



- Psychiatriekoordination
- Demenzberatung

STADT  
ESSEN

## Informationen zum Thema Demenz?

### Frühzeitige Hilfe bei Demenz schafft Sicherheit und Lebensqualität!

Demenz ist eine langsam fortschreitende Erkrankung des Gehirns, in deren Verlauf Nervenzellen absterben. Dies führt vorrangig zum Abbau der intellektuellen Fähigkeiten. Demenz gilt als eine der gerontopsychiatrischen Erkrankungen.

Dementielle Erkrankungen gehören zu den häufigsten und folgereichsten psychiatrischen Erkrankungen im Alter. Die Wissenschaft sagt, dass in der Altersgruppe der 65+ Jährigen durchschnittlich 7% an einer Demenz leiden. Je älter ein Mensch wird, desto stärker steigt das Risiko an einer Demenz zu erkranken: Bei den 85-89-Jährigen sind es ca. 24% und bei den über 90-Jährigen ca. 35%, die an Demenz leiden können (U. Lehr, Zentrum für Altersforschung, Universität Heidelberg, 2004).

Bei einer Prävalenzrate von 7% wären 2009 in Essen ca. 8800 Essener über 65 Jahren an einer Demenz erkrankt.

Demenz ist der Oberbegriff verschiedenster Krankheitsbilder, die mit dem Verlust der geistigen Funktionen, wie Denken, Erinnern, Orientierung, Lernfähigkeit, Sprache, Urteilsvermögen und Verknüpfen von Denkinhalten, einhergehen. 60% der Demenzformen, sind vom Typ der Alzheimer-Demenz.

Mit zunehmendem Krankheitsverlauf kann es zu schweren Persönlichkeitsveränderungen kommen. Ängste können auftauchen, Unsicherheiten, Aggressionen, Wahnvorstellungen (Angst vor Verarmung, Diebstahl etc.) und Reizbarkeit. Es sind die Reaktionen darauf, dass die Betroffenen die Veränderungen an sich merken und sie ihnen Angst machen. Die Betroffenen beobachten immer häufiger, dass sie sich an Ereignisse, die kurze Zeit zurückliegen, nicht mehr erinnern. Sie können sich z.B. Geburtsdaten oder die Tageszeit nicht mehr wie früher merken, die Uhr nicht mehr ablesen oder Sie haben Schwierigkeiten, sich in einer fremden Umgebung zurechtzufinden. Bei fortschreitender Demenz sind die Erkrankten stets auf die Hilfe und Fürsorge von Angehörigen und Fachkräften angewiesen.

Eine frühzeitige (fach-)ärztliche Diagnose durch einen Geriater (=Altersmediziner) oder einem (Geronto-) Psychiater ist zum sicheren Ausschluss anderer Störungen zwingend notwendig und schafft Sicherheit bei Betroffenen und Angehörigen. Z.B. zeigen andere Erkrankungen, wie z.B. Depressionen, ähnliche Symptome, so dass bei Betroffenen durch eine frühzeitige Diagnose mit einer adäquaten Behandlung unnötige Ängste und Verunsicherungen vermieden werden können. Ältere Menschen kommen auch oft mit dem Verdacht der dementiellen Störung ins Krankenhaus (ca. 20%), obwohl lediglich Dehydrierung oder ernährungsbedingte Unterversorgungen – z.B. Vitamin B12-Mangelversorgungen – oder andere Erkrankungen vorliegen. Als geheilt können sie oft das Krankenhaus verlassen.





- Psychiatriekoordination
- Demenzberatung

STADT  
ESSEN

Eine Heilung der dementiellen Erkrankungen ist zurzeit noch nicht möglich. Jedoch kann über frühzeitige Interventionen, z.B. durch gezielte medikamentöse Behandlung, kognitive Förderung und/oder soziale Hilfestellungen, der Krankheitsverlauf positiv beeinflusst, abgeschwächt bzw. sogar hinausgeschoben werden. So kann eine gute Lebensqualität und das Wohnen im eigenen Haushalt für die Betroffenen und die Pflegenden möglichst lange erhalten bleiben.

Auch eine Vielzahl präventiver Gesundheitsmaßnahmen kann im Vorfeld der Erkrankung und auch bei Krankheitsausbruch positiv wirken. Dazu gehören kognitive Anforderungen - Stichwort "lebenslanges Lernen" -, eine eigenverantwortliche Lebensführung mit sportlich komplexer Bewegungsausrichtung (Tanzen, Jonglieren, Federballspielen etc.), sowie das Hirn trainierende, anregender Geselligkeit (Kaffeeklatsch, Kartenspiel, Sprachenlernen in der Gruppe etc.).

Soziale Vereinsamung und körperliche wie geistige Immobilität sind krankheitsfördernd. Auch die Pflege eines anspruchsvollen Hobbys, wie das Klavierspielen, hat positive Wirkung.

Obwohl die Menschen durch die Krankheit einen Hirnabbauprozess und Funktionseinschränkungen erleiden, sind sie über lange Krankheitsphasen in ihrer emotionalen Erlebnisfähigkeit nicht eingeschränkt. Sie reagieren sehr lange Zeit voll authentisch mit Freude, Stolz, Traurigkeit o.a. und haben Spaß an sozialem Kontakt. Basale Stimulationen, wie Streicheln, in den Arm nehmen, sowie Singen beruhigen die Kranken.

In der Regel führen Demenzen dazu, dass alltägliche Aktivitäten und Alltagsbewältigungen sowie soziale Kontakte nicht mehr eigenständig durchgeführt und erhalten werden können. Bei fortschreitender Demenz sind die Betroffenen somit auf die Hilfe und Fürsorge von Angehörigen und Fachkräften angewiesen. Die Hauptlast der Pflege und Versorgung tragen überwiegend die Angehörigen, das führt oft bis an den Rand der körperlichen und seelischen Erschöpfung. Sind keine Angehörigen oder Kinder vorhanden, kann zum Hilfeaufbau ein gesetzlicher Betreuer eingesetzt werden.

Dementielle Erkrankungen haben für Erkrankte und ihre Angehörigen Belastungen und Einschränkungen in Lebensführung und Lebensqualität zur Folge, die oft mit großem individuellem Leid verbunden sind. In der Regel werden Familien stark beeinträchtigen, und es wird bis an ihre körperlichen wie psychischen Grenzen viel abverlangt. Frühzeitige Informationen zu Krankheit und Hilfestellungen im Alltag können Überforderung und übergroßes Leid verhindern.

Ziel aller Bemühungen ist, dem demenzkranken Essener Bürger möglichst lange mit Hilfestellung seine gewohnte Umgebung und Lebensqualität zu erhalten, und den pflegenden Angehörigen Unterstützungswege aufzuzeigen.