

Vortrag über Demenz und die Belastungen für die Familie

## „Eine Herausforderung für alle“

Die Psychogerontologin Professor Dr. Sabine Engel referiert am Freitag im Awo-Wohnheim um 19.30 Uhr

WEISSENBURG – Am heutigen Freitag hält Professor Dr. Sabine Engel auf Einladung des Awo-Senioren- und Pflegeheims um 19.30 Uhr dort einen Vortrag zum Thema „Demenz – eine Herausforderung für die ganze Familie“. Die Inhaberin des Lehrstuhls für psychogerontologische Intervention ist am Gedächtniszentrum der Uni Erlangen tätig und beschäftigt sich seit vielen Jahren mit Demenz und Alzheimer. Wir haben uns mit der Expertin vorab über den Inhalt ihres Vortrags unterhalten.

*Frau Professor Engel, rund 1,3 Millionen Menschen leiden bundesweit unter Alzheimer. Eine Krankheit, die schleichend verläuft. Wie merkt man denn eigentlich bei sich selbst, dass man Alzheimer hat? Gibt es erste untrügliche Kennzeichen?*

**Prof. Sabine Engel:** „Zu den sogenannten ‚Kernsymptomen‘ einer Demenz, das heißt den Anzeichen, die bei jeder Demenzerkrankung früher oder später auftreten, gehören die Gedächtnisbeeinträchtigungen, die sich darin zeigen, dass man sich neue Informationen nicht mehr merken kann, zum Beispiel einen verabredeten Termin, das Gesicht einer neuen Nachbarin, die Bedienung eines neuen Haushaltsgerätes. Eine ‚Eigendiagnose‘ ist aber dennoch problematisch. Denn diese Gedächtnisbeeinträchtigungen müssen nicht zwingend der Beginn einer Demenzerkrankung sein, sie können auch Begleiterscheinungen anderer Erkrankungen oder Störungen sein, wie beispielsweise einer depressiven Erkrankung, einer Stoffwechselerkrankung oder einer körperlichen Mangelerkrankung. Daher ist die Untersuchung von eigens dafür ausgebildetem Fachpersonal, wie es beispielsweise in Gedächtniszentren arbeitet, unerlässlich.“



Prof. Dr. Sabine Engel: „Die Angehörigen Demenzkranker brauchen Wissen über die Krankheit.“

*Viele Demenzkranke merken ja bereits zu Beginn ihrer Erkrankung, dass irgendetwas mit Ihnen nicht stimmt, weil sie plötzlich Probleme haben, ihren Alltag zu bewältigen. Diese Erkenntnis löst meist Wut, Trauer und Angst aus. Wie sollten Angehörige Demenzkranker damit umgehen?*

**Prof. Engel:** „Für Betroffene, aber auch für Angehörige ist diese allererste Anfangsphase der Demenz meist eine sehr schwierige Phase. Den meisten Betroffenen hilft es, wenn die Angehörigen vorsichtig und einfühlsam das Gespräch darauf bringen, dass sie den Eindruck hätten, dem Betroffenen ginge es nicht gut, und sie sich Sorgen um seine Gesundheit, speziell um sein Gedächtnis machten. Manche Betrof-

fene trauen sich eine Auseinandersetzung mit dem angstbesetzten Thema eher zu, wenn der Ehepartner sich solidarisch zeigt, vergewissert, dass er ja auch manches vergesse, und sich gerne gemeinsam mit den Betroffenen für eine Gedächtnisuntersuchung anmelden wolle. Zwei Prinzipien scheinen aber immer hilfreich zu sein: erstens Zuversicht auszustrahlen und den Betroffenen zu verdeutlichen, dass durch moderne Behandlungsmöglichkeiten der Krankheitsverlauf positiv beeinflusst werden kann, und zweitens den Betroffenen nicht immer wieder auf seine Fehler, Defizite und Probleme hinzuweisen, sondern sich auf seine verbliebenen Fähigkeiten zu konzentrieren.“

*Die Erkrankung ist eine Belastung für beide Seiten: für die Demenzpatienten und ihre Familie. Wie kann man die Angehörigen am besten unterstützen?*

**Prof. Engel:** „Erstens brauchen Angehörige Wissen – Wissen über die Art der Erkrankung, über die Sicherheit der Diagnose, über Behandlungsmöglichkeiten, über den richtigen Umgang mit einem Demenzkranken. Zweitens brauchen sie einen geschützten Raum, in dem sie sich mit anderen Angehörigen austauschen und gegenseitig unterstützen können. Drittens brauchen sie Entlastungsmöglichkeiten, wie beispielsweise hilfsbereite und aufmerksame Nachbarn, solidarische und unterstützende Familienmitglieder, Besuchsdienste, Tagespflegereinrichtungen, damit sie wieder Zeit für sich selbst und die eigene Regeneration bekommen. Und zu guter Letzt brauchen sie eine kompetente Beratungsperson, die sie zu Rate ziehen können und die sie bei psychischen Problemen berät und begleitet.“

Interview: MARKUS STEINER