



RTS

Titel: Aufklärungskampagne für Gehirngesundheit: „Bevor Du es vergisst“
Länge: 1'00" **Autor:** Andreas Suckel **Sprecher:** Anne Geck/Andreas Suckel

<Anmoderationsvorschlag:>

Am 21. September ist Welt-Alzheimerstag. Er dreht sich um eines unserer wichtigsten Organe, und zwar um das Gehirn und seine Leistungsfähigkeit. Die eigene Gehirngesundheit aktiv zu schützen, kann die Lebensqualität erhöhen und die Grundlage für ein selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter sichern und das Risiko für Erkrankungen wie Demenz verringern. Darüber informiert eine jetzt startende Aufklärungskampagne. Ein Beitrag von Andreas Suckel:

<Sprecher:>

Den Begriff „Herzgesundheit“ kennt jeder, doch wie ist es mit „Gehirngesundheit“? Hier denken sich viele, da kann man eh nichts machen. Dieses Denken will die Aufklärungskampagne „Bevor du es vergisst“ des Pharmaunternehmens Lilly ändern, denn: Jeder kann etwas tun, um sein Gehirn zu stärken und das Risiko für Demenz zu senken. Nenn' uns doch bitte mal die Fakten:

<Sprecherin:>

Aber gerne: Fast die Hälfte aller Demenzfälle könnte verhindert oder verzögert werden, wenn 14 bekannte Risikofaktoren beachtet werden: Als junger Mensch ist das eine geringe Bildung, später dann unter anderem Hörverlust, Depressionen, wenig Bewegung, Alkohol, Bluthochdruck, Rauchen, Diabetes und Übergewicht. Und im Alter zum Beispiel Einsamkeit und unbehandelter Sehverlust.

<Sprecher:>

Diese Fakten zu kennen, ist natürlich gut. Doch noch besser ist es, selbst aktiv vorzusorgen und die eigene Gehirngesundheit zu stärken. Genau das will die Kampagne "Bevor du es vergisst" von Lilly zeigen. Alle Informationen dazu und viele praktische Alltagstipps auf meine-gehirngesundheit.de.