



Demenz

Was ist das?

Was wir alle darüber wissen sollten.



Demenz

Mag.a Susanne Schmidt-Neubauer

Demenzberaterin
EduKation Demenz Trainerin
Caritas Referentin

Caritas Servicestelle Demenz
Caritasverband der Erzdiözese Salzburg

Begleitende und Pflegende
Angehörige

Was ist eine Demenz?



Es ist ein Oberbegriff für eine Vielzahl an Unterformen, die sich in unterschiedlichsten Krankheitszeichen äußern.

Sie verlaufen unterschiedlich und müssen unterschiedlich behandelt werden – deshalb ist eine Diagnose wichtig.

DEMENZ

- ist eine schwerwiegende Erkrankung des Gehirns, die noch nicht geheilt werden kann.
- ist kein normaler Zustand von älteren Personen.
- kann in jedem Alter auftauchen.
- Es ist keine seltene Erkrankung.

GEHIRNZELLEN STERBEN in Folge ab

Menschen sterben daran!

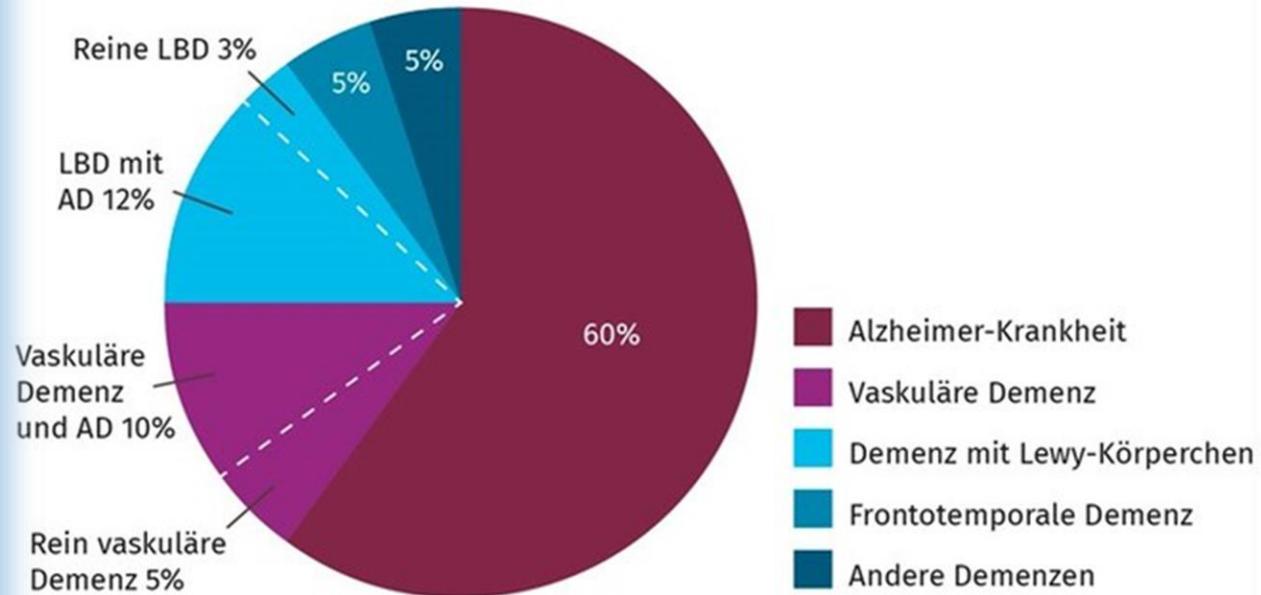
Erste Anzeichen einer Demenz



- Urlaub wird nicht mehr von...geplant
- Unterschiedliche Aufgaben (privat oder in der Arbeit), werden nicht mehr zur Gänze erfüllt
- Verlegen oder Ablegen von Gegenständen an eigenartigen Orten
- Sportliche Aktivitäten werden vom Ablauf „verwaschener“, Sportunfälle
- Lustlosigkeit, depressive Verstimmung, Depressionen, Angstzustände, „Ausreden“ um zu verschleiern
- Hinweise von Freunden, Bekannten
- Verhaltensauffälligkeiten wie z.B. Übergehen von Inhalten, Überspielen von..., Autofahren, Arbeitsprozesse
- Schwindel, Unwohl sein..., Alkoholmissbrauch
- Rückzug



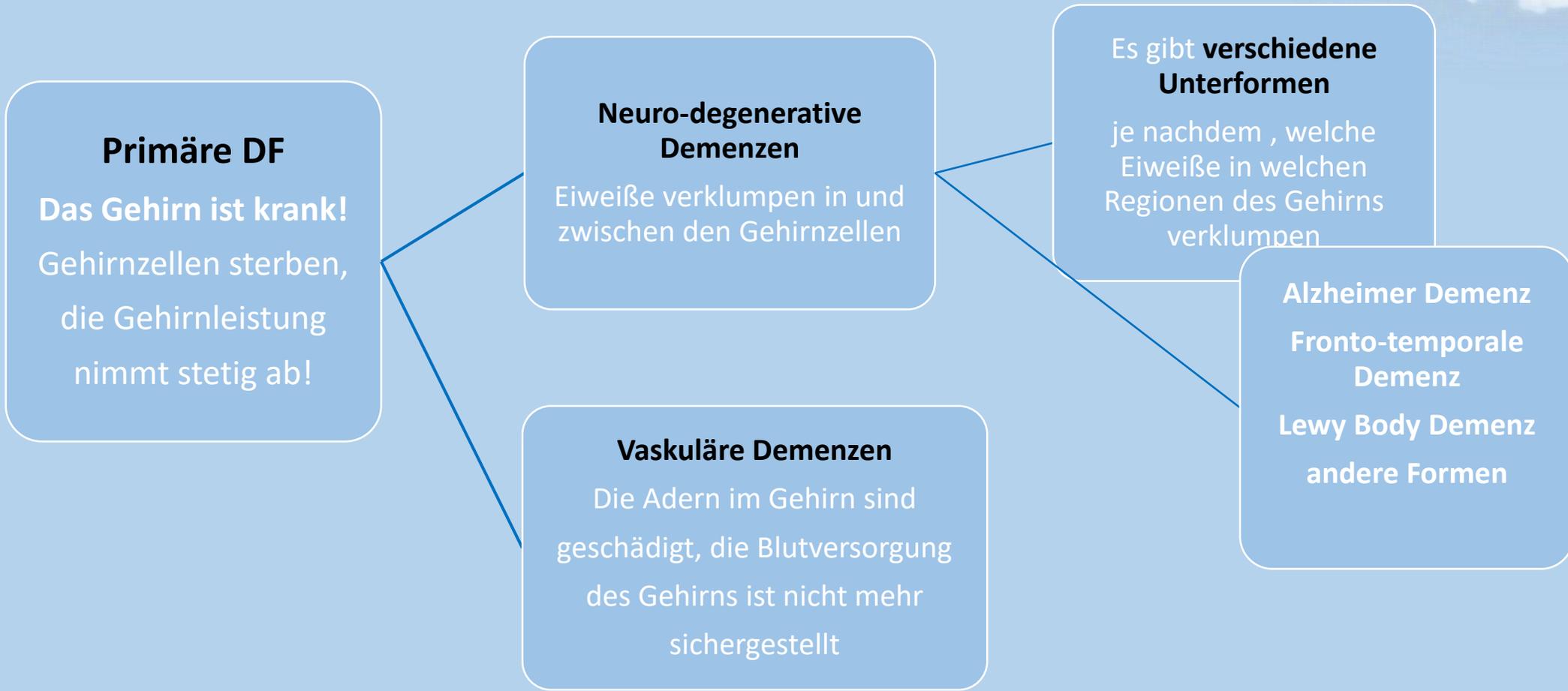
Häufigkeit verschiedener Demenzformen



Gearing et al. (1995); Kosunen et al. (1996); Nagy et al. (1998)

<https://www.demenz-tirol.at/page.cfm?vpath=demenz/krankheitsbild&pagemode=betroffene>

Formen



Formen



Sekundäre DF

Das Gehirn selbst ist
NICHT krank!

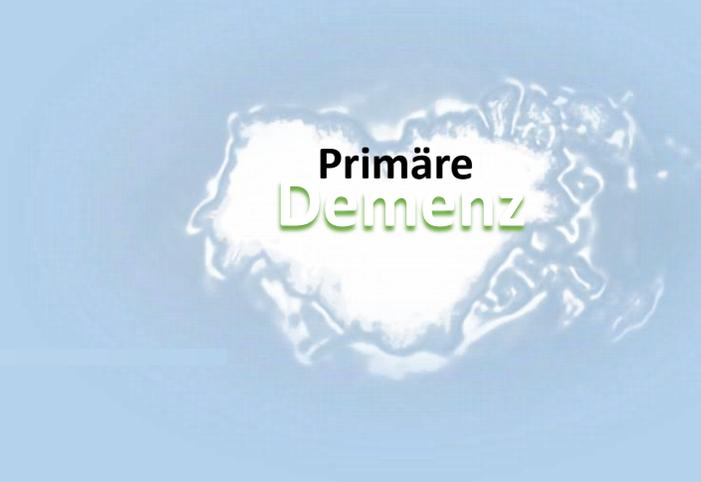
Es funktioniert als Folge
Anderer körperlicher Störungen
nicht mehr richtig.

Ursachen können sein
Mangelzustände, Vergiftungen,
Austrocknung, Entzündungen,
Stoffwechselstörungen

Kommen mit dazu, es ergeben sich Mischformen

Neuro-degenerative Demenzen

Symptome einer **Alzheimer Demenz**



- schleichender Beginn, Eiweißablagerungen oder Plaques führen zum Absterben der Gehirnzellen
- erste Anzeichen: anfangs sind bestimmte Regionen davon betroffen, am deutlichsten der Hippocampus, der eine wichtige Rolle bei Gedächtnisprozessen spielt, meist Gedächtnisstörungen, Rechnen, Schreiben, Sprache – typisch Sprachfindungsstörungen
- im weiteren Verlauf: Orientierungsprobleme – räumlich, dann zeitlich und dann zu sich Selbst
- häufig: starke Schwankungen („Fluktuationen“), **Menschen mit einer Alzheimer Demenz bemerken und spüren den geistigen Abbau - Depressionen**

Neuro-degenerative Demenzen

Symptome einer **Fronto-temporale Demenz**



- zu Beginn sind die Veränderungen vor allem im Frontallappen zu finden. Dort wo unser Persönlichkeit, unsere sozialen-geselligen Fähigkeiten und Lernfähigkeit zu finden sind.
- erste Anzeichen: „Verhaltensauffälligkeiten“
wie z.B. Distanzlosigkeit, „Albernheit“, „Kindisch-Sein“,
Enthemmung, „Aufbrausen“, Persönlichkeitsveränderungen
Antriebsarmut, Apathie, emotional stark eingeschränkt, Sprachstörungen
- Keine Gedächtnisstörungen, keine Krankheitseinsicht, ...Aggressionen, bestimmt vehement. **WICHTIG!** Es ist nicht möglich den Erkrankten zu überzeugen, gar zu belehren.
- Diagnose im Anfangsstadium meist schwierig, häufige Verwechslung mit psychischen Erkrankungen oder Schizophrenie

Neuro-degenerative Demenzen

Symptome einer **Lewy-Body-Demenz**

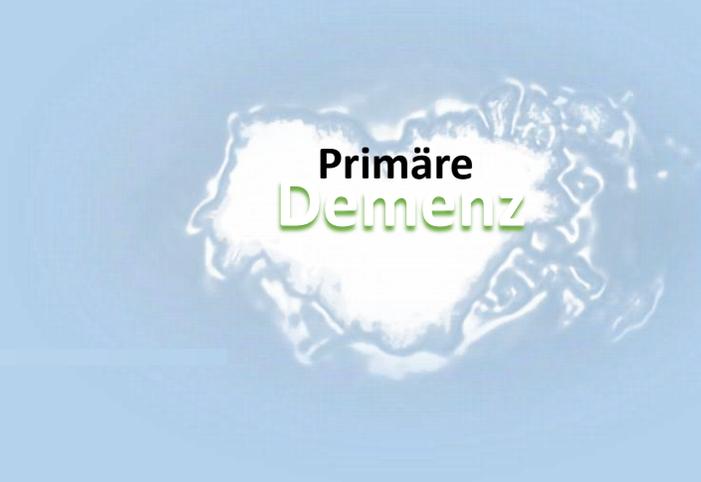


- Anfangs keine Gedächtnis- oder Orientierungsstörungen
starke Schwankungen der geistigen Funktionen, Tag-Nacht Rythmus gestört
Eiweißablagerungen am Beginn im Hirnstamm, vor dem 60. Lebensjahr möglich
- Kreislaufzusammenbrüche, vorübergehende Bewusstlosigkeit (evtl. kurze Ohnmachtsanfälle)
- visuelle Halluzinationen (62%)
- motorische Störungen (89%) , Stürze
- fehlende Hemmung der Körperbewegungen beim Träumen
- sog. Parkinson-Symptome (Zittern, Tremor, Bewegungsarmut, Verlangsamung der Sprache und der Bewegungen, Muskelsteifheit, Geh- und Haltungsstörungen)
- sehr häufig: Unverträglichkeit von Neuroleptika

Nach dem deutschen Arzt Friedrich Lewy benannt, der 1910 an Parkinson forschte und dabei kleine Eiweißablagerungen in den Nervenzellen entdeckte - runden Proteinablagerungen „Lewy-Körperchen“

Vaskuläre Demenzen

Symptome **Multi-Infarkt, Schlaganfall, Hirnblutung ...**



Die Adern im Gehirn sind geschädigt,
die Blutversorgung des Gehirns ist nicht mehr sichergestellt

- häufige Krankheitszeichen: geistige Verlangsamung, verwaschene Sprache, depressive Symptomatik
starke Konzentrationsprobleme

Die Symptome sind ganz unterschiedlich, je nach dem welche Gehirnregionen betroffen und somit geschädigt sind.
Typisch sind Verhaltensmuster, die heute nicht gehen aber morgen wieder möglich sind.

Mangelzustände, Stoffwechsel-, Durchblutungs-,
Hormonelle Störungen, Austrocknung, Vitaminmangel
Depression, Alkoholmissbrauch, Entzündungen (Infekt)



...können dazu führen, dass das Gehirn seine Leistungsfähigkeit vorübergehend oder teilweise verliert. Die Betroffenen zeigen Demenzsymptome.

Sekundäre Demenzen sind heilbar, sofern sie früh erkannt und behoben werden.

Geschieht das nicht, können körperliche Schädigungen das Gehirn angreifen. Gehirnzellen sterben ab und somit einer sekundären Demenz erzeugt.

Deshalb ist eine frühe Abklärung von Demenzsymptomen – Diagnostik so wichtig.

Was ist zu tun?

Demenz

- **Hausarzt** aufsuchen – sprechen sie darüber
 - Was hat sich seit dem letzten Besuch verändert?
 - Wie sind meine Symptome, meine Emotionen?
 - Tagesablauf Protokoll, Sicht von Freunden und Angehörigen,
 - Bestehende Befunde aus einer anderen Perspektive sehen
- Abklärung in einer **Gedächtnisambulanz oder bei Neurologen**
(Blutuntersuchungen, EKG, Herz), bildgebende Verfahren wie CT oder MRT
Neuropsychologische Testverfahren: Mit diesen Verfahren prüft man die Leistung des Gehirns,

Ultraschall der Halsgefäße
EEG: Mit dieser Methode misst man die elektrische Aktivität des Gehirns.
PET: Mit dieser Methode erkennt man Stoffwechselprozesse im Gehirn

z.B. Mini-Mental-Status-Test, Uhrentest

Diagnose – anderer Erkrankungen - Medikamente - Antidementiva

Symptome einer Demenz



Vertretung – Vorsorge

- Patientenverfügung
- Vorsorgevollmacht
- Gewählte-, gesetzliche-,
- Gerichtliche Erwachsenenvertretung

<https://www.demenz-tirol.at>

Stadien – Verlauf



- **Leichtes Stadium**

Komplexe Alltagsaktivitäten sind beeinträchtigt,
Informationen können kaum behalten werden, Termine vergessen
wiederholen der Fragen, Sprachstörungen, Entscheidungsfähigkeit ist beeinträchtigt,

Depressives Verhalten...

Der Mensch weiß, das etwas nicht stimmt. Bei jung Betroffenen aber auch älteren Menschen ist das Wissen über die Erkrankung existent. Wie würden Sie sich fühlen? Es ist verwirrend, nicht mehr richtig zu funktionieren. Resignation kann die Folge sein.

Wichtig! Individuelles Verhalten – Soziales Umfeld!

Wissen um Grundbedürfnisse!!!

Stadien – Verlauf in drei Stadien – Wie fühlen sich MmD eigentlich?



- **Mittleres Stadium**

Namen werden vergessen, Vergangenheit – Gegenwart – Zukunft nicht mehr zeitlich wahrgenommen, Räumliche Wahrnehmung – finden der Wohnung, bzw. der Räumlichkeiten, Einkaufen, Anziehen, Waschen, Toilettengang zunehmend mehr Hilfe erforderlich, „Wandertrieb“..., zunehmende Unruhe

KOMMUNIKATION – Veränderungen auf allen Ebenen – der MmD befindet sich in seiner Welt!
Einschwingen in seine Welt! Es ist für MmD nicht mehr möglich sich in unsere Welt einzubringen.

Ausschlaggebend: Soziales Umfeld, Haltung

Sinne !!! Sicherheit, Geborgenheit, Schutzbedürftig
Thema – Akzeptanz! Wer ist mein MmD?

Stadien – Verlauf in drei Stadien – Wie fühlen sich MmD eigentlich?



- **Schweres Stadium**

Menschen verstummen langsam, Kontrollverlust über Blase und Darm, Schluckstörungen, zunehmend bettlägerig

Der Mensch befindet sich in seiner Welt.

Sicherheit – Schutz – Geborgenheit – Berührungen – Stimme – Klang – Musik

Grundbedürfnisse!!! Bedürfnispyramide - Emotionen

Umgang mit Demenz



- Nach einer Diagnose Demenz
Es kann eine bestimmte Zeit vergehen, bis sie bereit sind Hilfe anzunehmen.

Es ist leider so, dass viele Menschen viel zu spät Hilfe suchen und annehmen. Deshalb ist es wichtig, hier die Familie mit einzubeziehen und „offen“ damit umzugehen.

Frühzeitiges Handeln ist hier wichtig!

Warum?

- Um Entscheidungen treffen zu können.
- Um sich auf kommende Veränderung vorzubereiten.
- Um sein Leben zu ordnen.
- Um das Leben zu leben.

Testament, Vorsorgevollmacht, Erwachsenenvertretung

Was können sie noch tun!? – Selbstfürsorge - Achtsamkeit

Demenz

- Körperlich aktiv bleiben
- Gesunde Ernährung
- Soziale Kontakte pflegen
- Hilfe annehmen (Beratung, psychosoziale Gespräche)
- Humor
- Aktivitäten, Reisen – alles was Freude bereitet
- Ihr Umfeld mit einbeziehen und Unterstützung dankbar annehmen

Ihre Haltung – ihre Auseinandersetzung mit sich selbst

Wohlbefinden = weniger Medikamente

Thema Kommunikation – Veränderungen von Sprachgewohnheiten

Haltung und Demenz

Demenz

Glaubenssätze, Werte und Überzeugungen hinterfragen:

Habe ich Glaubenssätze?
Welche sind das?

Wie hindern mich meine Glaubenssätze
an...zu denken, zu tun, zu fühlen...

Persönliche Einstellung

Ein Mensch, der glaubt die Welt ist ein gefährlicher Ort, wird sie so
wahrnehmen und sich danach ausrichten.



Haltung - Demenz

Demenz

Kennst du einen Menschen mit Demenz, dann kennst du nur einen Menschen mit Demenz!

So wie jeder Mensch einzigartig ist, so zeigt sich die Erkrankung auch bei jeden auf ihre ganz persönliche Art und Weise.

Das Herz wird nicht dement !



Was können wir lernen?

- Mitgefühl für uns Selbst
- Mitgefühl für andere Menschen
- Achtsamkeit mit uns Selbst (Zeitfaktor – Ressource im Hier und Jetzt)
- Erweiterung unserer Sprachkompetenz – wie wir miteinander kommunizieren
- Herzensarbeit – Vom Ich zum Du zum Wir - Lebensvision
- Focus – Perspektivenwechsel – wieviel ist nötig um glücklich zu sein?

...herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit