sonnweid.ch).**

*mm.* Forscher haben nachgewiesen, dass religiöse Menschen besser umgehen können mit dem Schicksal als Atheisten. «Religiöse Menschen erleben die Welt und ihr eigenes Schicksal nicht einfach als unge-

recht, sondern erleben sich als Mitwirken am Sinn», sagt die Theologin Gina Schibler. Als Seelsorgerin, die oft konfrontiert wird mit dem Schicksal Demenz, beschränkt sich ihre Arbeit aber nicht auf das Zitieren von tröstenden Bibelzitat.

### Sieben Säulen

So erwähnt sie auf Anfrage von *Perspektiven* die sieben Säulen der Widerstandsfähigkeit, von denen vier im Zusammenhang mit Demenz

besonders hilfreich seien: Netzwerk stärken, Akzeptanz stärken, verstärktes Wahrnehmen der Emotionen und Zukunftsplanung.

In der Wissenschaft nennt man die Widerstandsfähigkeit gegenüber Schicksalsschlägen «Resilienz». Zu diesem Thema gibt es diverse Publikationen und Websites. Hinweise dazu finden Sie auf unserer Website unter «Demenz-Info». Auf der Website finden Sie auch ein ausführliches Interview mit Gina Schibler.

## RECHNUNGSWESEN

## Sonnweid wechselte von BESA zu RAI-NH

**Das BESA-System wurde im vergangenen Sommer abgelöst von RAI-NH (Resident Assessment Instrument – Nursing Home).**

*gk.* Nachdem die Entscheidung für diese Umstellung schon im Herbst 2004 getroffen worden war, konnte im Januar 2005 mit dem Einführungsprojekt begonnen werden. Dieses beinhaltete vor allem die Schulung des Personals – knapp 30 Mitarbeitende wurden zu MDS-KoordinatorInnen und weitere vier zu RAI-SupervisorInnen ausgebildet – und die administrative Vorbereitung. Weiterhin wurden alle BewohnerInnen nach dem neuen Verfahren erfasst. Somit war die Grundlage für einen reibungslosen Systemwechsel auf den 1. Juli 2005 gegeben.

#### **Erfassung braucht viel Zeit**

Das Fazit nach einigen Monaten RAI-Anwendung fällt nicht nur positiv aus. Dem Nutzen des Systems für die Qualitätsentwicklung steht ein



Der Betreuungs- und Pflegeaufwand wird neu durch RAI-NH ermittelt.

erheblicher Aufwand für die Erfassung und Auswertung gegenüber. Auch die differenziertere Einstufung der BewohnerInnen in Pflegeaufwandgruppen hat teilweise zu einer höheren Kostenbeteiligung für die Angehörigen geführt. Ferner wurde deutlich, dass institutionelle Rahmenbedingungen, welche für die Sonnweid mit einem gewissen Aufwand verbunden sind und den

Menschen mit Demenz zugute kommen, bei der Erfassung nicht angemessen berücksichtigt werden können.

Zum Abschluss des Einführungsprojektes wird sich die Sonnweid mit einem weiteren Aspekt des RAI beschäftigen: dem Bereich «Qualitätsindikatoren». Erst danach ist eine abschliessende Beurteilung des Systems gerechtfertigt.

## AUS- UND WEITERBILDUNG

## Internes Bildungskonzept bewährt sich

**Die Kompetenz der Mitarbeitenden ist entscheidend bei der Pflege- und Betreuungsqualität. Deshalb legte die Sonnweid schon immer grossen Wert auf die interne Fortbildung.**

*gk.* Zur Optimierung der bisherigen Bildungsaktivitäten wurde im Sommer 2004 das neue interne Bildungskonzept eingeführt. Dieses bildet die Grundlage aller internen Bildungsaktivitäten und definiert als Schwerpunkte die Bereiche Aktivierung,

Basale Stimulation, Ethik, Kinästhetik und Validation.

#### **Kompetenz auf jeder Abteilung**

Auf jeder Abteilung sollen künftig fünf Fachpersonen das Vorhandensein der nötigen Fachkompetenz gewährleisten. Die Ausbildung zur Fachperson umfasst den Besuch aller fünf Grundkurse und eines Aufbaukurses, inklusive Kompetenznachweis. Von den Fachpersonen wird ausserdem fortlaufende Aktualisierung ihres Wissens gefordert. Zudem absol-

vieren alle Mitarbeitenden auf den Abteilungen alle Grundkurse.

Die Erfüllung dieser Vorgaben bedingt grosses Engagement von allen Beteiligten. Dass dieses vorhanden ist, zeigt sich zum Beispiel daran, dass in den Jahren 2004 und 2005 jeweils weit über 500 interne Fortbildungstage besucht wurden. Die Mitarbeitenden des Bereichs Pflege und Betreuung absolvierten im Schnitt 2,9 Kurse. Im Jahr 2005 wurden zehn Kurse durchgeführt, für 2006 sind zwölf Kurse geplant.

## WISSENSCHAFT

## Universitätsklinik forscht in der Sonnweid

**Bereits wird das Medikament Reminyl erfolgreich bei leichten und mittleren Formen von Alzheimer eingesetzt. Nun wird überprüft, ob es auch bei schweren Formen wirksam ist.**

*mkk.* Dr. Monika Kirsten-Krüger von der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich und ihr Studienteam sind seit dem Frühjahr 2004 regelmässig in der Sonnweid anzutreffen. Das Team erforscht innerhalb der europaweit durchgeführten Studie «GAL-ALZ-302» die Wirksamkeit des Medikaments Reminyl (Galantamin). Dieses Medikament verzögert den Fortschritt einer Demenz für eine gewisse Zeit und wird bereits zur Behandlung von leichten bis mittelgradigen Formen der Alzheimer-Demenz eingesetzt. Die Studie soll nun überprüfen, ob das Medikament auch bei schweren Formen der Demenz wirksam ist.

Weil rund ein Viertel der Patienten sehr gut reagierte, wird der Versuch verlängert. Nebenwirkungen waren bei allen Teilnehmern eher selten und konnten durch Dosisanpassung behoben werden. Mit der Herstellerfirma Janssen-Cilag wurde ausgehandelt, dass für weitere sechs Monate eine Gabe von Reminyl auf Kosten der Firma erfolgen kann.

### Weitere Patienten sollen teilnehmen

Um die Studie im Juni 2006 erfolgreich abschliessen zu können, sollten noch weitere Patienten teilnehmen. Es wäre schön, wenn die Angehörigen der BewohnerInnen Interesse an der Forschung zeigen könnten. Monika Kirsten-Krüger steht als Studienleiterin jederzeit für ein persönliches Gespräch zur Verfügung. Sie ist über den Empfang der Sonnweid oder direkt unter 078 638 23 80 erreichbar.

### Demenz verstehen

*mm.* Sonnweid Campus bietet eine breite Palette von Kursen und Beratungen an. Einen Schwerpunkt im Programm 2006 bilden die Ethikkurse von Klaus Peter Rippe. Der Grundkurs vom 15. und 22. Juni vermittelt unter anderem Verfahren der ethischen Urteilsbildung.

Ebenfalls im Juni bietet Sonnweid Campus einen zweitägigen Kurs an zu den Grundlagen der Demenz sowie ein viertägiges Demenz-Symposium für die Praxis. Das ausführliche Programm von Sonnweid Campus kann von [www.sonnweid.ch](http://www.sonnweid.ch) heruntergeladen werden.



Vermitteln Wissen aus der Praxis: Andrea Mühlegg-Weibel und Michael Schmieder.

### Kulturtipps

#### Eine liebe Tochter ...

*mm.* Die Schriftstellerin Eleanor Cooney erhält beunruhigende Nachrichten von der Ostküste. Ihre Mutter mache komische Sachen, berichten Freunde, sie komme wohl nicht mehr alleine zurecht. Cooney holt ihre Mutter nach Nordkalifornien und sorgt dafür, dass sie nicht mehr an Martini und Wodka herankommt, die sie für die Ursache ihrer Verwirrtheit hält. Bald muss sie feststellen, dass ihre Mutter nie mehr die unternehmungslustige und humorvolle Frau sein wird, die sie einmal war. Seelische Abgründe tun sich auf, und die Tochter wird selber zur Alkoholikerin. «*Ich hörte dich so gerne lachen*» berichtet schonungslos über die Krankheit Alzheimer und ihre Folgen, enthält



aber trotzdem viel Humor und Liebe.

**Eleanor Cooney,**  
«*Ich hörte dich so gerne lachen*», Knauer Taschenbuch Verlag

#### ... und eine böse Tochter

*mm.* Während Eleanor Cooney alles tut für ihre heiss geliebte Mutter, geht Julie Hilden einen anderen Weg. Sie überlässt ihre Mutter dem Schicksal, als diese mit 48 Jahren an Alzheimer erkrankt. Geprägt von einer Jugend ohne Liebe und geplagt von einem schlechten Gewissen verstrickt sie sich in Affären und Lügen. Auf die Vermittlungsversuche ihrer Tante reagiert sie nicht. Im Laufe der Geschichte wird die Angst davor, das



gleiche Schicksal wie die Mutter zu erleiden, immer grösser.

**Julie Hilden,**  
«*Böse Tochter*», Edition Ebersbach



## LITERATUR

## Nachdenken über das Unvermögen zu denken

**Was entsteht, wenn sich professionelle Denker Gedanken machen zum «Nicht-mehr-denken-Können»? Die Antwort wird eine Textsammlung zum Thema Demenz geben, die von der Stiftung Sonnweid ermöglicht wurde.**

*mm.* Peter Stamm, Urs Faes, Judith Kuckart und andere Autoren recherchierten in den vergangenen Wochen in der Sonnweid. Die daraus entstehenden Texte sollen zum Welt-Alzheimerstag im kommenden Herbst in einer Anthologie zum Thema Demenz erscheinen.

Seit einiger Zeit hegte die Stiftung Sonnweid den Wunsch, die Krankheit Demenz von renommierten Autoren beleuchten zu lassen. 2004 knüpfte die Stiftung erste Kontakte zum Verlag Nagel & Kimche. In Zusammenarbeit mit dem Verlagsleiter Dirk Vaihinger und der Herausgeberin Klara Obermüller wurde ein Konzept erarbeitet. «Es wird Texte geben, die aus persönlicher Betroffenheit geschrieben sein werden. Es gibt aber auch solche, die eher distanziert erkunden, was es heissen könnte, an Alzheimer zu erkranken und demenz zu werden», sagt Klara Obermüller.



Herausgeberin Klara Obermüller: «Angst und Interesse liegen sehr nahe beisammen.»

## NACHRICHTEN

**Bewegung als Prophylaxe**

*mm.* Schon länger ist bekannt, dass Bewegung im Alter prophylaktisch gegen Alzheimer wirkt. Laut einem Bericht von RP Online haben nun spanische Wissenschaftler den Grund dafür gefunden. Im Versuch mit Mäusen zeigte sich, dass Bewegung die Konzentration von Megalin verdoppelt. Dieses Protein entfernt jene Plaque aus dem Gehirn, welche für Alzheimer verantwortlich ist.

**Massnahmen gegen «Unternehmens-Alzheimer»**

*mm.* Laut Simon Phipps, Manager beim Provider «Sun», lassen sich in einigen Jahrzehnten viele am Computer verfasste Dokumente nicht mehr öffnen. Phipps bezeichnet dieses Phänomen als «Unternehmens-Alzheimer» und will nun sicherstellen, dass auch sein Enkelkind noch alte Quelldokumente lesen kann, wenn es Geschichte studiert. Er fordert deshalb einen weltweit verbreiteten Standard. Bereits hat Microsoft erste Vorschläge gemacht, die aber Phipps noch nicht zufrieden stellen konnten.

*Frühlingsgeflüster* Orlando Eisenmann

## IMPRESSUM

*Perspektiven*  
Herausgeber: Sonnweid AG, Wetzikon  
Auflage: 11 500 Exemplare  
Erscheint zwei Mal jährlich  
Redaktion Michael Schmieder  
(michael.schmieder@sonnweid.ch),  
Martin Mühlegg  
(martin.muehlegg@bluewin.ch)  
Layout Art Direction Stacy Müller, Zürich

Redaktionelle MitarbeiterInnen  
Helene Grob (helene.grob@sonnweid.ch),  
Gerd Kehrein (gerd.kehrein@sonnweid.ch),  
Monika Kirsten-Krüger (kirsten@bli.unizh.ch),  
Andrea Mühlegg-Weibel (andrea.muehlegg@sonnweid.ch)  
Bildnachweis S. 1, 3, 5, 6, 7: Dominique Meienberg;  
S. 2: Katharina Wernli; S. 4: Sonnweid AG  
Kontakt Sonnweid, Redaktion *Perspektiven*,  
Bachtelstrasse 68, CH-8620 Wetzikon  
www.sonnweid.ch, perspektiven@sonnweid.ch  
Tel. +41 (0) 44 931 59 31, Fax +41 (0) 44 931 59 39