

*Medienmitteilung zum Launch vom 22.2.2022*

## **demenzwiki: mehr wissen, besser helfen!**

**Im Lauf einer Demenz tauchen viele Fragen auf. Das neue online-Lexikon demenzwiki liefert Antworten – niederschwellig und kostenlos. Es schliesst eine Lücke im Angebot und leistet einen Beitrag an die Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen.**

Wie funktioniert die Kommunikationsmethode «Validation»? Löhnen sich Gehirntraining und eine spezielle Diät zur Prophylaxe? Warum sagt meine demenzkranke Mutter, ihre Nachbarin habe sie bestohlen? Was ist der Unterschied zwischen einer Frontotemporalen Demenz und Alzheimer? Wie können wir unsere Wohnung einrichten, damit mein an einer Demenz erkrankter Partner sich besser zurechtfindet? Wie sollen wir reagieren, wenn er aggressiv wird? Welche Unterstützungsangebote gibt es, und wie können wir sie in Anspruch nehmen?

### **Von A wie Achtsamkeit bis Z wie Zuhause**

Bei der Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz stellen sich viele Fragen. Wenn wir angemessene Lösungen finden, dient dies den Betroffenen und ihrem Umfeld. Wer mehr weiss, kann besser helfen: So lautet das Credo des neuen online-Lexikons demenzwiki. Wie es der Name «wiki» (wikiwiki heisst auf Hawaiianisch «schnell») vermuten lässt, kommen die Besucher der Plattform schnell ans Ziel.

demenzwiki versammelt die 150 wichtigsten Begriffe im Zusammenhang mit Demenz. Zu den Begriffen gibt es Texte, Filme, praktische Tipps und weiterführende Links. Zum Beispiel der Tag-Nacht-Rhythmus: Dieser gerät bei vielen Menschen mit Demenz durcheinander. Und wenn sich die bereits tagsüber stark geforderten Betreuenden nachts nicht mehr erholen können, drohen Überforderung und gesundheitliche Schäden.

### **Hintergründe und praktische Tipps**

Der demenzwiki-Beitrag «Tag-Nacht-Rhythmus» zeigt auf, wie unsere innere Uhr Wach- und Schlafphasen über Lichttöne und die Ausschüttung von Hormonen steuert. Dazu gibt es jede Menge praktischer Tipps, Videos und Links. So kann demenzwiki einen Beitrag dazu leisten, dass Menschen mit Demenz und ihre Betreuenden besser und vor allem nachts schlafen können.

Sorgen bereiten Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen auch Persönlichkeitsveränderungen, Desorientierung, Vergesslichkeit oder im späteren Stadium der Krankheit Inkontinenz oder Apathie. Auch dazu liefert demenzwiki viele Erklärungen und Tipps. Auch wer pflegerische oder finanzielle Unterstützung braucht, sollte auf seinem Browser die Adresse demenzwiki.ch, demenzwiki.de oder

demenzwiki.at eingeben. Die Angebote der Plattform richten sich an Personen im deutschen Sprachraum, die beruflich und/oder privat mit Demenz zu tun haben.

### **Kostenloses Angebot**

demenzwiki ist ein Angebot von Podium Demenz. Der gemeinnützige Verein mit Sitz in Rapperswil-Jona (Schweiz) bringt Demenzwissen in verständlicher Form unter die Leute. Er tut dies seit 2016 mit [alzheimer.ch](http://alzheimer.ch), der grössten Demenz-Plattform im deutschen Sprachraum. Nun schliesst Podium Demenz mit demenzwiki eine Lücke im Angebot. Da sich der Verein über Beiträge von Stiftungen und Spenden finanziert, sind alle Angebote kostenlos.

Die Idee und das Konzept zu demenzwiki stammen von Martin Mühlegg. Als Chefredaktor von [www.alzheimer.ch](http://www.alzheimer.ch) übernahm er die Redaktions- und Projektleitung. Die Texte sind in Zusammenarbeit mit der [Agentur Zeitenspiegel](#) aus Weinstadt entstanden. Marcus May ([alzheimer.ch](http://alzheimer.ch)) und Philipp Schmanau ([Montag Webstudios](#)) besorgten die Gestaltung und Technik.

[www.demenzwiki.ch](http://www.demenzwiki.ch) [www.demenzwiki.at](http://www.demenzwiki.at) [www.demenzwiki.de](http://www.demenzwiki.de) [www.alzheimer.ch](http://www.alzheimer.ch)

### **Auskünfte für Medienleute**

Martin Mühlegg, Initiant demenzwiki, Chefredaktor [alzheimer.ch](http://alzheimer.ch), Präsident Podium Demenz:  
[muehlegg@alzheimer.ch](mailto:muehlegg@alzheimer.ch) +41 79 291 03 44

### **Bildquellen**

Achtsamkeit, Empathie, Frühdemenz: Véronique Hoegger, Zürich, [www.ver.ch](http://www.ver.ch)

Demenzformen: Mara Truog, Zürich, [www.maratruog.com](http://www.maratruog.com)