



INTERVIEW MIT HERRN LEHMANN, TEIL 2

Herr Lehmann, Sie durften nun während 12 Wochen an der «Brain-IT» Studie teilnehmen.

Wie haben Sie diese erlebt?

Ich hatte viel Freude an den verschiedenen Übungen und war mit Eifer dabei, denn ich konnte feststellen, dass sich meine Vitalität gesteigert und meine Reaktionsschnelligkeit verbessert hat.

Wie hat es sich gezeigt, dass sich Ihre Vitalität verbessert hat?

Ich kann die Fragen meiner Angehörigen wieder schneller und präziser beantworten. Auch habe ich wieder Spass an der Bewegung und fühle mich sicherer im Gang. Zur Kontrolle meiner Trainingsfortschritte habe ich sogar eine Excel-Liste angefertigt. Ich finde es wichtig, mich zu kontrollieren und die Fortschritte zu sehen. Das motiviert mich extrem.

Welches war Ihr Lieblingsspiel?

Das Geschicklichkeitsspiel mit den Bällen und den vier Kreisen. Dabei fliegen von allen Seiten rote Bälle ins

Bild. Jeweils oben und unten sowie rechts und links hat es eine Zielscheibe. Fliegt ein Ball in den unteren Kreis, muss ich mit dem linken oder rechten Bein einen Ausfallschritt nach hinten machen. Fliegt kurz darauf ein Ball in den linken Kreis, muss ich sofort einen Ausfallschritt nach links vornehmen, und so weiter. Die Bälle sind teilweise recht schnell, so dass ich manchmal ein «Gnusch» mit meinen Füßen hatte.

Wie oft haben Sie pro Woche trainiert?

Die Studie verlangt, dass das Training fünfmal pro Woche absolviert wird. Eine Trainingseinheit beträgt 21 Minuten. Also habe ich zu Beginn der Studie diese verlangten fünf Trainings absolviert. Bald hatte ich jedoch eine so grosse Freude an den Übungen, dass ich oft auch sieben Tage die Woche trainiert habe. Nach oben sind nämlich keine Grenzen gesetzt, man darf die Spiele so oft wiederholen, wie man möchte.

Im ersten Interview haben Sie uns von Ihrem Sturz erzählt und dass Sie sich seither beim Gehen unsicher



fühlten. Haben Sie nach diesen 12 Wochen Training diesbezüglich eine Veränderung festgestellt?

Das Gehen fällt mir nun wieder leichter. Oft spaziere ich nur noch mit einem Stock. Das Gleichgewicht hat sich mit Sicherheit verbessert. Klar sind die Hemmungen seit dem Sturz da, aber sie treten nun wieder in den Hintergrund.

Haben Sie sich während der Studie gut begleitet gefühlt?

Ich habe die Begleitung am Anfang sehr geschätzt. Schliesslich ist man noch unsicher, was die Technik angeht, und weiss noch nicht genau, wie die verschiedenen Spiele zu meistern sind. Ich war dann stolz, als ich das Training nach zwei Wochen immer öfters selbstständig absolvieren konnte.

Sie haben erzählt, dass es fast zwei Jahre gedauert hat, bis Sie sich für eine Teilnahme an dieser Studie entscheiden konnten. Wie sehen Sie das heute?

Ja, wenn ich dieses Training gekannt hätte, hätte ich natürlich bereits vor Jahren an dieser Studie teilgenommen, denn auch meine Schwindelanfälle treten kaum mehr auf. Ich habe ab und zu noch einen schwirrenden Kopf, vor allem dann, wenn ich ruhig stehen muss. Daher sind zur Sicherheit für die Atemübungen auch immer meine Gehstöcke in Griffweite.

Herr Manser (Studienleiter), würde sich für die Vitalität von Herrn Lehmann nicht auch eine Spielkonsole wie eine Wii eignen?

Die Wii ist ebenfalls eine Form von «Exergaming» und somit eine Art von kognitiv-motorischem Training. Allerdings dient es in erster Linie der Unterhaltung und ist nicht speziell unter Berücksichtigung wissenschaft-

licher Evidenz zielgerichtet für die Therapie bestimmter Patientengruppen vorgesehen. Genau das ist eine zentrale Einschränkung dieser kommerziell erhältlichen Exergames, weshalb in bisherigen Studien auch nur geringe Effekte bei Personen mit kognitiven Beeinträchtigungen gemessen wurden. Es ist aber sicherlich besser als gar nichts zu unternehmen und kann Personen helfen, die Freude an Bewegung (wieder) zu finden. Optimal wäre es jedoch, wenn das Training zielgerichtet auf die Fähigkeiten und Bedürfnisse der betroffenen Person angepasst wird. Dies wird bei unserem «Brain-IT» Trainingsleitfaden gemacht.

Herr Lehmann, wenn das Gerät auf dem Markt verfügbar wäre, würden Sie es umgehend kaufen?

Ja, auf jeden Fall.

Das Projekt Brain-IT wird an der ETH Zürich unter der Leitung von Prof. Eling D. de Bruin und dem Doktoranden Patrick Manser durchgeführt.

TOCHTER, FRAU RABAGLIO

Wie haben Sie Ihren Vater in den letzten 12 Wochen erlebt?

Selbst wenn jetzt bei der Auswertung der Messungen aus der Studie keine Fortschritte zu sehen sind, konnten wir als Angehörige grosse Fortschritte beobachten. Die Reaktionsfähigkeit sowie die Motorik haben sich verbessert. Ausfallschritte, die früher in ein stärkeres Stolpern übergegangen sind, konnte er wieder problemlos ausführen. Mein Vater kann sich auch viel besser ausbalancieren. Wir haben schnell erkannt, dass er grossen Spass an den Übungen hat. Die Motivation war gross und seine Selbstsicherheit ist zurückgekommen. Nach dem Sturz war eine Verunsicherung da, auch bei meiner Mutter, was aber verständlich war. Denn auch für Angehörige ist es schlimm, wenn so etwas passiert. Ich finde an dieser Studie wunderbar, dass sie spielerisch und niederschwellig ist. Man muss nirgendwo hinreisen, sondern kann das Training zu Hause in den Alltag einplanen. Mich hat es auch sehr verwundert, dass die Fortschritte bei meinem Vater so rasch kamen. Ich hätte am Anfang nie gedacht, dass er die Ausfallschritte beim «Täppeln» so schnell selbst auskorrigieren kann. Es ist eine Freude, meinen Vater wieder so aufgestellt und glücklich zu sehen.



KNAPP CHF 2,5 MILLIONEN FÜR DIE FORSCHUNG BEWILLIGT

Wissenschaftliche Qualität und Innovation waren auch im Jahr 2022 die wichtigsten Beurteilungskriterien bei der Auswahl der zu fördernden Forschungsprojekte. Die Stiftung rief dazu auf, Projektideen aus der Grundlagen- sowie der klinischen Forschung einzureichen, die zu einem besseren Verständnis von Demenz-Erkrankungen führen oder die Entwicklung zukunftsweisender Diagnose- und Behandlungsmethoden zum Ziel haben.

Aus den 49 eingereichten Anträgen wählte der Wissenschaftliche Beirat, mithilfe externer Expertengutachten, zehn vielversprechende Forschungsprojekte aus. Diese werden ab 2023 mit einer Gesamtsumme von CHF 2,48 Millionen gefördert. Während einer Projektdauer von zwei bis drei Jahren erforschen die unterstützten Forschungsgruppen unter anderem Methoden zur präsymptomatischen Diagnose von Alzheimer oder zur Bekämpfung des Gedächtnisschwunds bei Demenz-Erkrankungen. Die ausgewählten Projekte verteilen sich über sieben Forschungsinstitutionen aus der ganzen Schweiz.

«Es freut uns sehr, dass drei Forscherinnen eine Förderzusage erhielten, die wir bereits im Rahmen der Nachwuchsförderung unterstützten. Dies zeigt, dass die Stiftung erfolgreich in den Aufbau neuer Forschungsgruppen investiert», erklärt Heide Marie Hess, Forschungskoordinatorin bei der Stiftung Synapsis.

Unter www.demenz-forschung.ch/forschung erfahren Sie, welche Projekte durch die Stiftung Synapsis unterstützt werden.

SYNAPSIS FORUM AM GERZENSEE VOM 21./22. NOVEMBER 2022

Zum fünften Mal bot das Synapsis Forum der Forschungsgemeinschaft eine Plattform für den wissenschaftlichen Wissensaustausch. Prof. Pieter Jelle Visser, Maastricht University und Amund VU University Medical Centre in Holland, eröffnete das Treffen mit einem Vortrag über die molekulare Epidemiologie der Alzheimer-Krankheit. Der Höhepunkt des zweiten Tages war der Vortrag von Prof. Claudio Bassetti, Universitätsklinik für Neurologie, Inselspital Bern über die bidirektionale Beziehung zwischen Schlaf und Demenz. Präsentationen verschiedener von der Stiftung Synapsis unterstützter Forschungsprojekte und Workshops rundeten das Programm ab. Der Preis für die beste Projektpräsentation ging an Dr. Marc Züst.



LIEBE LESERINNEN UND LESER

Auch wenn das neue Jahr nun schon bald wieder zu einem Viertel vorbei ist, gilt für mich nach wie vor das Motto: «Neues Jahr, neues Glück»! Mit dem Entscheid der amerikanischen Zulassungsbehörde FDA vom 6. Januar 2023, das neue Medikament Lecanemab zuzulassen, hat sich ein neuer Hoffnungsschimmer in der Alzheimer-Forschung ergeben.

Wir sind vorsichtig optimistisch, denn es sind noch viele grosse Fragezeichen offen. Die bislang gezeigte klinische Wirkung ist klein, die Anwendung nicht patientenfreundlich, die Kosten hoch und die möglichen Nebenwirkungen alles andere als harmlos.

Nichtsdestotrotz freuen wir uns über diese Entwicklung, denn sie ist auch ein Booster für die Demenz-Forschung generell und gibt Betroffenen und ihren Angehörigen berechtigte Hoffnungen. Wie es genau weitergeht, werden die Resultate der weiterführenden Studien zeigen. Über mögliche Zulassungsanträge für Europa oder die Schweiz ist zum Zeitpunkt des Druckes noch nichts bekannt.

Vermutlich ist Lecanemab ein kleines Puzzleteil und es braucht noch grosse Anstrengungen und Geduld, bis ein Durchbruch in der Demenz- und insbesondere Alzheimer-Forschung gelingt. Wir danken Ihnen, dass Sie uns auf diesem Weg unterstützen.

Ihre
Corinne Denzler
Geschäftsführerin





EINLADUNG ZUM MEET THE RESEARCHERS

im FELIX PLATTER-Spital in Basel am 19. April 2023 von 17.00 Uhr bis 19.00 Uhr

Es freut uns, Ihnen mitteilen zu dürfen, dass wir am 19. April 2023 im FELIX PLATTER-Spital, Burgfelderstrasse 101, 4055 Basel wieder ein Meet the Researchers veranstalten dürfen. Dabei stehen fünf Vorträge über die klinische Forschung im Alzheimer-Bereich im Fokus:

- Dr. phil. María Sol Fustiñana:
Zusammenspiel von zellulären und molekularen Gedächtnismechanismen bei der Alzheimer-Krankheit
- Prof. Dr. rer. nat. Anne Eckert:
Mitochondrien und Alzheimer
- Dr. phil. Michael Ehrensperger:
Neuropsychologische Diagnostik der Demenz
- Dr. phil. Sabine Krumm:
Geht die Frühdiagnostik der Hirnleistungsstörungen noch früher?
- PD Dr. med. Marc Sollberger:
Erfassung der sozialen Kognition

Sie möchten wissen, wie eine Abklärung in einer Swiss Memory Clinic abläuft? Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, dies aus erster Hand zu erfahren. Sie haben Fragen zum Thema Alzheimer? Unsere Forschenden werden Ihnen gerne Rede und Antwort stehen. Mehr Infos und Anmeldung auf unserer Webseite unter Neuigkeiten oder per Telefon 044 271 35 11.

Wir freuen uns auf Sie!

ONLINE-NEWSLETTER

Nicht nur in der Forschung wird immer wieder nach neuen Wegen gesucht, sondern auch wir von der Geschäftsstelle möchten die uns zur Verfügung gestellten Spendengelder noch optimaler einsetzen. Um auch unsere Umwelt zu schonen, bieten wir neu die Möglichkeit an, einen Online-Newsletter mit den Synapsis News zu abonnieren. Möchten Sie Ihren Teil dazu beitragen und künftig auf Briefpost von uns verzichten? Alles, was Sie tun müssen, ist uns Ihre E-Mail-Adresse bekannt zu geben. Am einfachsten funktioniert das über unsere Webseite: www.demenz-forschung.ch/de/newsletter. Sie dürfen uns Ihre E-Mail-Adresse jedoch auch gerne per E-Mail oder per Telefon mitteilen.

E-Mail: info@demenz-forschung.ch
Tel: 044 271 35 11

LEGENDENTREFF.CH

Marc Schöni und sein Vater, Dieter Schöni, haben den Legendentreff.ch ins Leben gerufen. Sie geben Motorsport-Interessierten die Möglichkeit, ihre Helden von damals persönlich zu treffen. Legenden, wie ein Walter Röhrl (D), der von seinen Erfahrungen als Rennfahrer in den 70er und 80er Jahren berichtet. Er hat z.B. viermal die Rallye von Monte Carlo gewonnen und ist Europa- und Weltmeister im Rennsport.

Dieter Schöni war über zehn Jahre Leiter eines Demenzheims und erzählt, dass Menschen mit Demenz ihre Erfahrungen im Herzen und nicht mehr im Kopf tragen. Aus diesem Grund können sie diese nicht mehr mit anderen teilen.

Marc Schönis Arbeitgeber möchte die Demenz-Forschung mit einer Spende unterstützen und ruft seine Mitarbeitenden dazu auf, es ihm gleich zu tun. Die Firma verdoppelt den gesammelten Spendenbetrag ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

So haben Vater und Sohn ihre Motivationen gebündelt und inzwischen zwei Events zugunsten der Demenz-Forschung mit Legenden aus dem Motorsport durchgeführt. Das letzte Treffen fand im November 2022 im Porschezentrum in Oftringen statt. Der Erlös aus dem Ticketverkauf sowie von der versteigerten Porsche-Uhr wurde unserer Stiftung überreicht. Insgesamt kamen 12'000 Franken zusammen – ein grosses Dankeschön allen Spenderinnen und Spendern.

Wir wünschen weiterhin interessante Legendentreffen und bedanken uns bei Marc und Dieter Schöni für diese wunderbare Initiative.



Impressum

Synapsis News, Ausgabe Nr. 1, März 2023

Demenz Forschung Schweiz - Stiftung Synapsis

Josefstrasse 92, CH-8005 Zürich, +41 44 271 35 11
www.demenz-forschung.ch, info@demenz-forschung.ch

Spendenkonto

IBAN: CH31 0900 0000 8567 8574 7