



Prof. Dr. Sabine Engel und Dr. Andreas Mück referierten über das Thema Demenz – Appell: Präventiv gegen Erkrankung vorgehen:

# Abwechslung und Herausforderung statt Routine

Demenzkranke und ihre Angehörigen benötigen alle eine gute Betreuung – Vielen wächst die Arbeit einfach über den Kopf

**BAD WINDSHEIM (rf) –** Nicht nur Demenzkranke bedürfen einer guten Betreuung, sondern auch die Angehörigen, die sich um sie kümmern. „90 Prozent der Letztgenannten, die zu uns in die Beratungsstelle in Erlangen kommen, glauben, dass sie auch schon an Demenz leiden.“ Dies stellen bei einem Vortrag über Demenzkranke und deren Angehörige Prof. Dr. Sabine Engel und Dr. med. Andreas Mück vom Gedächtnis-Zentrum (Institut für Psychogerontologie der Universität Erlangen-Nürnberg) in der Franklandklinik fest.

Eingeladen hatten die beiden Vorsitzenden des Außeruniversitären Instituts für Angewandte Rehabilitations- und Präventionforschung im Landkreis Neustadt-Bad Windsheim Dr. Michael Mück-Weymann und Dr. Rainer Tischendorf. Nach den Ausführungen der beiden Referenten aus Erlangen seien pflegende Angehörige psychisch extrem belastet. Deshalb lasse bei ihnen ab und zu auch die Konzentration nach. So könnten sie sich zum Beispiel nicht an die Namen bestimmter Personen erinnern, auch hätten sie vergessen, wohin sie ihre Schlüssel gelegt haben.

Angehörige litten oft an folgenden Symptomen: Sie fühlten sich in ihrer Arbeit als Betreuer „allein gelassen“.

„Ihnen wächst die Arbeit über den Kopf, da sie der Demenzkranke zeitlich immer mehr fordert. Sie fühlen sich nicht nur belastet, sie sind es auch. Sie sind zum Teil überlastet.“ Sie schlugen sich mit Schuldgefühlen herum, dass sie nicht alles richtig machten und den Kranken nicht gut betreuten. „Sie sind hin- und hergerissen zwischen dem Patienten und sich selbst, zwischen Mitleid und Ärger mit dem kranken Angehörigen. Sie geraten in ein Gefühlschaos zum Beispiel auch bezüglich des Selbstbestim-

mungsrechts des Kranken und der fürsorglichen Autorität.“

Dies bedeutet letztlich auch, dass die Betreuer aggressiv und auch depressiv werden könnten. In Erlangen werden daher Schulungen für pflegende Angehörige durchgeführt, damit diese nicht auch noch krank werden.

Ausführlich und sehr anschaulich stellte Prof. Dr. Sabine Engel den rund 30 Anwesenden zuerst die Möglichkeiten der Demenzerkennung und der vielfältigen äußeren Erscheinungsformen vor. Sie betonte dabei, dass sich der Demenzkranke äußerlich nicht unbedingt stark verändere. Von den Angehörigen entferne er sich aber immer mehr. Sie könnten mit ihm nicht mehr richtig reden, ferner ziehe er sich in seine Welt zurück. In vier

Teilbereichen kann man Veränderungen bei dem Kranken erkennen: Als diese führt die Referentin die Verhaltensstörungen (wie Rechthaberei, schlechtes Benehmen, Weinerlichkeit, Distanz- und Hemmungslosigkeit), körperliche Schwächen wie Inkontinenz, mangelndes Durstgefühl und geschwächtes Immunsystem an. Betroffen ist auch der psychologische Bereich. Hier treten Depressionen, Nervosität, Halluzinationen und Aggressionen auf.

Um Demenz zu erkennen, kann man

sich verschiedener Tests bedienen, erfordern die Besucher. Problem lösendes und vorausschauendes Denken ist bei einem Demenz-Kranken kaum mehr vorhanden. Um ganz sicher zu sein, bedürfe es aber medizinischer Untersuchungen. Anhand des Blutbildes, der Elektrolyt-, Leber- und Schilddrüsenwerte sowie des Blutdruckes und der Herzleistungsuntersuchungen könne man feststellen, ob nicht andere Dinge zu Gedächtnisproblemen führten.

Mit einer Computer- bzw. einer Kernspintomografie wäre es möglich, gut zu erkennen, inwieweit Gehirnzellen schon abgestorben seien oder sie noch arbeiten. Mit Medikamenten könne man erreichen, dass die Krankheit zurückgedrängt werde. „Ganz aufhalten oder heilen kann man sie nicht. Man kann damit aber die letzte Phase der Demenzerkrankung auf einen sehr kurzen Lebensabschnitt verkürzen“. Im Zusammenhang mit der Einnahme von Medikamenten wurde auch die schlechte Wirkung von Glutamat (Geschmacksverstärker) auf das Gehirn angesprochen.

Bei gesunden Menschen Sorge das Abwehrsystem dafür, dass die Stoffe nicht oder nur in geringem Maße ins Gehirn gelangen, bei Demenzkranken fehle diese Abwehr. Deshalb müssten diese Stoffe mit Hilfe von Medikamenten von den Gehirnzellen fern gehalten werden. Um präventiv gegenüber Demenz erfolgreich zu sein, gaben die beiden Mediziner den Rat, kein Leben in Routine, sondern in steter Abwechslung und Herausforderung zu leben, damit die Gehirnzellen immer aktiviert werden.