

Nur weil ich jetzt
einmal den Hochzeits-
tag vergessen habe, bin
ich doch nicht
dement !!



Demenz – auf Augenhöhe

10 Jahre

DEME^NZ
LIECHTENS^TEIN

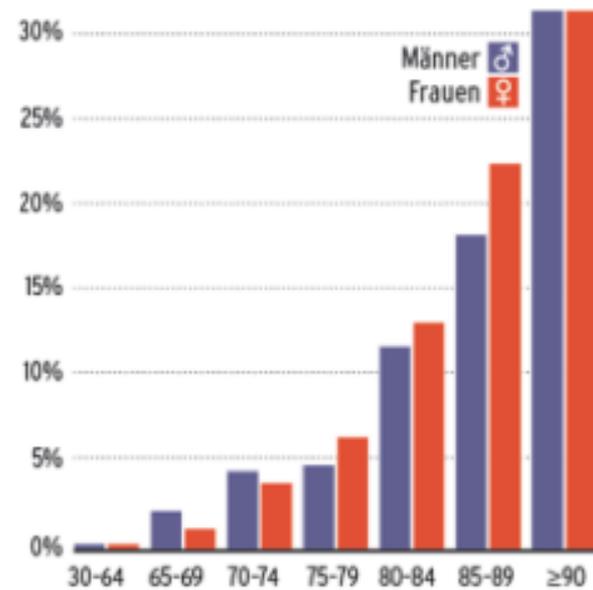
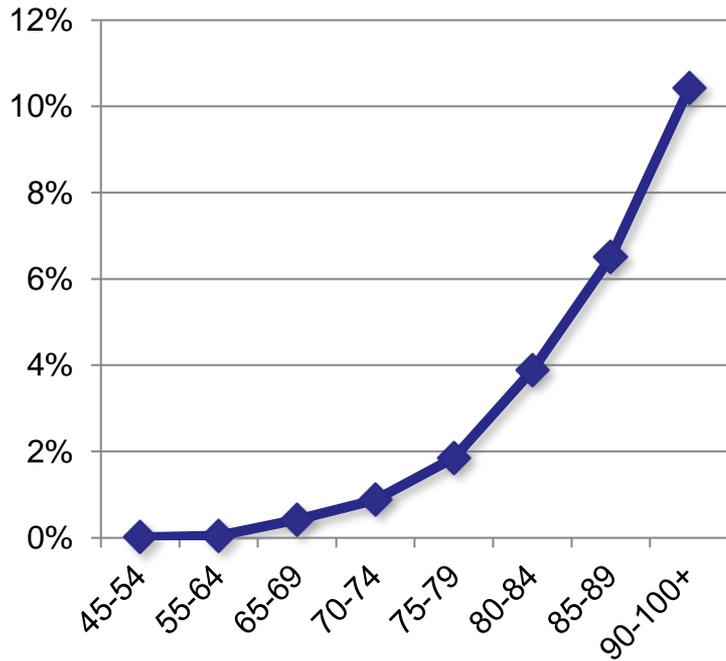
Teil 1:

Blitz-Einführung zu Demenz

Demenz in Vorarlberg/Österreich

- In Vorarlberg leben rund **6'000** Menschen mit einer Demenz. In Österreich sind es rund **150'000**.
- Bis in den nächsten 30 Jahren ist davon auszugehen, dass es rund **13'000/350'000** Menschen sein werden (Schätzung).
- 98% der Menschen mit Demenz (MmD) sind älter als 65 Jahre.
- Im Alter zwischen 45 und 65 Jahren erkranken rund 0,1% an Demenz. Bei den über 90jährigen sind es über 30%.
- Anteil der Frauen: 70%.
Frauen werden statistisch gesehen älter.
- Die Wahrscheinlichkeit, an Demenz zu erkranken, ist für Männer und Frauen gleich.

Inzidenz/Prävalenz



Demenzen

Primäre Demenzen

Das Gehirn selbst ist krank, Gehirnzellen sterben ab, die Gehirnleistungen nehmen stetig ab.

Sekundäre Demenzen

Das Gehirn selbst ist nicht krank – es funktioniert als Folge einer anderen körperlichen Störung nicht mehr richtig.

Neuro- degenerative Demenzen

Eiweiße verklumpen in und zwischen den Gehirnzellen und zerstören die Zellen.

Vaskuläre Demenzen

Die Gefäße im Gehirn sind geschädigt – die Blutversorgung des Gehirns ist nicht mehr sichergestellt.

Viele mögliche Ursachen

Mangelzustände
Vergiftungen
Austrocknung
Entzündungen
Stoffwechselstörungen
...

Demenzen

Neuro- degenerative Demenzen

Eiweisse
verklumpen in
und zwischen
den
Gehirnzellen
und zerstören
die Zellen.

Verschiedene Unterformen, je nachdem, welche
Eiweisse in welchen Regionen des Gehirns
verklumpen.

**Alzheimer-
Demenz***

**Fronto-
temporale
Demenz**

**Lewy-
Body-
Demenz**

**Andere
Formen**

Demenzen

Vaskuläre Demenzen

Die Gefäße im Gehirn sind geschädigt – die Blutversorgung des Gehirns ist nicht mehr sichergestellt.

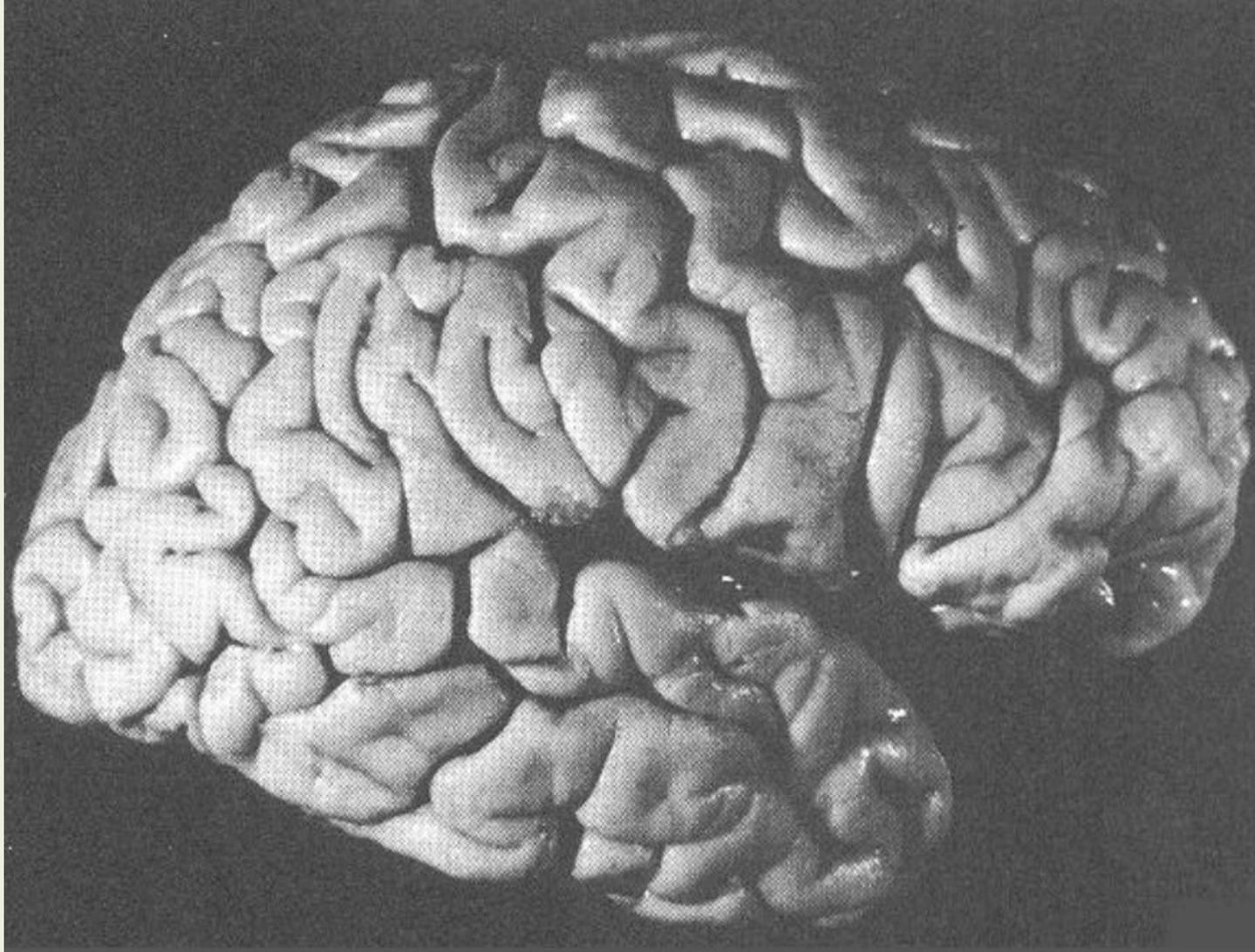
Verschiedene Unterformen, je nachdem welche Gefäße in welchen Regionen des Gehirns welche Schädigungen haben.

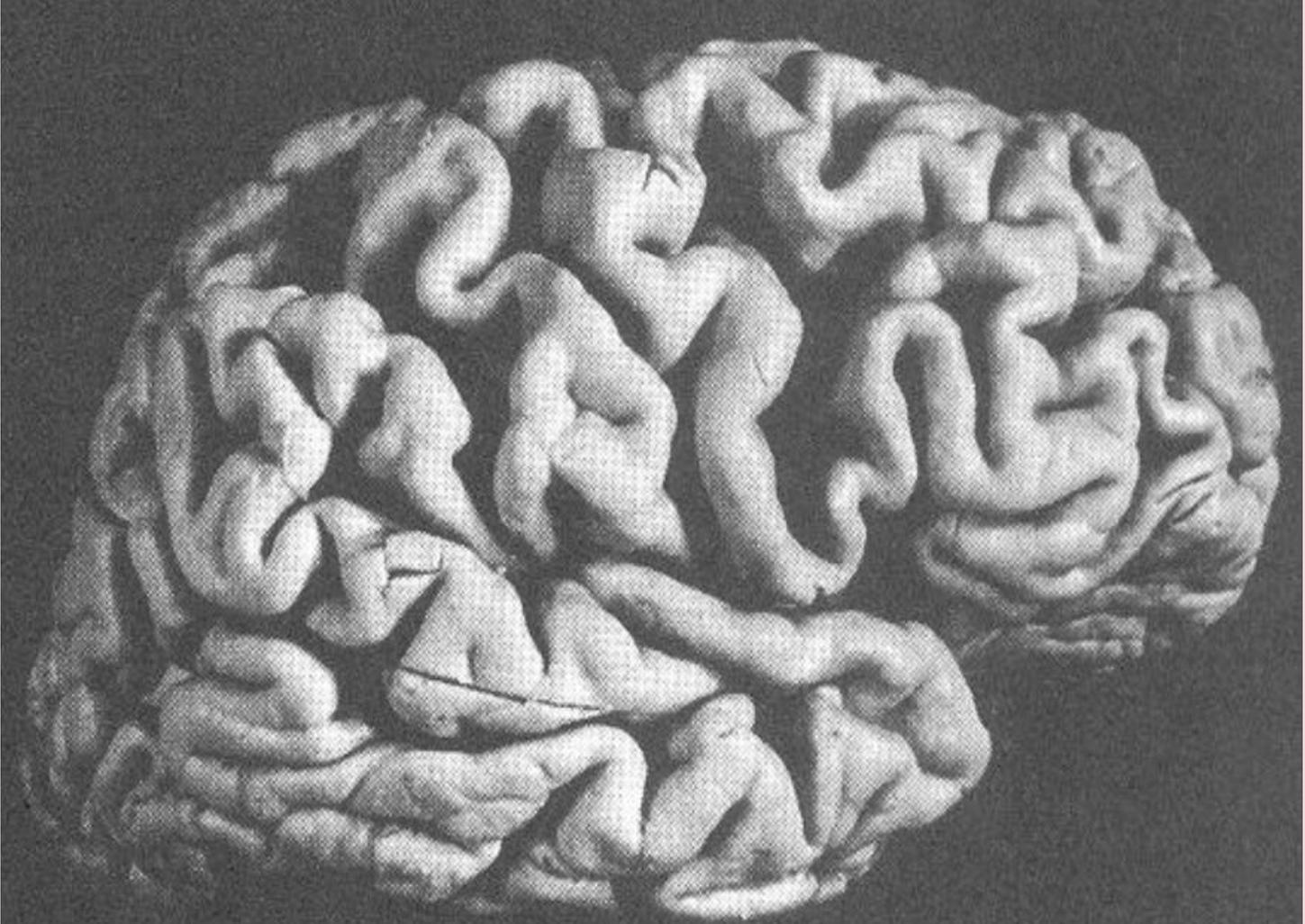
**Multi-
Infarkt-
Demenz**

**Demenz
nach
Schlaganfall**

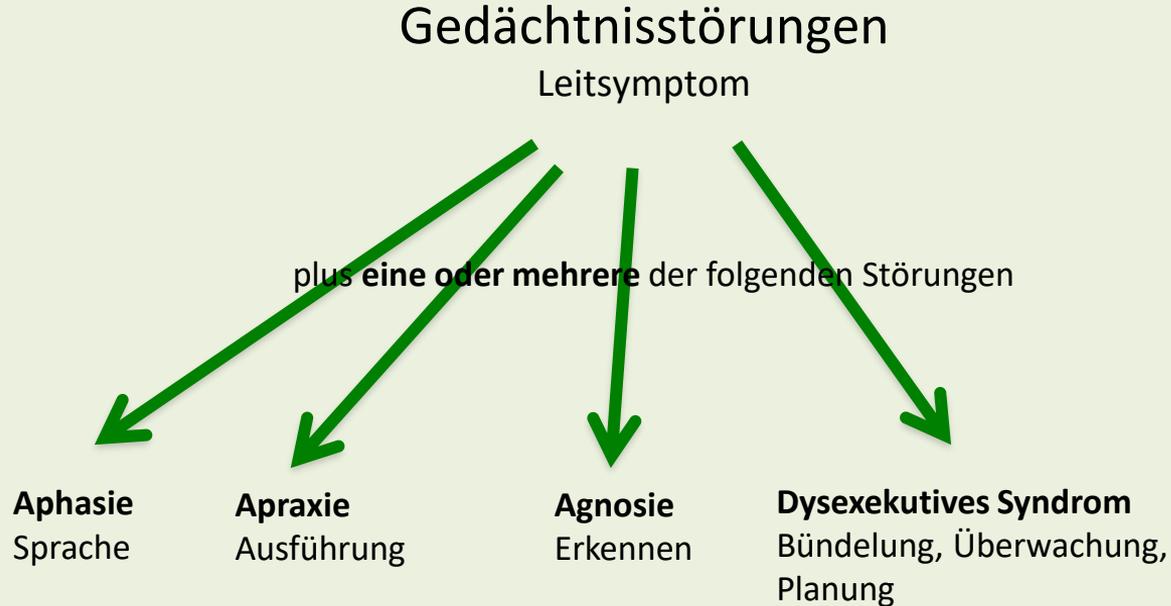
**Demenz
nach
Hirnblutung**

**Andere
Formen**





Definition: primäre Demenz



Die Symptome müssen über einen **Zeitraum vom mind. sechs Monaten** bestehen!

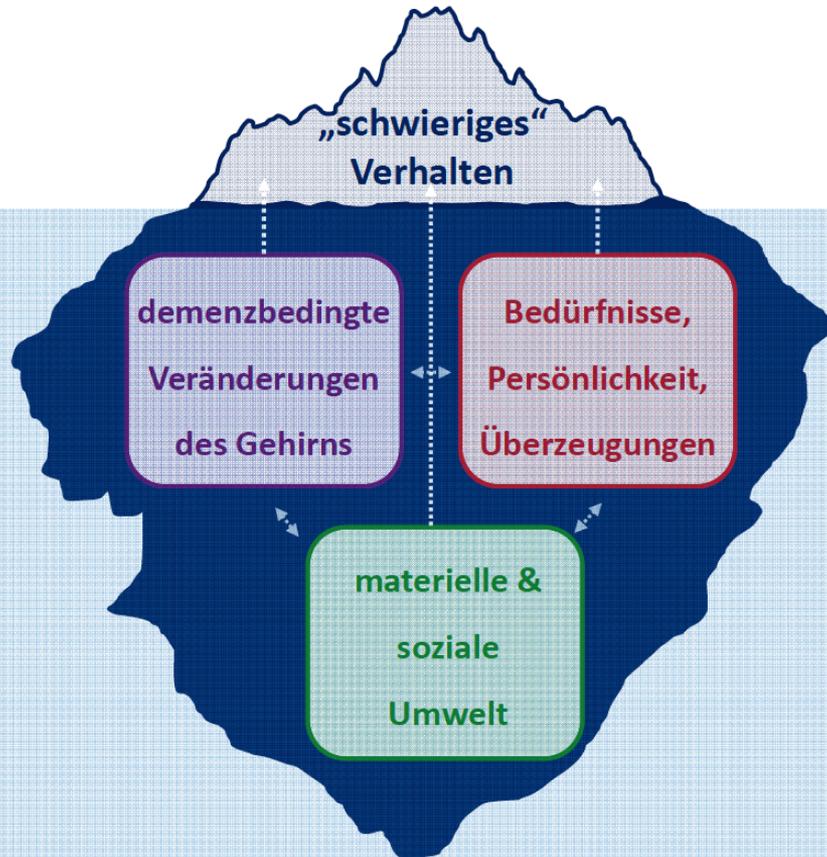
Formen & typische Phänomene

Alzheimer 65%	Vaskuläre 15%	Lewy-Body 10%	Fronto-temp. 5%
<p>Schleichender Beginn</p> <p>Gedächtnis- (Konsolidierungs-) Störungen, Wortfindungs-, Sprachstörungen</p> <p>Sprachverödung, - verarmung</p> <p>Verlauf langsam fortschreitend</p> <p>Somatisch normal</p>	<p>Plötzlicher Beginn, „Stufen“, flukt. geistige Leistung</p> <p>Verlangsamung, depressive Sympt.</p> <p>Risikofaktoren (Rauchen, Blutdruck)</p> <p>Neurologische Zeichen (Sprache, Konzentration)</p> <p>MRI auffällig; kann auch halbseitig sein</p>	<p>Halluzinationen Parkinsonismus Stürze, Synkopen</p> <p>Überempfindlich- keit auf Neuro- leptika (paradox)</p> <p>Wechselnde Symptomatik (Flukt.)</p> <p>Paranoia, Parkinson-Sympt.</p> <p>Gedächtnis spät betroffen</p>	<p>Apathie, emotionale Verflachung Enthemmung</p> <p>Eingeschränkte Krankheitseinsicht</p> <p>Anfangs eher noch keine Ged.-Störungen</p> <p>Eher junge Patienten</p> <p>Diagnose anfangs oft schwierig. Oft ver- wechselt mit bipolar- Störung /Schizoph. Ausschluss-Diagnostik Kein Autofahren!</p>

Psychische Störungen (Behaviorale und psychische Symptome der Demenz, BPSD)

- **Wahnhaftige Störungen** „Man bestiehlt mich“,
„Das Haus ist nicht das meine“,
„Den/die kenne ich nicht“,
„Ich bin verlassen“,
„Mein:e Partner:in ist mir untreu“
- Depressionen / Gefühlsschwankungen
- **Angst**
- Persönlichkeitsveränderungen (Hyperaktivität oder mangelnder Unternehmungsgeist)
- Schlaflosigkeit, unruhiges Herumwandeln
- **Verbale und körperliche Aggressionen**

Auch „schwierige“ Verhalten von Menschen mit Demenz haben Ursachen, Beweggründe, Auslöser, Ziele



Was ist eine „Primäre Demenz“?

- Eine **schwerwiegende chronische Erkrankung**,
- bei der **Gehirnzellen absterben**,
- die **fortschreitet**,
- in deren Verlauf nicht nur das Gedächtnis zerstört wird, sondern **alle Bereiche der menschlichen Gesundheit beeinträchtigt** werden,
- deren **Verlauf durch Medikamente und nicht-medikamentöse Behandlungen günstig beeinflusst** werden kann,
- die **„lebensbegrenzend“** ist.

Risikofaktoren und Lebensstil

- Alter
- Ungenügende Bildung in der Jugend
- Kardiovaskuläre Faktoren (Bluthochdruck in der Mitte des Lebens, Rauchen)
- Übergewicht
- Diabetes
- Parkinson
- Ernährung
- Physische Inaktivität
- Intellektuelle Inaktivität

Behandlung

- Nichtmedikamentöse Massnahmen
- Medikamente
 - Acetylcholinesterase-Hemmer
 - Aricept (Donpezil)
 - Exelon (Rivastigmin)
 - Reminyl (Galantamin)
 - Memantine
 - Ebixa
 - Axura

EU-Neuzulassung seit
4/2025:

Antikörper-Wirkstoff

- Lecanemab (Leqembi);
zur Behandlung der frühen
Alzheimer Krankheit
(DD idealerweise bei MCI).
Gentest erforderlich;
Contra-Ind.: doppeltes ApoE4-
Gen; Tropf 14d, mind. 3x MRT

Vorbeugende Massnahmen (nicht-medikament. MN)

- **Körperliches** Training (v.a. Tanzen, Gartenarbeit)
- **Soziale** Aktivitäten (Freunde treffen, Theater, Kino)
- **Spielen**, Kreuzworträtsel
- Ausgewogene **Ernährung** (z.B. mediterrane Diät)
- **Nicht rauchen**
- Höchstens ein Glas **Alkohol** täglich
- **Blutdruck** gut einstellen
- **Blutzucker** gut einstellen
- **Blutfette** senken

*Gilt übrigens
zu jedem Zeitpunkt!*

Hauptsache
gesund!

Alles andere
kannste
vergessen!



Ziel: Frühe Demenzabklärung bei Verdacht!

- Ausschließen anderer Erkrankungen
- Eingrenzen einer Demenzform/Diagnose
- Medikament. Therapie der Alzheimer- und Lewy-Body-Demenz im frühen Stadium besonders wirksam
- Betroffener Mensch ist noch urteilsfähig, kann über Zukünftiges entscheiden
- Entlastung für Angehörige
- Aufklärung: Missverständnisse und Konflikte vermeiden

Wie soll ich mich verhalten, wenn ich mit Menschen mit Demenz treffe?

Wenn man mit Menschen zusammenkommt, die wahrscheinlich Demenz haben, dann ist es wichtig, dass man sie ernst nimmt.

Man soll mit ihnen umgehen wie mit anderen Menschen auch.

Hilfreich ist auf jeden Fall:

- Kurze Sätze verwenden.
- Langsam sprechen.
- Wenn die Person mit Demenz widerspricht oder sich wiederholt: Sich selbst nicht drausbringen lassen.
- Auf jeden Fall höflich Hilfe anbieten.
- Allenfalls andere Menschen auch um Hilfe bitten, wenn etwas unklar ist.



Brille?
Brieftasche?
Handy?
Hosenschlitz?

ERADWITENKANT

Teil 2

Gesellschaftliche Veränderungen

Eigene Beobachtungen/Eindrücke

- Sammlung bisheriger Überlegungen; gestern schon viel gehört davon – je älter wir selbst werden («früher war alles ...»)
- Für Ältere ist das subjektiv noch viel stärker wahrnehmbar.
- Durch Krankheit und Tod der Peers fehlen oft Ansprechpartner:innen.
- Technische (digitale, *isolierende*) Medien und Kommunikationswege
- Tempo
- Werteververschiebung / «Haltung», «Anstand»
- Soziales Verhalten der «Jungen» ist oft nicht ergründlich, allenfalls hat sich auch deren Aufmerksamkeitsspanne stark verkürzt.
- Vermeintliches Wissen liegt (scheinbar) bei den Jungen.
- Junge sind oft abhängig (elektronische Medien).

Beobachtungen/Eindrücke

- Reimer Gronemeyer: «Demenz ist keine Krankheit». Es ist vielleicht der «resignative» Versuch, aus diesem Setting auszusteigen.
«So will ich nicht mehr leben.» (kleiner Suizid?)
- Natürlich ist Demenz eine Krankheit [rein philosophischer Ansatz von Gronemeyer; und hier ein Exkurs].

Aktueller gesellschaftlicher Trend?

- starke Ich-Bezogenheit, schlechte Vorbilder
- Tempo
- Leistung (vs. mittlerweile Nicht-Leistung)
- Alle können alles jederzeit bekommen (z.T. auf Pump).
- Süchte (nicht-stofflicher Art)
- Jung vor alt
- Neu statt alt
- Was nicht gleich funktioniert/passt/matched, wird übergangen – weggeswiped



Aktueller gesellschaftlicher Trend

- Gegenteil von «Die Wiederentdeckung der Langsamkeit» (Brüstle, 2007)
- Vgl. Sten Nadolny: Schaukelszene in «Die Entdeckung der Langsamkeit»
- Vgl. Faultier in Film «Zoo» (s.u.)
- Vgl. Klavierstunde und Popel auf Tastatur in Patrick Süsskind «Die Taube»



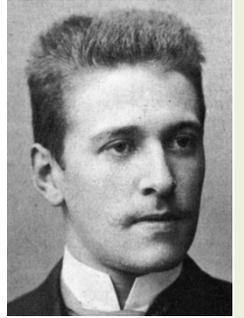
Was wäre, wenn ...?

- Verantwortung übernehmen für eine Beziehung (die oder wenn sie aus der Augenhöhe gefallen ist)
- Tempo raus, oder zumindest: «Dienst ist Dienst und Schnaps ist Schnaps.»
- Demenzgerechte Öffentlichkeit (ÖV, Gemeinden, Spitäler, Gesellschaft als Ganzes)
- Jammern ohne Ende (auf hohem Niveau) ODER Wer kann was ändern? -> ICH
- Durch-/Innehalten
- (Nach-)Denken, nicht (nur/immer) auf Reserve fahren
- Üben/machen
- Ausprobieren: Versuch und Irrtum (immer wieder)

Nebenbei ...

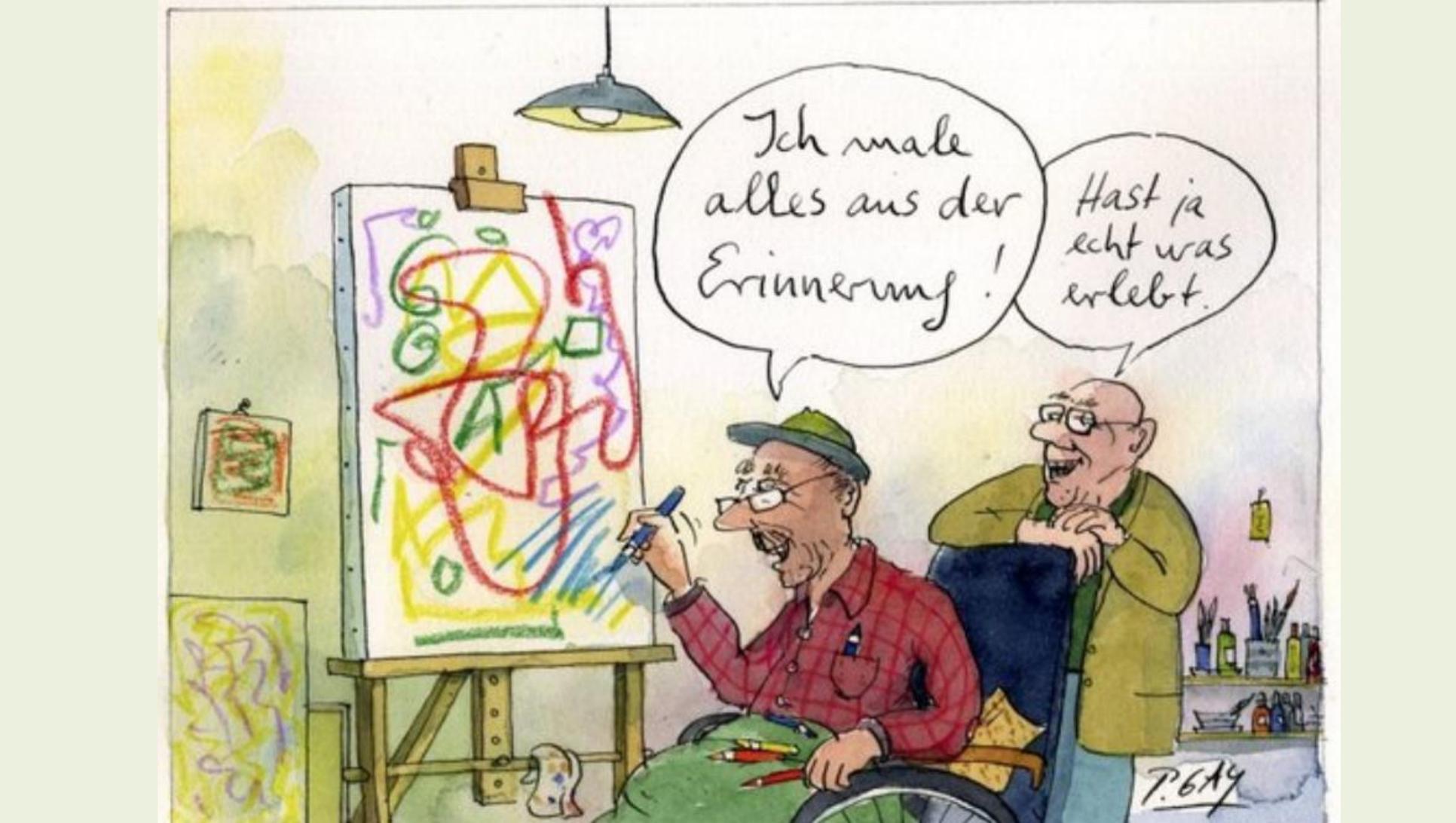
- MmD sind nicht aggressiver als andere Menschen.
- Es gibt gar nicht so viele Pflegeheime, wie wir sie hinkünftig bräuchten (vom Personal ganz abgesehen).
- Territoriale Verantwortlichkeit:
«Es braucht ein Quartier, um ein Kind gross zu ziehen; es braucht ein Dorf, um einen MmD zu mitzutragen ...»
- Eigentlich müssen wir bei jedem Menschen davon ausgehen, dass er anders ist ... und einfühlsam sein. Oder?

**Wir gleichzeitig Lebenden
sind *füreinander*
von geheimnisvoller Bedeutung.**



Hugo von Hofmannsthal





Ich male
alles aus der
Erinnerung!

Hast ja
echt was
erlebt.

P.6A9