

Warum insbesondere Senioren schon mal vergesslich sind, ist leicht zu verstehen und hängt mit ihrem Erfahrungsschatz zusammen. Wenn beispielsweise ein junger Mensch sich lediglich zehn Geburtstage aus seinem Freundes- und Verwandtenkreis merken muss, so ist es für ihn relativ leicht, sich diese überschaubare Anzahl ins Gedächtnis zu rufen. Ältere Menschen, die im Laufe ihres langen Lebens eine wesentlich größere Anzahl an Personen kennen gelernt haben, die ihnen wichtig sind, müssten sich dann an eine Geburtstagsliste von beispielsweise 50 Personen erinnern – ein Vorgang, der wesentlich komplexer ist. Sollten Sie also in einem Beratungsgespräch mit den Befürchtungen eines auf Sie rege wirkenden, älteren Patienten konfrontiert werden, er stehe kurz

- ▶ „Leiden Sie neuerdings an Unkonzentriertheit und haben beispielsweise immer weniger Lust, längere Zeitungsartikel zu lesen, deren Thematik Sie eigentlich interessiert?“
- ▶ „Leiden Sie unter Sprachstörungen und kommen auffällig häufig nicht mehr auf das Wort, das Sie gerade benötigen?“
- ▶ „Vergessen Sie immer wieder Namen von Personen, die Sie eigentlich kennen sollten?“
- ▶ „Beobachten Sie an sich selbst zeitliche und räumliche Orientierungsstörungen, die Sie in diesem Ausmaß früher nicht kannten?“
- ▶ „Können Sie sich neue Informationen kaum noch merken?“
- ▶ „Trauen Sie sich bei der Erörterung von Problemen kaum noch ein Urteilsvermögen zu?“

fordert und reagieren dann gereizt?“

- ▶ „Haben Sie neuerdings eine Art Sammelleidenschaft an sich entdeckt und lieben Sie es, Dinge zu verstecken?“
- ▶ „Kommt es Ihnen so vor, als ob Sie häufig Sachen an Orte verlegen, wo sie nicht hingehören?“

Wenn Ihr Gesprächspartner die Mehrzahl auch dieser Fragen mit „Ja“ beantwortet hat, sollten Sie ihm unbedingt raten einen Arzt aufzusuchen, um entsprechende Tests machen zu lassen. Wenn möglich, sollten Sie diesen Tipp auch einem Angehörigen geben. Standardisierte Tests wie etwa der Mini-Mental-Status-Test (MMST) dauern lediglich eine viertel bis halbe Stunde und können von Hausärzten, Neurologen oder in speziellen Gedächtnisambulanzen durchgeführt werden. Um

Dass ältere Menschen leicht vergesslich sind, ist normal. Eine echte Demenz liegt jedoch dann vor, wenn ein **unumkehrbarer** Verlust geistiger Fähigkeiten eintritt, der neben zunehmender Vergesslichkeit auch mit einer Persönlichkeitsveränderung und mit einem körperlichen Abbau verbunden ist.

Wo ist nur ...?

vor einer Demenz, bloß weil er ab und an etwas vergisst, können Sie ihn mit diesem Beispiel vielleicht seine übertriebene Angst nehmen.

Nur vergesslich oder schon dement? Allerdings darf man die Gefahr einer sich anbahnenden Demenz aber auch nicht bagatellisieren. Insofern sind Sie auf der sicheren Seite, wenn Sie vor dem Geburtstagsbeispiel einige Informationen einholen, die Rückschlüsse auf einen möglichen Beginn der Krankheit zulassen. Stellen Sie folgende Fragen:

Bejaht der Patient die Mehrzahl dieser Fragen, sollten Sie das Gespräch weiterführen und ihn zu den Stichpunkten Stimmungs- und Verhaltensänderungen befragen:

- ▶ „Haben Sie Interesse an Themen verloren, die Sie früher gefesselt haben?“
- ▶ „Leiden Sie unter Stimmungsschwankungen wie etwa einer plötzlich aufziehenden Traurigkeit oder einem Wutanfall?“
- ▶ „Neigen Sie zu mehr Ängstlichkeit als noch vor kurzer Zeit?“
- ▶ „Fühlen Sie sich schnell über-

die Grenze zur eingangs beschriebenen normalen Altersvergesslichkeit auszuloten, wurden auch in der sogenannten Differenzialdiagnose Fragestellungen entwickelt, die auf spezielle Auffälligkeiten abzielen. Eine solche Auffälligkeit besteht etwa darin, im Gespräch häufiger den roten Faden zu verlieren.

Behandlungsmöglichkeiten

Generell wird zwischen den zwei häufigsten Arten der Demenz unterschieden: der nach ihrem Entdecker benannten Alzheimer-Demenz und der vaskulären, also gefäßbedingten Demenz. Da die Demenz auch leicht an eine Depression angrenzt, spielt auch dieses Krankheitsbild eine gewisse Rolle. Intrinsische Erkrankungen wie Herzschwäche oder Bluthochdruck werden insbesondere



bei einer vaskulären Demenz mit den entsprechenden Medikamenten bekämpft. Ist die Demenz an depressive Stimmungen gekoppelt, wird der behandelnde Arzt Antidepressiva verordnen. Schwierig ist die Situation bei Medikamenten zur Steigerung der Gehirnleistung, den sogenannten Antidementiva. Sie werden in der Fachpresse kontrovers diskutiert.

Allerdings gibt es neben der Gabe von Medikamenten noch andere Maßnahmen, die die Lebensqualität des Betroffenen noch ein wenig anheben können. So können Sie den Angehörigen dazu raten, mit den zumeist unruhig wirkenden Demenzkranken folgende Maßnahmen durchzuführen:

- ▶ Die Familie sollte dafür sorgen, dass der Betroffene Spaziergänge an der frischen Luft macht.
- ▶ Sollte er die Möglichkeit haben, ungestört saunieren zu können, ist auch das eine entspannende Maßnahme.
- ▶ Sofern der Erkrankte noch dazu in der Lage ist, sind Entspannungsverfahren wie Autogenes Training, Yoga, Thai-Chi oder Progressive Muskelentspannung nach Jacobson hilfreich.

Kommunikative Besonderheiten

Einerlei, ob Sie als PTA unmittelbar mit einem an Demenz erkrankten Menschen kommunizieren oder ob Sie Angehörigen Tipps geben wollen – auf folgende Stichpunkte sollte geachtet werden:

- ▶ Wer mit Demenzkranken spricht, sollte sein Anliegen in einfachen Sätzen ausdrücken.

Das bedeutet aber keineswegs, dass man in eine Art Babysprache verfallen sollte.

- ▶ Machen Sie zwischen den Sätzen kleine Pausen.
- ▶ Vermeiden Sie Beschreibungen. Sprechen Sie nur über konkrete Dinge.
- ▶ Formulieren Sie keine offenen Fragen. Die Fragen sollten klar und zugespitzt nur Antworten mit „ja“ oder „nein“ zulassen.

Bedrängen Sie den Betroffenen aber nicht und geben Sie ihm mit seinen Antworten Zeit.

- ▶ Bleiben Sie im Gespräch dem Betroffenen gegenüber zugewandt. Sie wissen ja: Körpersprachliche Signale werden unterbewusst aufgenommen und sind von besonders großer Bedeutung.

»Wer mit Demenzkranken spricht, sollte sein Anliegen in einfachen Sätzen ausdrücken.«

- ▶ Einerlei wie das Gespräch verläuft: Bewahren Sie die Ruhe. Jegliche emotionale Aufregung Ihrerseits überträgt sich nachteilig auf den Erkrankten.

Weiterführende Informationen finden Sie im Netz beispielsweise unter www.deutsche-alzheimer.de und www.alzheimerforum.de ■

Claus Ritzi, Pharmajournalist (wdv)