

PRESSE-INFORMATION

zum

28. Oktober 2003

**2. Bundesweiter Aktionstag
„In Würde altern“**

Gedächtnis und Verhalten – die zwei Seiten der Alzheimer-Demenz

(dgk) Demenz ist ein Schicksal, das immer mehr alte Menschen in Deutschland betrifft. Schon heute leidet fast jeder Zehnte der über 70 Jährigen unter Alzheimer, der häufigsten Form der Demenzerkrankung. In zehn Jahren werden annähernd zwei Millionen Bundesbürger betroffen sein. Dabei wird die Krankheit meist erst erkannt, wenn sie bereits weit fortgeschritten und der Betroffene auf Unterstützung angewiesen ist. Vielfach werden nur wenig wirksame Medikamente verordnet, fast die Hälfte aller Betroffenen bleibt gänzlich untherapiert. Demenzerkrankungen stellen aber nicht nur eine medizinische Herausforderung dar, es rollt auch ein gewaltiges gesellschaftliches Problem auf uns zu.

Gedächtnisverlust und Verhaltensauffälligkeiten bilden die beiden Seiten der Altersdemenz. Doch viel zu wenige kennen die Symptome, die als Warnsignale dienen können, wissen welcher Arzt der richtige Ansprechpartner ist und welche modernen Therapiemöglichkeiten die Medizin heute bietet, um den Betroffenen ein würdevolleres Altern zu erlauben.

Um alten und hoch betagten Mitbürgern, unseren Eltern und irgendwann vielleicht uns selbst ein würdevolles Altern auch mit einer Alzheimer-Demenz zu gewährleisten, müssen heute die Weichen gestellt werden. Das beginnt mit einer verbesserten Demenz-Früherkennung und einer optimalen medizinischen Versorgung mit wirksamen Medikamenten, die den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen können. Diese Forderung wird auch von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft und dem Kuratorium "Gesundheit im Alter" unterstützt.

Um die Öffentlichkeit auf die frühen Symptome einer Demenz sowie die vielfach prekäre Situation der Erkrankten und ihrer pflegenden Angehörigen aufmerksam zu machen, rufen die Initiative Altern in Würde, das Deutsche Grüne Kreuz e.V. und weitere Kooperationspartner am 28. Oktober 2003 zum 2. Bundesweiten Aktionstag „In Würde altern“ auf.

Im Mittelpunkt der Aktivitäten zum Aktionstag steht die Aufklärung über die Vielzahl der Symptome, die Möglichkeiten der früheren Diagnose und Therapie von Demenzerkrankungen. Gesundheitsämter, Seniorenbeiräte und zahlreiche Apotheken halten dazu Informationen bereit. Info-Broschüren zum Thema Alzheimer-Demenz können auch gegen Einsendung eines mit € 1,44 frankierten DIN A5-Rückumschlags bestellt werden bei

Deutsches Grünes Kreuz e.V.
Stichwort: Aktionstag In Würde altern 2003
Postfach 1207
35002 Marburg

Weitere Informationen zum Thema gibt es auch unter
www.altern-in-wuerde.de.

Kurzfassung:

28. Oktober 2003

**2. Bundesweiter Aktionstag
„In Würde altern“**

Gedächtnis und Verhalten – die zwei Seiten der Alzheimer-Demenz

(dgk) Schon heute leidet fast jeder Zehnte der über 70 Jährigen unter einer Demenzerkrankung wie zum Beispiel Alzheimer. Gedächtnisstörungen und Verhaltensveränderungen kennzeichnen die beiden Seiten der Krankheit. Wenn Erinnerungslücken größer werden, das Orientierungsvermögen nachlässt, soziales Verhalten und Wesenseigenschaften sich in sonderbarer Weise verändern, dann sind dies ernst zu nehmende Warnsignale. Doch meist wird der Arzt erst viel zu spät aufgesucht und noch zu selten eine wirklich effiziente Therapie eingeleitet.

Der Aktionstag „In Würde altern“ am 28. Oktober 2003 möchte auf die frühen Symptome einer Demenz, die problematische Situation der Erkrankten und ihrer Angehörigen aufmerksam machen. Im Vordergrund steht die Information und Aufklärung über die unterschiedlichen Ausprägungen von Demenzerkrankungen, die frühe Diagnose und wirksame Therapien. Bei zahlreichen Gesundheitsämtern, Senioreneinrichtungen und Apotheken gibt es dazu kostenlose Ratgeber-Broschüren. Zusätzliche Informationen kann man auch im Internet auf der Seite **www.altern-in-wuerde.de** finden.

Veranstaltet wird der Aktionstag vom Deutschen Grünen Kreuz e.V. und der Initiative Altern in Würde. Info-Broschüren können gegen Einsendung eines mit € 1,44 frankierten DIN A5-Rückumschlags bestellt werden bei

Deutsches Grünes Kreuz e.V.
Stichwort: Aktionstag In Würde altern 2003
Postfach 1207
35002 Marburg

Ansprechpartner:
Dr. Ingolf Dürr
Deutsches Grünes Kreuz e. V.
c/o Initiative Altern in Würde
Schuhmarkt 4
35037 Marburg
Tel.: 0 64 21 / 293 - 174
Fax: 0 64 21 / 293 - 774
E-Mail: ingolf.duerr@kilian.de

Alzheimer-Demenz hat zwei Seiten

Gedächtnisschwund und Verhaltensveränderungen prägen das Bild der Krankheit. Früherkennung beeinflusst entscheidend die Schwere des Krankheitsverlaufs.

(dgg) Mehr als eine Million ältere Menschen leiden in Deutschland an einer Demenz. Am häufigsten ist der Morbus Alzheimer. Gekennzeichnet ist die Erkrankung durch zwei Symptomenkomplexe: Gedächtnisstörungen und Verhaltens-Veränderungen.

Die ersten Anzeichen können ganz unauffällig sein: Man hat etwas verlegt, findet es nicht mehr wieder. Man vergisst Termine, im Supermarkt fällt einem nicht mehr ein, was man eigentlich einkaufen wollte. Gesprächen mit Freunden kann man nur noch mühsam folgen. Wenn sich solche Vorkommnisse häufen, bemerken die Betroffenen das natürlich, aber nur selten ziehen sie daraus die richtige Schlussfolgerung, so bald als möglich einen Arzt aufzusuchen.

Symptome werden oft verdrängt

Stattdessen ziehen sie sich zurück, meiden den Kontakt zur Umwelt. Depressive Verstimmungen nehmen zu, weil man erkennt, dass man den Anforderungen nicht mehr gewachsen ist. Frustriert über die eigene Unzulänglichkeit reagieren die Betroffenen immer öfter misstrauisch, feindselig und aggressiv auf Nichtigkeiten, beschuldigen womöglich Angehörige, ihnen Böses antun zu wollen (siehe Abb. 1).

Früherkennung ist wichtig

Bemerken Angehörige solche Gedächtnisausfälle oder sonderbaren Verhaltensweisen sollten sie den Betroffenen – notfalls unter einem Vorwand - zum Arztbesuch bewegen. Denn der kann mit relativ einfachen Testverfahren feststellen, ob es sich tatsächlich um eine beginnende Demenzerkrankung handelt. Zum Beispiel mit der „Supermarkt-Frage“: Dabei muss der Patient in einer Minute so viele Produkte wie möglich nennen, die ihm beim gedachten Gang durch einen Supermarkt einfallen. Aussagekräftig ist auch der Uhrentest, bei dem die Ziffern einer Uhr und eine bestimmte Uhrzeit auf einem Kreis eingezeichnet werden muss (siehe Abb. 2). Für die Frühdiagnose demenzbedingter Verhaltensstörungen wiederum ist der EVA-Test geeignet, der einfache Fragen zum Verhalten enthält (siehe Abb. 3)

Medikamente können helfen

Bestätigt sich der Demenzverdacht, so kann bereits der Hausarzt eine angemessene Therapie einleiten. Die Ansicht, dass man gegen Alzheimer nichts tun könne, ist zwar selbst unter Ärzten noch verbreitet, sie stimmt aber so längst nicht mehr. Mit modernen Medikamenten lassen sich der Verlauf der Erkrankung deutlich verlangsamen und die Symptome wirkungsvoll mildern.

Schneeglöckchen-Wirkstoff erhält geistige Leistungsfähigkeit

Um die Alltagskompetenz des Demenz-Patienten möglichst lange zu erhalten und Gedächtnis- und Orientierungsprobleme zu verringern, stehen beispielsweise Wirkstoffe wie das Galantamin zur Verfügung, das ursprünglich in Schneeglöckchen gefunden wurde und zur Gruppe der Acetylcholinesterasehemmer gehört. Bis zu vier Jahren, so zeigen Untersuchungen, kann damit das geistige Leistungsvermögen eines Demenz-Patienten vor dem weiteren Verfall bewahrt werden.

Wesensveränderungen lassen sich therapieren

Ähnlich wirkungsvoll kann man gegen die sonderbaren Verhaltensweisen vorgehen. Hier gibt es zwar bislang mit dem Risperidon nur einen Wirkstoff, der für die Therapie zugelassen ist. Dieser hat gerade in einer Studie mit 7.000 Alzheimer-Patienten seinen Nutzen bewiesen. Bei 92 Prozent der mit Risperidon behandelten Demenzkranken normalisierte sich das auffällige Verhalten, Wut und Misstrauen verschwanden, die Patienten wurden ausgeglichener, schliefen nachts durch und konnten tagsüber sogar viele Dinge wieder selbst erledigen. Für die Angehörigen bedeutet das eine enorme Erleichterung der Pflege.

Die Erfolgsaussichten einer Demenz-Therapie sind dann am größten, wenn man so frühzeitig wie möglich damit beginnt. Deshalb sollten schon die ersten Anzeichen von Gedächtnis- oder Verhaltensstörungen Anlass sein, einen Arzt aufzusuchen.

Angst oder falsche Scham sind also keine guten Ratgeber, wenn es um den Kampf gegen die Alzheimer-Demenz geht. Nicht-medikamentöse Maßnahmen wie psychotherapeutische Betreuung, Musik- und Tanztherapie ergänzen und unterstützen die medikamentöse Behandlung wirkungsvoll und können die Lebensqualität des Erkrankten wie auch die seiner pflegenden Angehörigen noch für viele Jahre verbessern.

Wenn alte Menschen ausrasten

Aggressionen und Unruhe gehören zu den Demenz-Symptomen, die Angehörigen besonders zu schaffen machen.

(dgk) Vier von fünf Demenz-Patienten bekommen im Verlauf ihrer Krankheit psychische Störungen oder ihr Verhalten verändert sich in auffälliger Weise. Häufig sind dabei Antriebsarmut und sozialer Rückzug, unruhiges Umherlaufen und Probleme mit dem Schlaf-Wach-Rhythmus. Angehörige berichten aber auch oft über Feindseligkeit und Aggressivität, Bestehlungs- und Verfolgungswahn, Halluzinationen sowie Angstzustände.

Mehr noch als der Gedächtnisschwund belasten diese Verhaltensstörungen das tägliche Miteinander von Betroffenen und Angehörigen. Die Symptome müssen deshalb ernst genommen und möglichst frühzeitig mit einer angemessenen Therapie gelindert werden.

Gute Erfahrungen haben Mediziner dabei in den letzten Jahren mit dem Wirkstoff Risperidon gemacht. Risperidon hat sich besonders in der Behandlung von Unruhe, Misstrauen, Aggressivität, Wahnvorstellungen und der Umkehr des Schlaf-Wachrhythmus bewährt. In der Praxis hat sich gezeigt, dass sich das auffällige Verhalten schon nach knapp zwei Wochen deutlich bessert. Die Betroffenen schlafen nachts wieder durch, sind ausgeglichener, Unruhe und Aggressionen legen sich. Die familiäre Situation kann sich so entspannen, die Pflege wird erleichtert, die Lebensqualität des Erkrankten und seiner Angehörigen steigt.

Die Angehörigen sollte allerdings immer auch versuchen herauszufinden, ob es möglicherweise naheliegende Ursachen für das gestörte Verhalten gibt. Ständiges Schreien kann zum Beispiel ganz einfach auf Schmerzen zurückzuführen sein, unter denen der Demenzkranke leidet. Wutanfälle entstehen

manchmal dadurch, dass sich der Betroffene überfordert, unverstanden oder nicht ernst genommen fühlt. Schlafstörungen und nächtlicher Unruhe kann man versuchen vorzubeugen, indem man für einen strukturierten Tagesablauf sorgt. Eine Musiktherapie kann zusätzlich gute Dienste leisten. Hier sollte man zum Beispiel beim Sozialpsychiatrischen Dienst des Gesundheitsamts oder dem Pflegebüro der Gemeinde nach entsprechenden Angeboten fragen.

Alzheimer – das schleichende Vergessen

Es stimmt schon längst nicht mehr, dass man nichts gegen die Krankheit tun kann

(dgk) Im Volksmund wird die Alzheimer-Krankheit sehr oft mit Gedächtnisverlust gleichgesetzt. „Alzheimer lässt grüßen“ heißt es immer dann scherzhaft, wenn jemand mal einen Termin vergessen oder etwa seine Schlüssel verlegt hat. Nur selten verbirgt sich dahinter tatsächlich eine Demenzerkrankung. Richtig ist aber, dass beim Morbus Alzheimer Nervenzellen im Gehirn zugrunde gehen, das Erinnerungsvermögen schwindet und die geistige Leistungsfähigkeit sinkt.

Frühsymptom der Demenz vom Alzheimer-Typ ist die Unfähigkeit Informationen zu speichern. Der Patient hat Schwierigkeiten mit neuen Situationen und findet sich schließlich auch in vertrauter Umgebung immer schlechter zurecht. Trotz ausgeprägter Orientierungs-, Merkfähigkeits- und Denkstörungen können Gefühle und äußeres Auftreten oft noch einige Zeit intakt bleiben.

Mit dem Fortschreiten der Krankheit verschlimmern sich die intellektuellen Ausfallerscheinungen jedoch: Worte fallen einem nicht mehr ein oder werden verwechselt, das gesamte Sprachvermögen ist zunehmend gestört. Bewegungsabläufe werden durcheinander gebracht, die räumliche Orientierung wird schwieriger. Die Patienten verlaufen sich, finden nicht wieder nach Hause zurück. Im Endstadium geht auch die Kontrolle über einfachste Reflexe wie zum Beispiel das Schlucken verloren.

Seit die Medizin mehr über die Prozesse weiß, die im Gehirn eines Alzheimer-Patienten ablaufen, steht man der Krankheit nicht mehr ganz hilflos gegenüber. Mit neuen Medikamenten, die den Abbau des wichtigen Botenstoffes Acetylcholin im Gehirn hemmen, gelingt es immer besser, die gestörten Stoffwechselwege zwischen den Nervenzellen zu beeinflussen. Deutlich wird dies am Beispiel des Wirkstoffs Galantamin. Ursprünglich wurde diese Substanz in Schneeglöckchen entdeckt. Zahlreiche Untersuchungen zeigten dann, dass Galantamin die Leistungsfähigkeit der Gehirnzellen stabilisiert und den geistigen Verfall verzögert.

In einem Untersuchungszeitraum von über vier Jahren erlebten die mit Galantamin therapierten Patienten einen deutlichen Zuwachs an Lebensqualität gegenüber einem unbehandelten Krankheitsverlauf. Die Patienten kämen im Alltag viel besser zurecht, blieben länger selbständig, sagen Experten. Und: Je früher mit der Therapie begonnen würde, umso größer seien die zu erwartenden Erfolge. Dass man nichts gegen Alzheimer tun könne, stimmt so also längst nicht mehr. Vorteile hat die antidementive Therapie auch für Angehörige, denn sie erleichtert ihnen deutlich die Pflege des erkrankten Familienmitglieds.