

Demenz und Alzheimer - Definition, Anzeichen und Formen

Die Diagnose Demenz bedeutet für die Betroffenen und Angehörigen einen belastenden Einschnitt. In Deutschland leiden ca. 1,4 Millionen Menschen unter einer Demenz, 2/3 davon sind an der sogenannten Alzheimer-Demenz erkrankt. Doch was ist dabei konkret eine Demenz, was ist Alzheimer?

Demenz bedeutet in der wörtlichen Übersetzung aus dem lateinischen soviel wie "der Geist ist weg". Damit ist das Hauptmerkmal einer Demenz bereits treffend beschrieben, der Verlust der geistigen Fähigkeiten. Die Ursachen einer Demenzerkrankung sind vielfältig. Rund 1,4 Million Menschen leiden allein in Deutschland an einer Demenz. 2/3 der Demenzkranken sind an Alzheimer erkrankt, bei der in bestimmten Bereichen des Gehirns allmählich Nervenzellen zugrunde gehen. Demenzerkrankungen treten überwiegend in der zweiten Lebenshälfte auf, in den meisten Fällen nach dem 65. Lebensjahr. Wenn man davon ausgeht, dass besonders die Zahl der Hochaltrigen zunimmt und um 2030 jeder dritte Bundesbürger älter als 60 Jahre ist, kommt eine große Herausforderung auf pflegende Familien, Kostenträger, auf die Altenpflege und auf unsere gesamte Gesellschaft zu. Demenz ist dabei ein Oberbegriff für mehr als 50 Krankheitsformen. Sie verlaufen unterschiedlich, führen alle jedoch langfristig zum Verlust der geistigen Leistungsfähigkeit. Die Ursachen für Demenz sind sehr vielfältig. Zu unterscheiden ist grundsätzlich zwischen primären und sekundären Demenzen. Eine sekundäre Demenz ist Folge einer anderen, bereits vorhandenen Grunderkrankung.

Was ist Demenz? Was ist Alzheimer?

Oft wird nach dem Unterschied zwischen Demenz und Alzheimer gefragt. Demenz ist dabei der Oberbegriff für Erkrankungsbilder, die mit einem Verlust der geistigen Funktionen wie Denken, Erinnern, Orientierung und Verknüpfen von Denkinhalten einhergehen und die dazu führen, dass alltägliche Aktivitäten nicht mehr eigenständig durchgeführt werden können. Der Begriff Demenz ist international im ICD 10 (Internationale Klassifikation der Krankheiten, 10. Revision) einheitlich definiert. Die Definition nach ICD-10 besagt folgendes: Symptome sind die Beeinträchtigungen höherer kortikaler Funktionen einschließlich: Gedächtnis (Kurz- und Langzeit), Denken, Orientierung, Rechnen, Lernfähigkeit, Sprache und Urteilsvermögen. Die Dauer der Symptomatik beträgt mindestens 6 Monate und der Verlauf ist dabei chronisch und progredient. Die häufigste Form der Demenz ist die Alzheimer-Demenz ("der Alzheimer"). Rund 60 % aller Demenzen werden durch eine Alzheimer-Demenz hervorgerufen. Bei dieser Krankheit gehen in bestimmten Bereichen des Gehirns durch Störungen des Gleichgewichts des Botenstoffs Glutamat Nervenzellen zugrunde. Man spricht auch von einer neurodegenerativen Demenz. Bei der Behandlung der Alzheimer-Demenz ist es wichtig, die Störungen im Bereich der Botenstoffe durch Gabe von Antidementiva (z.B. Memantine) positiv zu beeinflussen. Die Alzheimer Demenz wurde von dem bayrischen Nervenarzt Alois Alzheimer Anfang des 20. Jahrhunderts genau untersucht und 1907 erstmals als eigenständige Erkrankung beschrieben und aufgezeichnet. Die genaue Ursache der Alzheimer-Krankheit ist bisher nicht bekannt. Wenn Alzheimer-Patienten erstmals durch massive Vergesslichkeit auffallen, dann hat das Gehirn meist schon eine über Jahre währende, schleichende Veränderung hinter sich. Unbemerkt sterben im Gehirn die Nervenzellen und ihre Verbindungen ab. Der Zerfall beginnt im Gehirn an denjenigen Orten, die mit Gedächtnis und Informationsverarbeitung zu tun haben. Hier wird Erlerntes (alte Informationen) mit Sinneseindrücken (neuen Informationen) vernetzt. Durch den Verlust an Nervenzellen und Botenstoffen können die eintreffenden neuen Sinneseindrücke nicht mehr richtig verarbeitet und mit dem bereits Gelernten nicht mehr sinnvoll verknüpft werden.

Die Primärsymptome der Alzheimer Erkrankungen sind die **fünf A's**:

Aphasie (zentrale Sprachstörung)

Agnosie (Störung des Erkennens)

Apraxie (Störung von Handlungen und Bewegungsabläufen sowie Unfähigkeit, Gegenstände sinnvoll zu verwenden)

Abstraktionsstörung (Denkstörung)

Assessmentstörung (Verlust von Urteils- und Kritikfähigkeit).

Durch eine frühzeitige Diagnose und Behandlung lässt sich der Krankheitsverlauf einer Demenz verzögern. Schon nach wenigen Wochen kann sich durch eine Behandlung eine Verbesserung der kognitiven Leistungen einstellen. Deshalb sollten Sie erste Anzeichen einer nachlassenden Leistungsfähigkeit ernst nehmen und gegebenenfalls mit Ihrem Arzt sprechen. Nicht immer handelt es sich bei einer zunehmenden Vergesslichkeit oder Unkonzentriertheit gleich um eine Form der Demenz. Gemeinsam mit Ihrem Arzt können Sie die Ursachen der Veränderungen herausfinden und mit einer geeigneten Therapie beginnen. Neben der medikamentösen Behandlung helfen den Betroffenen oft psychosoziale Therapien wie körperliche Aktivität, kreative und künstlerische Therapien.

Erste Warnzeichen für eine möglicherweise beginnende Demenzerkrankung:

Bei Demenzkranken nimmt nicht nur das Erinnerungsvermögen ab, sondern auch die Fähigkeit, klar zu denken und Zusammenhänge zu erfassen. Dadurch ändert sich das Verhalten der Betroffenen. 10 Warnzeichen geben frühe Hinweise auf eine möglicherweise beginnende Demenz:

Vergesslichkeit mit Auswirkung auf die Arbeit Die meisten Menschen vergessen ab und an Namen oder Termine. Häufen sich diese Vorfälle und treten außerdem unerklärliche Verwirrheitszustände auf, kann das ein Zeichen für eine Verminderung der Gedächtnisleistung sein.

Schwierigkeiten mit gewohnten Handlungen Menschen, die viel zu tun haben, sind manchmal zerstreut und vergessen z.B. den Topf auf dem Herd. Menschen mit Demenz vergessen evtl. nicht nur den Topf auf dem Herd, sondern auch, dass sie

gekocht haben.

Sprachprobleme Die meisten Menschen haben manchmal Schwierigkeiten damit, die richtigen Worte zu finden. Menschen mit Demenz fallen oft einfache Worte nicht mehr ein, stattdessen verwenden sie unpassende Füllworte. Dadurch werden die Sätze schwer verständlich.

Räumliche und zeitliche Orientierungsprobleme Bei vielen Menschen kommt es ab und an vor, dass sie z.B. Wochentage vergessen oder sich in einer fremden Umgebung verlaufen. Bei Menschen mit Demenz kann es passieren, dass sie in der eigenen Straße stehen und nicht mehr wissen, wo sie sind, wie sie dorthin gekommen sind und wie sie wieder nach Hause gelangen.

Eingeschränkte Urteilsfähigkeit Nicht immer wählen Menschen die dem Wetter entsprechende Kleidung. Bei Menschen mit Demenz ist die gewählte Kleidung manchmal völlig unangebracht. Sie tragen z.B. einen Bademantel beim Einkaufen oder mehrere Blusen an einem heißen Sommertag übereinander.

Probleme mit dem abstrakten Denken Für viele Menschen ist es eine Herausforderung, ein Konto zu führen. Menschen mit Demenz können oft weder Zahlen einordnen noch einfache Rechnungen durchführen.

Liegenlassen von Gegenständen Ab und an lässt fast jeder einmal den Schlüssel oder das Portemonnaie liegen. Bei Menschen mit Demenz kommt es jedoch vor, dass sie Gegenstände an völlig unangebrachte Plätze legen, wie z.B. ein Bügeleisen in den Kühlschrank oder eine Uhr in die Zuckerdose. Im Nachhinein wissen sie nicht mehr, wohin sie die Gegenstände gelegt haben.

Stimmungs- und Verhaltensänderungen Stimmungsänderungen kommen bei allen Menschen vor. Menschen mit Demenz können in ihrer Stimmung sehr abrupt schwanken, oft ohne erkennbaren Grund.

Persönlichkeitsänderungen Im Alter verändert sich bei vielen Menschen die Persönlichkeit ein wenig. Bei Menschen mit Demenz kann eine sehr ausgeprägte Persönlichkeitsänderung plötzlich oder über einen längeren Zeitraum hinweg auftreten. Jemand, der normalerweise freundlich ist, wird z.B. unerwartet ärgerlich, eifersüchtig oder ängstlich.

Verlust der Eigeninitiative Menschen arbeiten nicht fortlaufend mit der gleichen Motivation. Demenzkranke verlieren den Schwung bei ihrer Arbeit und das Interesse an ihren Hobbys manchmal vollständig, ohne Freude an neuen Aufgaben zu finden.

Wichtig bei Demenz ist die Diagnostik. Wenden Sie sich bitte bei Fragen an Ihren Arzt oder Experten. Demnächst werden wir einen Artikel zu Therapie und Hilfe bereitstellen.