



Valerie und Emilie am Set

MUSIK, FILM UND DEMENZ: ZWEI JUNGE FRAUEN GEBEN DER KRANKHEIT EINE STIMME

Im Rahmen ihrer Maturaarbeit haben die 20-jährigen Valerie Meyer und Emilie Schulz ein aussergewöhnliches Projekt realisiert: Mit einem selbst komponierten Lied und einem dazugehörigen Video-Clip setzen sie sich auf kreative Weise mit dem Thema Demenz auseinander. Aus persönlicher Betroffenheit, künstlerischer Leidenschaft und dem Wunsch, die Perspektive von Betroffenen sichtbar zu machen, entstand ein Werk, das berührt und zum Nachdenken anregt.

Eine persönliche Motivation

Für Valerie war die Wahl des Themas eng mit ihrer eigenen Familiengeschichte verbunden. Ihr Grossvater lebt mit Demenz, und seine Erinnerungen sowie die vielen Geschichten aus seinem Leben haben sie schon früh fasziniert. Ursprünglich wollte sie seine Erlebnisse in einem Buch festhalten, um sie für die Zukunft zu bewahren. Gemeinsam mit ihrer Freundin Emilie entwi-

ckelte sich daraus jedoch die Idee, das Thema künstlerisch umzusetzen.

Die beiden arbeiteten bereits seit der Schulzeit immer wieder gemeinsam an musikalischen Projekten. Was einst mit Cover-Songs begann, entwickelte sich schliesslich zu dem Wunsch, ein eigenes Lied zu schreiben – und damit einer Krankheit Ausdruck zu verleihen, die oft schwer in Worte zu fassen ist.

Musik und Film als emotionale Sprache

Die Entscheidung, Musik und Film zu kombinieren, fiel bewusst. Für Emilie macht Musik oft das Unsagbare spürbar. Der Film wiederum ermöglicht es, die Wahrnehmung von Menschen mit Demenz sichtbar zu machen. Gemeinsam schaffen beide Medien einen Zugang zu Emotionen, der über reine Fakten hinausgeht. Während ihrer Recherchen analysierten die beiden unter anderem den Film *The Father*, der sie nachhal-



Valerie Meyer



Valerie Meyer und Emilie Schulz

tig beeindruckte. Besonders die Darstellung von Verwirrung, Orientierungslosigkeit und dem veränderten Zeitempfinden half ihnen dabei, die Perspektive von Betroffenen besser nachzuvollziehen.

Auch beim eigenen Lied arbeiteten sie gezielt mit musikalischen Mitteln: Instrumentierung, Melodie und Text spiegeln verschiedene Phasen der Erkrankung wider. Das Ergebnis soll nicht nur informieren, sondern vor allem fühlbar machen, was Demenz für Betroffene und Angehörige bedeutet.

Überraschende Erkenntnisse

Während ihrer Arbeit stellten Valerie und Emilie fest, wie wenig über Demenz bekannt ist, insbesondere bei jungen Menschen. Zwar wird intensiv geforscht, doch viele Fragen bleiben offen. Gleichzeitig waren sie überrascht, wie wenige Filme oder Lieder sich künstlerisch mit dem Thema auseinandersetzen.

Besonders beschäftigt hat die beiden die Situation der Angehörigen. Oft stehen sie vor grossen Herausforderungen, die von der Öffentlichkeit nur wenig wahrgenommen werden. Ebenso wünschen sich die beiden mehr Verständnis für Menschen mit Demenz selbst. Zwar kann die Krankheit Erinnerungen, Verhalten und Persönlichkeitsmerkmale verändern, doch Betroffene bleiben Menschen mit einer einzigartigen Lebensgeschichte und Identität. Sie sollten deshalb nicht auf ihre Diagnose reduziert werden.

Die besondere Kraft der Musik

Eine zentrale Rolle spielt für die beiden die Musik. Valerie berichtet, dass ihr Grossvater sich an viele Dinge nicht mehr erinnern kann, bei bestimmten Liedern jedoch sofort reagiert, mitsingt oder mitklatscht. Solche Erfahrungen zeigen eindrücklich, wie tief Musik im Gedächtnis verankert sein kann.

Auch aus Altersheimen hören sie immer wieder ähnliche Geschichten: Menschen, die kaum noch kommunizieren, erinnern sich plötzlich an alte Melodien und singen ganze Lieder mit. Für Emilie und Valerie ist das ein eindrucksvoller Beweis dafür, welche Kraft Musik im Umgang mit Demenz entfalten kann.

Was junge Menschen bewegt

Auf die Frage, wie junge Menschen für das Thema sensibilisiert werden können, haben die beiden klare Vorstellungen. Sie wünschen sich mehr Aufklärung bereits in der Schule und eine stärkere Präsenz auf Social Media. Geschichten von Betroffenen und Angehörigen, emotional erzählt und nahbar vermittelt, könnten ihrer Meinung nach viele Menschen erreichen.

Zudem sehen sie grosses Potenzial in interaktiven Formaten und Veranstaltungen, die Wissen mit persönlichen Erfahrungen, Musik oder anderen kreativen Elementen verbinden. Gerade wenn Menschen selbst erleben können, wie sich Orientierungslosigkeit oder Gedächtnisverlust anfühlen, entsteht echtes Verständnis.

Ein Wunsch für die Zukunft

Für die Zukunft wünschen sich Valerie und Emilie vor allem mehr Wissen über Demenz – sowohl hinsichtlich der Prävention als auch im Umgang mit Betroffenen. Gleichzeitig hoffen sie auf eine Gesellschaft, die Menschen mit Demenz mit mehr Verständnis begegnet und sie nicht auf ihre Krankheit reduziert.

Ihr eigenes Projekt zeigt eindrücklich, wie Kunst dazu beitragen kann, komplexe Themen zugänglich zu machen. Mit Musik, Film und viel persönlichem Engagement haben die beiden jungen Frauen einen wichtigen Beitrag geleistet, um Demenz sichtbar zu machen – und ihr eine Stimme zu geben.

ANTIKÖRPERTHERAPIEN GEGEN ALZHEIMER SIND EINE WIRKSAME UND SICHERE BEHANDLUNG

Anfang Jahr hat Swissmedic das Medikament Donanemab für die Behandlung von frühen Stadien einer Alzheimer-Krankheit zugelassen. Allerdings sind Menschen mit der doppelten Risiko-Genvariante ApoE4 ausgeschlossen. Das sei aus mehreren Gründen problematisch, meint Hans Pihan, Chefarzt Neurologie am Spitalzentrum Biel.

Herr Dr. Pihan, Sie waren schon an den Studien beteiligt, die im Februar zur Zulassung der neuen Antikörpertherapien führten. Sie blicken deshalb schon auf eine jahrelange klinische Erfahrung zurück. Was können wir von diesen Medikamenten erwarten?

Die Antikörper sind eine wirksame und sichere Behandlung. Sie können die Alzheimer-Erkrankung zwar nicht stoppen, aber aber deren Verlauf verlangsamen. In den Studien zeigte sich, dass sich die geistigen Fähigkeiten mit den neuen Therapien in einem Krankheitsstadium mit relativ leichten Beeinträchtigungen etwa ein Jahr länger erhalten lassen. Wenn wir den Verlust der Hirnfunktionen abbremsen können, gewinnen die Betroffenen Zeit: Ein zusätzliches Jahr, in dem sich viele noch einer guten Lebensqualität erfreuen können und auch noch nicht auf Unterstützung angewiesen sind.

Welche Nebenwirkungen bringen die neuen Therapien mit sich?

Vor allem im ersten halben Jahr der Behandlung können vorübergehende Schwellungen oder kleine Blutungen im Gehirn auftreten, die man mit modernen bildgebenden Verfahren nachweisen kann. Doch erstens merken drei Viertel der betroffenen Patientinnen und Patienten nichts von diesen Nebenwirkungen, nur ein Viertel verspürt meist leichte Symptome wie Kopfschmerzen, Schwindel oder ein verschwommenes Sehen. Und zweitens sind diese Nebenwirkungen gut kontrollierbar: Wir setzen die Behandlung für einige Wochen aus, dann bilden sich die Symptome bei einer Mehrzahl der Patienten zurück, auch die auffälligen Flecken auf den Hirnbildern verschwinden.

In der Schweiz sind Personen, die sowohl auf ihrem mütterlichen wie auch ihrem väterlichen Chromosom 19 die ApoE4-Genvariante aufweisen, von der Behandlung ausgeschlossen.

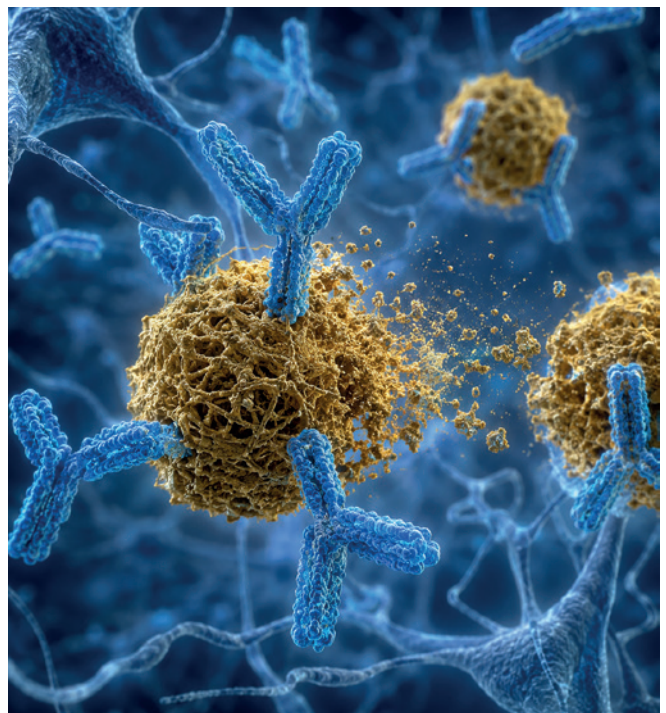
Ja, der Entscheid wird mit dem erhöhten Risiko für die eben erwähnten Schwellungen und Mikro-Blutungen (sogenannte ARIA) im Hirn begründet. Doch dieser von der Zulassungsbehörde vorgenommene Schutz vor Nebenwirkungen – die zwar auf Bildern nach-

weisbar sind, bei den Betroffenen aber meist keinerlei Symptome bewirken – beinhaltet eine Risiko-Nutzen-Bewertung, die aus meiner Sicht unangemessen ist. Denn gerade Personen mit der doppelten ApoE4-Genvariante erkranken oft schon im Alter von 60 bis 65 Jahren an Alzheimer. Diese relativ jungen Patientinnen und Patienten sind häufig gesünder und haben weniger pathologische Veränderungen im Gehirn als ältere Betroffene. Es gibt keinen Anhalt dafür, dass die Behandlung bei ihnen weniger wirksam wäre. Angesichts der guten Vorhersagbarkeit und Kontrollierbarkeit der ARIA halte ich es aus medizinischen und ethischen Gründen für problematisch, ihnen diese Behandlung vorzuenthalten. Aber aktuell können wir diesen Patientinnen und Patienten keine Therapie anbieten, ausser sie bezahlen das Medikament selbst oder sie nehmen an Studien teil, die die Wirkung der inzwischen nächsten Generation von Antikörpern untersuchen.

Was genau bewirken die Antikörper im Gehirn?

Schon Alois Alzheimer, nach dem die Erkrankung benannt ist, beschrieb vor über 100 Jahren, wie sich im Gehirn von Betroffenen bestimmte Eiweisse ablagern – und allmählich zum Tod von mehr und mehr Nervenzellen führen. Heute unterscheiden wir zwischen sogenannten Plaques aus Amyloid, die sich zwischen den Nervenzellen bilden und den sogenannten Tau-Fibrillen, die sich innerhalb der Zellen formen. Die neuen Antikörper, also Donanemab (wie auch Lecanemab, das in der Schweiz allerdings nicht erhältlich ist),

Antikörper



heften sich an die Amyloid-Ablagerungen und tragen so dazu bei, dass die Plaques abgebaut und aus dem Gehirn entfernt werden.

Die Antikörper sind die erste Behandlung, die direkt in den Krankheitsverlauf eingreift. Und es sieht danach aus, als würden schon bald weitere folgen: Aktuell werden neue Antikörper erforscht, die nebenwirkungssärmer sind – und gleichzeitig schneller und

vollständiger wirken sollen als die heute schon zugelassenen. Es gibt auch mehrere Studien zu Medikamenten, die sich gegen die Tau-Verklumpungen richten und also einen weiteren Krankheitsmechanismus beeinflussen oder unterbrechen. Wir stehen also nicht am Ende, sondern erst am Anfang der Entdeckung von neuen Behandlungen neurodegenerativer Erkrankungen.

HOFFNUNG HINTERLASSEN – FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ UND IHRE ANGEHÖRIGEN



Mit Ihrem Testament schenken Sie Hoffnung für zukünftige Generationen.

Die Demenz Forschung Schweiz – Stiftung Synapsis wird immer wieder in Testamenten berücksichtigt. Dafür sind wir sehr dankbar. Denn Erbschaften und Vermächtnisse helfen uns, unsere Arbeit langfristig zu sichern.

Sich mit dem eigenen Nachlass zu befassen, ist ein sehr persönlicher Schritt. Viele Menschen fragen sich dabei: Was möchte ich weitergeben? Was ist mir – neben den Nachkommen, Angehörigen und Liebsten – noch besonders wichtig? Was soll über mein eigenes Leben hinauswirken?

Oft ist diese Entscheidung mit einer persönlichen Erfahrung verbunden – mit einem Familienmitglied, einer nahestehenden Person oder einer eigenen Begegnung mit Demenz. Viele Menschen möchten im Andenken an einen geliebten Menschen etwas Bleibendes bewirken und setzen mit ihrem Testament ein Zeichen der Hoffnung.

Gerade in der Demenzforschung ist dieses Engagement sehr wichtig. Zwar wurden in den letzten Jahrzehnten Fortschritte erzielt, doch viele Fragen sind noch offen. Es braucht weiterhin sehr viel Forschung, um Demzenerkrankungen besser zu verstehen, Früherkennung zu verbessern und neue Therapien zu entwickeln. Wer die Demenzforschung im Testament berücksichtigt, hilft mit, diese Fortschritte möglich zu machen.

Wenn Sie die Demenz Forschung Schweiz berücksichtigen möchten, gibt es verschiedene Möglichkeiten. Sie können ein Vermächtnis (Legat) vorsehen, die Demenz Forschung Schweiz – Stiftung Synapsis als Erbin einsetzen oder einen Fonds für ein bestimmtes Forschungsziel errichten.

Ein persönliches Erstgespräch kann sehr hilfreich sein, da diese Entscheidung oft mit einer persönlichen Geschichte verbunden ist. Der direkte Austausch ist uns wichtig – auch, um transparent aufzuzeigen, wie die uns anvertrauten Mittel eingesetzt werden. Bei Bedarf vermitteln wir Ihnen gerne auch Spezialistinnen und Spezialisten. Selbstverständlich behandeln wir jedes Anliegen streng vertraulich.

Wenn Sie Fragen zum Thema Nachlass haben oder ein Gespräch wünschen, wenden Sie sich bitte direkt an Othmar Bamert, bamert@demenz-forschung.ch, Tel. 044 271 35 11.

Mit Ihrem Testament schenken Sie Hoffnung. Sie helfen mit, neue Wege in der Demenzforschung zu eröffnen – für bessere Behandlungsmöglichkeiten und mehr Lebensqualität für Betroffene.



Othmar Bamert, Institutionelles Fundraising & Nachlässe

INFORMATIONENABEND ZU AKTUELLER DEMENZFORSCHUNG UND NACHLASSPLANUNG

DEMENTZFORSCHUNG VERSTEHEN, HOFFNUNG WEITERGEBEN

Datum: Donnerstag, 10. September 2026
Zeit: 17.00 bis ca. 19.00 Uhr
Ort: Hotel Glockenhof, Sihlstrasse 31,
8001 Zürich

Die Teilnahme ist kostenlos, die Platzzahl beschränkt.
Begleitpersonen sind willkommen.

**Bitte melden Sie sich bis Freitag,
28. August 2026 an:**

- über nebenstehenden QR-Code
- über die Website
[www.demenz-forschung.ch/
de/hoffnung](http://www.demenz-forschung.ch/de/hoffnung)
- telefonisch unter 044 271 35 11



Wir freuen uns, Sie an diesem besonderen Abend persönlich begrüßen zu dürfen.

Demenz Forschung Schweiz – Stiftung Synapsis



Mit Ihrem Testament schenken Sie Hoffnung.

LIEBE LESERINNEN UND LESER

Der Sommer ist da und mit ihm die Erinnerung, wie wichtig scheinbar einfache Dinge für unsere Gesundheit sind. Ein besonders zentraler, oft unterschätzter Faktor ist dabei das Wasser. Ausreichendes Trinken unterstützt nicht nur den Körper, sondern auch unser Gehirn. Bereits eine leichte Dehydratation kann Konzentration, Gedächtnisleistung und Stimmung beeinträchtigen – Aspekte, die im Zusammenhang mit Demenzerkrankungen eine wichtige Rolle spielen.

Gerade für die allgemeine Gesundheit sind es oft kleine Gewohnheiten im Alltag, die einen Unterschied machen können. Ein regelmässiges Glas Wasser ist ein einfacher, aber wirkungsvoller Beitrag dazu, die Funktion des Gehirns und die Gedächtnisleistung zu unterstützen.

Sie finden in dieser Ausgabe auch eine Vorschau auf unseren Anlass zum Thema Vermächtnisse, zu welchem wir Sie gerne einladen möchten. Das Thema Erbschaften und Vermächtnisse bewegt viele Menschen und das zeigt, wie eng persönliche Entscheidungen und gesellschaftliches Engagement miteinander verbunden sein können.

Für uns bei Demenz Forschung Schweiz ist dabei klar: Jede Form von Unterstützung, die dazu beiträgt, die Forschung voranzubringen und Demenzerkrankungen besser zu verstehen, ist äusserst wertvoll und eröffnet Perspektiven für die Zukunft.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre und einen spannenden sowie erholsamen Sommer.



Ihr Dr. Michael
Röthlisberger
Geschäftsführer

WASSER TRINKEN, EINE EINFACHE MASSNAHME FÜR EIN GESUNDES GEHIRN

Präventions-
tipp

Wussten Sie, dass Ihr Gehirn zu rund 75 Prozent aus Wasser besteht? Kein Wunder also, dass bereits ein leichter Flüssigkeitsmangel Auswirkungen auf Konzentration, Gedächtnis und Stimmung haben kann. Ausreichend zu trinken ist eine der einfachsten Massnahmen, um die Leistungsfähigkeit des Gehirns zu unterstützen. Forschende konnten zeigen, dass schon ein Flüssigkeitsverlust von 1 bis 2 Prozent des Körpergewichts zu einer messbaren Verschlechterung von Aufmerksamkeit, Konzentration und Denkfähigkeit führen kann.

Wasser – der Treibstoff für Ihr Gehirn

Wasser spielt eine zentrale Rolle für zahlreiche Prozesse im Körper und Gehirn. Es unterstützt den Transport von Nährstoffen, hilft beim Abtransport von Stoffwechselprodukten und sorgt dafür, dass Nervenzellen optimal funktionieren können.

Wer ausreichend trinkt, fühlt sich oft wacher, konzentrierter und leistungsfähiger. Umgekehrt können Müdigkeit, Kopfschmerzen und Konzentrationsschwierigkeiten erste Anzeichen einer unzureichenden Flüssigkeitszufuhr sein.

Was trinken?

Nicht nur die Menge, sondern auch die Wahl der Getränke ist entscheidend. Viele Menschen nehmen täglich überraschend viele Kalorien und grosse Mengen Zucker über Getränke zu sich. Dies kann langfristig die Gesundheit beeinträchtigen.

Für die Hirngesundheit empfehlen wir vor allem:

- Wasser
- Ungesüssten Tee
- Gelegentlich ungezuckerte Fruchtsäfte, zum Beispiel polyphenolreicher Heidelbeer- oder Granatapfelsaft

Zuckerhaltige Softdrinks und Energydrinks sollten dagegen möglichst selten konsumiert werden.

Zwei einfache Faustregeln

Faustregel 1: Trinken Sie regelmässig.

Warten Sie nicht erst, bis Sie Durst verspüren. Besonders ältere Menschen haben oft ein vermindertes Durstgefühl und trinken deshalb zu wenig.

Faustregel 2: Trinken Sie ausreichend.

Als Orientierung gelten etwa 2 bis 3 Liter Flüssigkeit pro Tag beziehungsweise mindestens 35 ml Wasser



Ihr Hirn.
Ihr Leben.

Stationen Ihres Lebens
bewahren.

Impressum

Synapsis News, Ausgabe Nr. 3, August 2026

Herausgeberin:

Demenz Forschung Schweiz – Stiftung Synapsis
Erscheint 4- bis 6-mal jährlich

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

pro Kilogramm Körpergewicht. Bei Hitze, körperlicher Aktivität oder Krankheit kann der Bedarf höher sein.

Kleine Gewohnheit – grosse Wirkung

Wasser trinken allein verhindert natürlich keine Demenzerkrankung. Dennoch gehört eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu einem gesunden Lebensstil, der die Hirngesundheit unterstützt und dazu beitragen kann, geistig fit zu bleiben.

Also: Greifen Sie öfter zum Wasserglas und geben Sie Ihrem Gehirn, was es braucht. Ihr Kopf wird es Ihnen danken.



Wasser – der Treibstoff fürs Gehirn