

## Was kann getan werden?

Es gibt eine Reihe förderlicher Bedingungen, die die Situation des Erkrankten und seiner Angehörigen erleichtern können. Diese Bedingungen liegen vor allem im Bereich von guter Betreuung und Pflege und der Einhaltung eines geregelten Tagesablaufes. Weiterhin sollten störende Faktoren aus der häuslichen Umgebung (z.B. schlechte Beleuchtung, Lärm, Stolperfallen) entfernt werden. Durch körperliche, emotionale und geistige Aktivierung, ggf. mit Hilfe von Krankengymnasten oder Beschäftigungstherapeuten, können Verbesserungen erzielt werden. Selbst für Probleme wie Blasenschwäche (Inkontinenz), erschwerte Nahrungsaufnahme und Wundliegen gibt es viele Hilfen.

## Helfen Medikamente?

Die meisten Demenzformen sind nicht heilbar. Medikamente können das Voranschreiten der Erkrankung bei manchen Patienten jedoch verlangsamen. Wichtiger noch als Medikamente sind die **optimale Versorgung** und Pflege der erkrankten Menschen.

## Wo gibt es Hilfe?

Die Demenzkrankheit stellt für die pflegenden Angehörigen eine **große Herausforderung** dar. Sie kämpfen mit ungewohnten Verhaltensweisen und Persönlichkeitsveränderungen, bei denen alle gewohnten Lösungsstrategien versagen. Sie haben pflegerische Aufgaben zu leisten, für die sie nicht ausgebildet worden sind, in einer Umgebung, die sich dazu wenig eignet. Sie müssen Abschied nehmen von einem geliebten Menschen. Es ist sehr schwer, dieser Belastung auf Dauer ohne **Unterstützung** standhalten. Hilfe gibt es in Form von Angehörigen-, Selbsthilfe- und Beratungsgruppen, Sozialstationen, Hauspflegevereinen, Betreuungsgruppen, Tages-, Heim-, und Kurzzeitpflege.

Bitte erkundigen Sie sich bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft, was in Ihrer Stadt möglich ist (01803-171017, € 0,09 pro Minute).

Ausführliche Informationen sowie weiterführende Adressen, Bücher, Links, Informationen zu rechtlichen Problemen, nützliche Checklisten und Formulare finden Sie im Internet z.B. unter [www.patientenleitlinien.de](http://www.patientenleitlinien.de).

Diese Patienteninformation beruht auf einer Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin. Sie wurde überreicht durch:

Dieses Faltblatt erklärt Ursachen, Frühzeichen, Verlauf, Untersuchungs- und Behandlungsmethoden der Demenz und gibt praktische Hinweise für Angehörige. Es wurde von einem Expertenteam der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM) erstellt und wird regelmäßig aktualisiert.

**Zerstretheit, Vergesslichkeit, Wesensveränderungen - sind das normale Erscheinungen des Älterwerdens oder sind es Zeichen einer Erkrankung, die behandelt werden muss?**

## Was ist eine Demenz?

Viele Menschen haben das Gefühl, im Alter „vegeslicher“ oder „zerstreuter“ zu werden. Meist wird dies nicht durch eine Demenzerkrankung ausgelöst. Das gelegentliche Vergessen einer Telefonnummer allein ist also kein Grund zur Sorge.

Eine Demenz ist eine Erkrankung, die das Denken und die Persönlichkeit betrifft. Sie sollten daher aufmerksam werden, wenn z.B. bei Angehörigen spürbare Veränderungen in mehreren Lebensbereichen auftreten (z.B. „Vergesslichkeit“, Antriebslosigkeit und Schwierigkeiten im Straßenverkehr).

Ungefähr 7 von 10 Demenzerkrankungen werden durch die häufigste Form, die Alzheimer-Krankheit, hervorgerufen. Bei dieser Krankheit gehen in bestimmten Bereichen des Gehirns allmählich Nervenzellen zugrunde. Ca. 2 von 10 Demenzerkrankungen werden durch Durchblutungsstörungen des Gehirns verursacht, andere Demenzformen sind seltener. Typisch für alle Formen ist eine Verschlechterung der Gedächtnisleistungen, des Denkvermögens, der Sprache und des praktischen Geschicks, ohne Trübung des Bewusstseins.

## Was spricht dafür, auf Frühzeichen zu achten?

Für viele Patienten ist es sehr wichtig, so früh wie möglich sicher zu stellen, ob es sich um eine Demenzerkrankung handelt, weil dadurch:

- ▶ die Chance vergrößert wird, von den vorhandenen Behandlungsmöglichkeiten Gebrauch zu machen,
- ▶ mehr Zeit vorhanden ist, um für die Zukunft zu planen,
- ▶ die Unsicherheit genommen wird,
- ▶ einige wenige Demenzformen geheilt werden können,
- ▶ unter Umständen die Lebensqualität verbessert werden kann.

## Was sind mögliche Warnhinweise?

Die folgende Liste zeigt 10 Warnhinweise, die auf eine Demenz hinweisen können.

1. Vergesslichkeit
2. Schwierigkeiten mit gewohnten Handlungen
3. Sprachprobleme (z.B. das Verwenden von unpassenden Füllwörtern)
4. Räumliche und zeitliche Orientierungsprobleme
5. Eingeschränkte Urteilsfähigkeit
6. Probleme mit abstraktem Denken
7. Liegenlassen von Gegenständen
8. Stimmungs- und Verhaltensänderungen
9. Persönlichkeitsveränderungen
10. Verlust der Eigeninitiative

## Warum ist es wichtig zum Arzt zu gehen?

Eine genaue Untersuchung des körperlichen und geistigen Zustandes ist sehr wichtig. Nur so kann man sicher sein, dass es sich wirklich um eine Demenz handelt.

Demenzranke sind häufig nicht in der Lage oder Willens, einen Arzt aus eigenem Antrieb aufzusuchen. Hier sind die Angehörigen wichtig - sie können den Betroffenen zum Arztbesuch ermutigen, und ihre Schilderungen können helfen, die Krankengeschichte zu erheben.

Jeder erkrankte Mensch hat das Recht seine Diagnose zu erfahren bzw. nicht zu erfahren. Der Wunsch des Patienten ist im vertrauensvollen Gespräch mit dem behandelnden Arzt zu ermitteln.

Um sicherzugehen, dass es sich um eine Demenz handelt und um andere Erkrankungen auszuschließen, werden immer eine körperliche Untersuchung und Laboruntersuchungen des Blutes durchgeführt.

Anhand von Fragebögen und leichten Übungsaufgaben können Gedächtnisleistung, Denkvermögen und praktisches Geschick beurteilt werden.

Um die Struktur und die Funktion des Gehirns zu beurteilen, kann es sinnvoll sein, bildgebende Untersuchungsmethoden wie die Computer- oder Kernspintomographie (CT, MRT) einzusetzen.