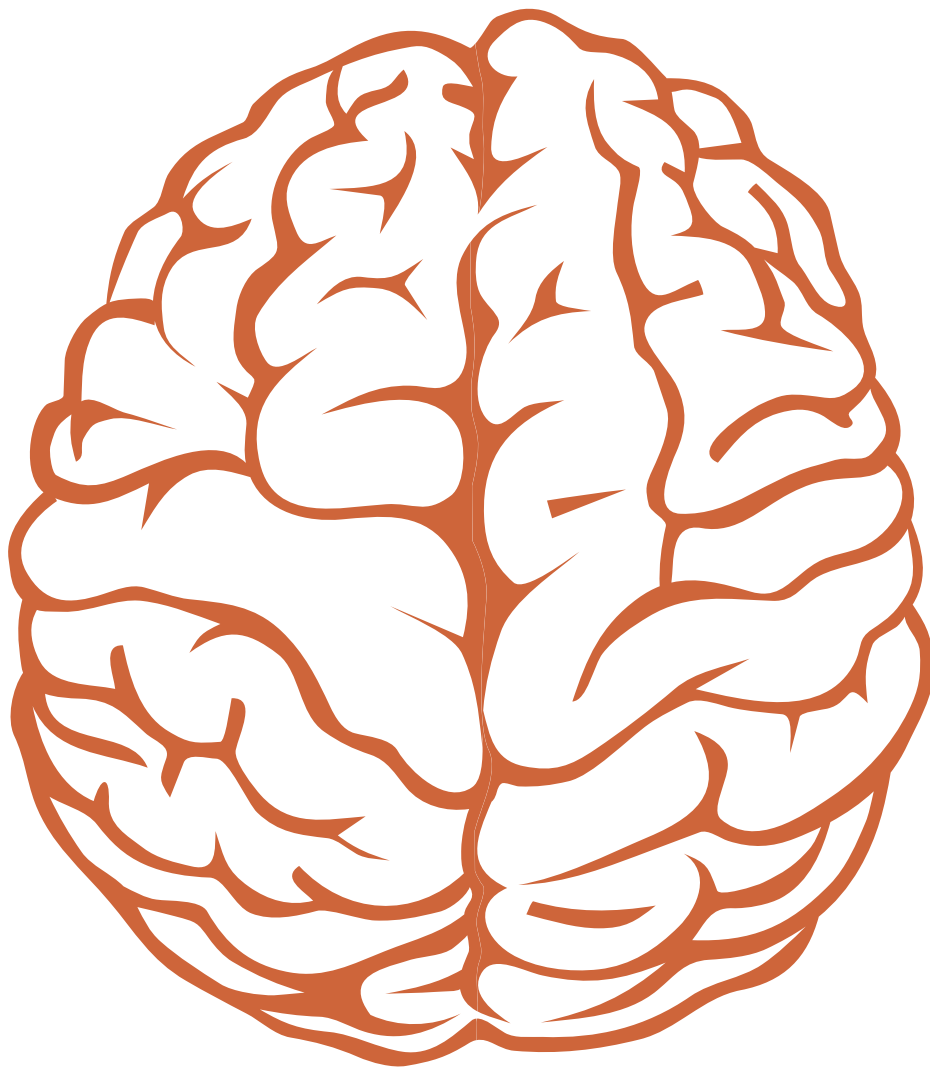


HERZ FÜR KOPF



KVSG-NEWSLETTER **NO.1/2020**

DAS **GEHIRN** SCHÜTZEN,
BEVOR ES KRANK WIRD!

KVSG - DER KÖLNER FÖRDERVEREIN FÜR DIE
ERHALTUNG DER SEELISCHEN GESUNDHEIT



Vorwort

NEWSLETTER IM NEUEN GEWAND

An unsere Vereinsmitglieder und Unterstützer des KVsG



Die Säulen des KVsG: Die Unterstützung des FETZ und des KAP

In unserem Verein hat sich vieles verändert. In den letzten zwei Jahren haben wir zahlreiche neue Projekte für den KVsG angestoßen und ihm ein neues, modernes Gewand verpasst. Dazu erhalten Sie heute den ersten Newsletter des KVsG, der diese spannende Entwicklung dokumentiert und an der wir Sie nun in regelmäßigen Abständen teilhaben lassen wollen.

Mit großer Freude und Engagement unterstützen wir weiterhin das Früherkennungszentrum für psychische Krisen (FETZ) der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Uniklinik Köln, ebenso wie das im Jahr 2019 neu gegründete Kölner Alzheimer Präventionszentrum (KAP). Sie bilden die tragenden Säulen unseres Vereins. Vieles zur Unterstützung der Forschung an diesen international führenden Instituten finden Sie auf den nachfolgenden Seiten – etwa Studienergebnisse aus der Demenz- und Psychoseforschung, die auch im Alltag Relevanz entfalten.

Ihr Engagement im KVsG

Ich freue mich, dass Sie als Mitglieder und Förderer nachhaltig im KVsG engagiert sind und bedanke mich für Ihre Treue. Viele von Ihnen sind uns über viele Jahre hinweg in treuer Mitgliedschaft verbunden oder gehören zu den Gründungsmitgliedern. Wir möchten mit unserem neuen Auftritt an Vergangenes anknüpfen und gleichzeitig eine Brücke in die Gegenwart bilden.

Besuchen Sie uns: www.kvsg.de

Worum ging es bei der Gründung des KVsG vor rund 20 Jahren? Wie haben wir die Schizophrenie zusammen mit dem KVsG in ihre Schranken weisen können? Wie hat sich das FETZ als erste Institution ihrer Art in Deutschland auch mit Ihrer Unterstützung bis heute zum internationalen Erfolgsmodell entwickelt? Und wie kommt es, dass unser Standort mittlerweile auch zu den

führenden Zentren der deutschen Demenzforschung zählt?

Diese Fragen beantworte ich in einem weitergehenden Beitrag auf unserer Internetseite. Besuchen Sie uns auch dort!

Eine angenehme Lektüre wünscht Ihnen



Ihr Prof. Dr. Joachim Klosterkötter

Neuigkeiten



KAP

Neue Studie am Kölner Alzheimer Präventionszentrum

Nach intensiven Vorbereitungen in den letzten Monaten läuft im Kölner Alzheimer Präventionszentrum (KAP) die INSPIRATION-Studie an. Ziel dieses innovativen Forschungsprojekts ist es, wissenschaftliche Erkenntnisse über die Häufigkeit und Verteilung von Risikofaktoren für Demenzerkrankungen in der Bevölkerung zu gewinnen, um gezielte Präventionsmaßnahmen anbieten zu können.

Befragung ist Grundlage für individuelles Risikoprofil

Ein Team von Ärzt(inn)en und Psycholog(inn)en befragt dazu Studienteilnehmer*innen zu verschiedenen Lebensstilfaktoren und Vorerkrankungen, deren Bedeutung als Risikofaktoren für Demenzerkrankungen durch wissenschaftliche Arbeiten belegt ist. Auf Grundlage dieser Informationen wird für jede*n Teilnehmer*in ein individuelles Risikoprofil erstellt und eine wissenschaftlich fundierte Beratung durchgeführt. Dabei wird auch geklärt, durch welche Präventionsmaßnahmen das persönliche Risiko für

Befragung ist Grundlage für individuelles Risikoprofil

Demenzkrankungen gesenkt werden kann.

Haben Sie Interesse, an der INSPIRATION Studie teilzunehmen? E-Mail genügt! Praevention-Alzheimer@uk-koeln.de, Betreff: „**Risikoprofil**“ oder Anruf unter dieser Nummer: **0221.478-78999**. Sie erhalten weitere Information zur Studie und können einen Termin zu vereinbaren.

Allgemeine Informationen über unser Zentrum und aktuelle Projekte finden Sie auf folgender Seite <https://psychiatrie-psychotherapie.uk-koeln.de/klinik/koelner-alzheimer-praeventionszentrum/>

Neuigkeiten



FETZ GOES DIGITAL

Neue Diagnostik ermöglicht grundlegendere und effiziente Beratung bei psychischen Krisen

Zusammenarbeit mit Zentrum für Klinische Studien

Seit Anfang 2019 leitet Prof. Dr. Joseph Kambeitz das Früherkennungs- und Therapiezentrum für psychische Krisen (FETZ). Seitdem ist vieles neu und trifft auf große Resonanz - bei Behandlern, Patienten und zuweisenden Ärzten:

- Eine moderne, umfassende und effiziente Beratung und Diagnostik für junge Menschen in psychischen Krisen: Dazu wurde in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Klinische Studien (ZKS) ein digitales Erhebungssystem eingeführt, mit dem Patienten Fragebögen nun direkt online ausfüllen können. Das Behandlungsteam kann nun Befunde schnell und unkompliziert auswerten.

Digitale Erfassung von Beschwerden via Smartphone

- „PHENONETZ“ ermöglicht Patienten im FETZ die digitale Erfassung von Beschwerden via Smartphone: Diese neue Untersuchung verschafft Behandlern sowie Patienten Einblicke in Verlauf und Zusammenspiel verschiedener Beschwerden sowie eine fundierte Grundlage für Beratung und Therapie. Wir können somit bei psychischen Krisen auch während der aktuellen CORONA-Epidemie unterstützen. Insgesamt sind sämtliche Termine und Untersuchungen auch digital möglich, um Patienten beraten zu können

Aktualisierung des Assessment im FETZ

- Die klinische Erfahrung der letzten Jahre hat gezeigt, wie wichtig die Überschneidung verschiedener psychischer Beschwerdebilder sowie deren zeitliche Entwicklung ist. So fokussieren wir uns im FETZ nicht ausschließlich auf die Abklärung psychotischer Symptome, sondern beziehen weitere Beschwerden - etwa depressive Verstimmungen, Stimmungsschwankungen, Ängste, Zwänge oder Persönlichkeitsfaktoren mit ein. Auf dieser Grundlage erfolgt die Abklärung eines breiteren Spektrums psychiatrischer Risikosyndrome.



Rückblick

KÖPFE

Neuer KVsG-Vorstand

Die Mitgliederversammlung des KVsG wählte am 20. Januar 2020 einen neuen Vorstand.

Die Führungsmannschaft

Prof. Dr. Joachim Klosterkötter ist neuer Vorsitzender des KVsG. Der ehemalige Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Köln und Gründer des FETZ wird im Vorstand unterstützt durch den Schatzmeister Werner Weiland, den stellvertretenden Leiter der Neuropsychologie am Zentrum für Gedächtnisstörungen (ZfG) der Uniklinik Köln, Dix Meiberth, wissenschaftlicher Mitarbeiter, sowie den Schriftführer Dr. Klaus Samwer, Trainer und Coach für Gründungsunternehmen.



Der neue erweiterte Vorstand des KvsG: v.l.n.r. Werner Weiland (Schatzmeister), Dr. Rainer Weber (Beisitz), Prof. Dr. Joachim Klosterkötter (Vorsitzender), Bettina Dölken (Beisitz), Prof. Dr. Josef Kambeitz (Beisitz), Prof. Dr. Frank Jessen (Beisitz), Dix Meiberth (stellv. Vorsitzender), Dr. Klaus Samwer (Schriftführer)

Die Beisitzer

Führungskräfte-Coach Bettina Dölken sowie die Leiter der jeweiligen Forschungs- und Klinik-Institute KAP und FETZ, Prof. Dr. Frank Jessen und Prof. Dr. Joseph Kambeitz, ebenso wie Dr. Rainer Weber, Leitender Psychologe der Klinik und Poliklinik für Psychosomatik und Psychotherapie an der Uniklinik Köln, vervollständigen als Beisitzer das Team.

Ehrenvorsitzender und Ehrenmitglied

Der ehemalige Vorstandsvorsitzende Prof. Dr. Tassilo Küpper wurde zum Ehrenvorsitzenden bestimmt. Dipl. Psych. Ulla Beck ist Ehrenmitglied.

Rückblick

SPENDEN-AKTION

Off-the-Wall Vernissage



Susanne Herbold führt durch ihr Atelier

Ende 2019 lud die Kölner Künstlerin Susanne Herbold in die eigenen vier Wände ein, um ihre Bilder in natürlicher Umgebung erleb- und greifbar zu machen. Einen Teil des Erlöses aus dem Verkauf der Bilder spendete die Ehefrau der Radsportlegende Marcel Wüst für den KVSG. Wir sagen DANKE! 4.000 € durften wir als Scheck in Empfang nehmen.

„Ich freue mich sehr, dass es gelungen ist, durch dieses Charity-Projekt die wichtige Arbeit des KVSG zu unterstützen. Durch meine Bilder und ihre intensiven Farben transportiere ich Lebensfreude und Leidenschaft“, so die Künstlerin. „Mit unserer Spende aus dem Erlös der Vernissage möchte ich nicht nur Kunst und Radsport verbinden, sondern mich auch für den Erhalt der Hirngesundheit einsetzen“, so Susanne Herbold bei der Scheckübergabe.



v.l.: Prof. Klosterkötter, Prof. Kambeitz, Susanne Herbold, Prof. Jessen und Marcel Wüst bei der Scheckübergabe in der Psychiatrie der Uniklinik Köln

Ehemaliger Radprofi unterstützt den KVSG bei Aktionen

Auch Marcel Wüst möchte den KVSG langfristig bei ausgewählten Aktionen zu unterstützen. Wir arbeiten derzeit an Konzepten, um eine noch engere Zusammenarbeit im Fundraising im nächsten Jahr zu realisieren.

www.susanne-herbold.art | www.team-casaciclista.de

Rückblick

NEUES LEITBILD

Prävention und Früherkennung bei schweren Erkrankungen des Gehirns



Projektgruppe erarbeitet modernes Leitbild für den KVSG

Im Sommer 2018 traf sich auf Initiative von Prof. Jessen eine interne Projektgruppe und erarbeitete in mehreren Sitzungen ein modernes Leitbild des KVSG. Hieran orientieren sich nun Ziele und Maßnahmen für das Handeln des Vereins. Die Forschung zur Alzheimer Prävention wurde als weiterer Förderschwerpunkt neben der Früherkennung psychischer Krisen im jungen Erwachsenenalter eingeführt.

Fotoshooting

In einem eintägigen Fotoshooting entstanden Motive aus unterschiedlichsten Bereichen des Lebens, die wir im ersten Schritt für eine technisch und inhaltlich zeitgemäße neue Homepage verwendet haben.



Die Website – www.kvsg.de

Auf der Internetpräsenz des Vereins finden Sie Informationen und News rund um den Verein und die Forschungsaktivitäten der Psychiatrie der Uniklinik Köln sowie Wissenswertes aus dem Themenfeld der seelischen Gesundheit.

Neue KVSG-Flyer

Ein neuer Flyer informiert zudem über die Tätigkeitsfelder des KVSG und spricht spezifische Zielgruppen – etwa im Bereich der Trauer- und Gedenkspende – durch einzelne Beileger nochmals an.



AUS DER WISSENSCHAFT

Schlaflose Nächte beim Thema Schlaf

Lange war unklar, in welcher Beziehung die Schlafdauer zu Beeinträchtigungen der geistigen Leistungsfähigkeit in der älteren Allgemeinbevölkerung steht. Nun haben Wissenschaftler Ergebnisse aus Befragungen an Briten (älter als 50 Jahre) und chinesischen Bürgern (älter als 45 Jahre) von insgesamt 28.756 Personen zusammengeführt und ausgewertet.

Und so wurde es gemacht

Die geistige Leistungsfähigkeit wurde in den Bereichen Erinnerungsvermögen, Wortflüssigkeit, Arbeitsgedächtnis, Abzeichnen und zeitlichem Orientierungsvermögen erfasst und in Verhältnis zu den Angaben des persönlichen Schlafverhaltens gesetzt.

Die wesentlichen Ergebnisse

Personen, die mehr als 10 Stunden oder weniger als 4 Stunden pro Nacht schlafen, sind schneller von einem Abbau der geistigen Leistungsfähigkeit betroffen als Personen, die zwischen 4 und 10 Stunden pro Nacht schlafen. Auf den Alltag übertragen bedeutet dies, dass bei Patienten mit entsprechendem Schlafverhalten die kognitive Leistungsfähigkeit regelmäßig beurteilt werden sollte, um frühzeitig einen kognitiven Abbau erkennen und entsprechend reagieren zu können.



AUS DER WISSENSCHAFT

Prof. Dr. Frank Jessen ist Sprecher des neuen Deutschen Netzwerks Gedächtnisambulanzen

Gedächtnisambulanzen nehmen als Zentren zur präzisen Frühdiagnostik und konventionellen sowie innovativen Behandlung von Demenzerkrankungen einen hohen Stellenwert ein. Sie ermöglichen den direkten Transfer neuer wissenschaftlicher Ergebnisse in die Praxis.

Neue Therapien erforschen

Neue Therapien werden intensiv erforscht, die Hoffnung auf Durchbrüche bei der spezifischen Behandlung wie der Alzheimer-Krankheit ist groß. Um Fortschritte aus der Forschung schnellstmöglich für Patienten verfügbar zu machen, ist jetzt das Deutsche Netzwerk Gedächtnisambulanzen (DNG) gegründet worden.

Ehrgeizige Ziele formuliert

Univ.-Prof. Dr. Frank Jessen, Direktor der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie an der Uniklinik Köln und Forscher am Deutschen Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen (DZNE), ist Sprecher des DNG: „Wir haben uns ehrgeizige Ziele gesteckt – etwa die Überführung von Forschungsinnovationen in die Versorgung, die Weiterentwicklung gemeinsamer Qualitätsstandards, Fort- und Weiterbildungen, die stärkere lokale Vernetzung der Gedächtnisambulanzen mit den Versorgern von Demenzerkrankten sowie Interessensvertretung gegenüber diesen Partnern. Mit der

Gründung des Netzwerkes gehen wir einen weiteren wichtigen Schritt, um Diagnostik und Therapie von Demenzen noch dynamischer zu entwickeln.“

GESUNDHEITSPOLITIK

Nationale Demenzstrategie



Die Gesellschaft demenzfreundlicher machen: Im September 2020 hat die Bundesregierung mit der Umsetzung ihrer Nationalen Demenzstrategie begonnen.

Begleitet von einem breiten gesellschaftlichen Bündnis sollen ein neues Bewusstsein in allen Bereichen des Lebens, soziale Unterstützungsnetzwerke vor Ort, gute medizinische Versorgung und erstklassige Forschung geschaffen werden. Das Thema Demenz ist nun angekommen: Nicht nur in vielen Bereichen der Gesellschaft, sondern auch endlich auf den höchsten Ebenen der Politik. Wir meinen: Daumen hoch!

www.wegweiser-demenz.de | www.nationale-demenzstrategie.de

GESUNDHEITSPOLITIK

Offensive Psychische Gesundheit

Ebenso wurde seitens der Bundesregierung ein breites Bündnis für mehr Offenheit im Umgang mit psychischer Belastung, Stress und Erschöpfung ins Leben gerufen.

Akteure der Prävention gefragt

Über fünfzig Institutionen aus diesem Bereich unterstützen die „Offensive Psychische Gesundheit“, damit der gesellschaftliche Umgang mit psychischen Belastungen offener wird. Ein Ziel, für

das der KVsG sich ebenfalls stark macht. Insbesondere begrüßen wir es, dass das Thema einer breiten Öffentlichkeit stärker zugänglich gemacht werden soll.

<https://inqa.de/DE/vernetzen/offensive-psychische-gesundheit/uebersicht.html>

GESUNDHEITSPOLITIK

Corona Neuinfektion steigen weiter: Leopoldina bezieht Stellung



Stärkung des psychiatrischen Therapieangebots und der Prä- vention

Die Situation ist ernst und droht sich weiter zu verschärfen. Jeden Tag sterben hunderte Menschen, Infektionsketten können nicht mehr nachverfolgt werden, Krankenhäuser und Gesundheitsämter stoßen ans äußerste Limit. Trotz Teil-Lockdowns im November verharren die Infektionszahlen weiterhin auf hohem Niveau, so dass noch vor Weihnachten ein harter Lockdown unvermeidlich wird.

Die Leopoldina empfiehlt vor dem Hintergrund dieser Entwicklungen auch die sozialen und psychischen Folgen abzumildern, etwa durch ein erweitertes psychotherapeutisches bzw. psychiatrisches Angebot bei Therapie und Prävention. Wichtige Präventionsmaßnahme: Körperliche Bewegung zum Erhalt und Steigerung der Resilienz. Auch die psychosoziale Belastung bei Quarantäne und Isolation erhält verstärkt Aufmerksamkeit. Das FETZ unterstützt dazu bereits durch eine Online-Beratung und -Diagnostik.

www.leopoldina.org/publikationen/stellungnahmen/stellungnahmen

Ausblick

2021

Prävention und Früherkennung bei schweren Erkrankungen des Gehirns

Digitaler Stammtisch

Wir halten Sie auf dem Laufenden und laden Sie ein, den Verein aktiv mitzugestalten! Geplant ist ein digitaler Stammtisch in unregelmäßigen Abständen.

Interesse? Dann nehmen wir Sie gerne in den Verteiler auf. Teilen Sie uns Ihre E-Mail-Adresse via info@kvsg.de mit. Wir informieren Sie rechtzeitig über den Termin.

Vortragsveranstaltung zum Thema „Corona und Psyche“

Was macht die Pandemie mit unserer Seele? Wir wollen psychische Belastungen und Folgeerscheinungen, die durch die Corona-Pandemie hervorgerufen werden, aus verschiedenen Blickwinkeln beleuchten und diskutieren.

Die erste Gala zugunsten von Alzheimer-Demenz und seelischer Gesundheit des KVSG

Save the date! Wir freuen uns auf dieses besondere Highlight mit der Oper Köln.

WANN: 18. Juni 2021 | **WO:** Oper Köln | **WAS?** An diesem Abend werden das Ensemble und das Internationale Opernstudio der Oper Köln, der Chor der Oper Köln und das Gürzenich-Orchester Köln die Besucher mit einem Mix unterschiedlichster Stücke unterhalten.

Bitte merken Sie sich den Termin schon heute vor

Ein Teil des Erlöses aus dem Kartenverkauf wird der Arbeit des KVSG zu Gute kommen.

Wir freuen uns über Ihre Anregungen, Lob und Kritik. Treten Sie in Kontakt mit uns: info@kvsg.de

Herzliche Grüße
Ihr Vorstand und Team des KVSG