

Die vaskuläre Demenz

Durchblutungsstörungen im Gehirn sind die Ursache der vaskulären Demenz, der zweithäufigsten Demenzform nach der Alzheimer-Demenz. Als Risikofaktoren gelten unter anderem hoher Blutdruck und Diabetes (Typ II).

«Vaskulär» bedeutet «gefässbedingt» oder «durchblutungsbedingt». Bei einer vaskulären Demenz ist also die Durchblutung des Gehirns beeinträchtigt. Das Gehirn wird über viele kleine Blutgefässe mit sauerstoffreichem Blut versorgt. Wird diese Versorgung verringert oder blockiert, nehmen Gehirnzellen Schaden oder sterben ab. Als Ursache für die Durchblutungsstörung gibt es verschiedene Möglichkeiten.

Verengte Blutgefässe im Gehirn

Am häufigsten entsteht die Krankheit schleichend. Kleine Blutgefässe werden geschädigt, indem ihre Gefässwände dicker und starrer werden, sodass die Sauerstoffversorgung in Teilen des Gehirns abnimmt. Manchmal entsteht die Gehirnschädigung auch schnell und heftig, nämlich dann, wenn ein grösseres Blutgefäss verstopft oder reisst. Dann spricht man von einem Schlaganfall. Es kann auch vorkommen, dass sich beim Herzen durch ein sogenanntes Vorhofflimmern Blutklümpchen bilden, die über die Blutbahn ins Gehirn gelangen und dort Gefässe verschliessen.

Sehr unterschiedliche Symptome

Da sich die vaskuläre Demenz sowohl langsam als auch plötzlich bemerkbar machen kann, und die Schädigungen im Gehirn in unterschiedlichen Arealen vorkommen können, ist es schwierig, übliche Symptome und einen typischen Krankheitsverlauf festzumachen. Trotzdem seien im Folgenden Anzeichen aufgeführt, die Ausdruck einer vaskulären Demenz sein können:

- *Persönlichkeitsveränderungen:* Stimmungsschwankungen, plötzliche Unruhe, unangemessene Wutanfälle, Tränen oder Lachen bei unpassender Gelegenheit.
- *Orientierungslosigkeit:* Zum Beispiel weiss jemand plötzlich nicht mehr, wo er sich befindet, obwohl es ein altbekannter Ort ist.
- *Gedächtnisstörungen:* Vor allem neue Informationen können nicht im Gedächtnis behalten werden. Eine Geschichte wird mehrmals nacheinander erzählt oder eine Frage wird oft wiederholt.
- *Denkschwierigkeiten:* Das Urteilsvermögen lässt nach. Komplexere Handlungsschritte, zum Beispiel beim Zah-

lungsverkehr, werden nicht mehr verstanden.

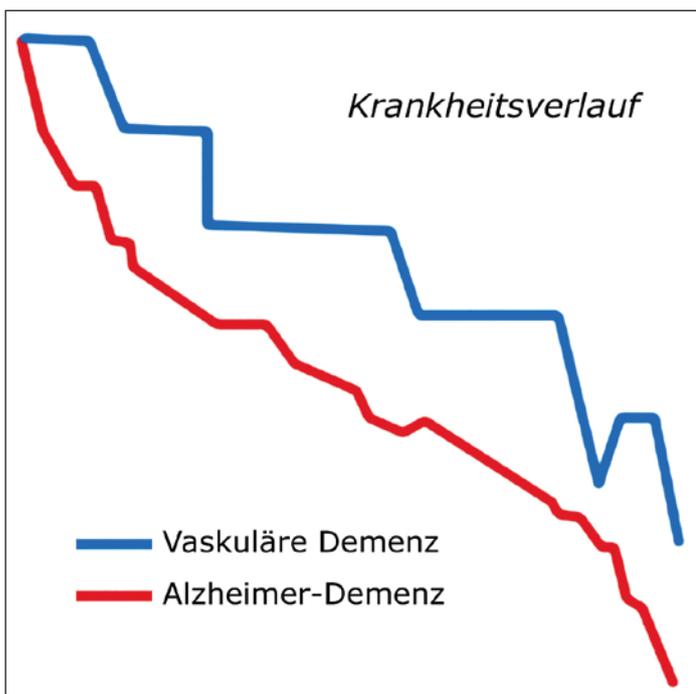
- *Handlungsfehler:* Alltägliche Handlungen bereiten plötzlich Schwierigkeiten, das Bedienen der Kaffeemaschine zum Beispiel. Oder es häufen sich sinnlose Handlungen wie das Deponieren des Schlüssels im Kühlschrank.
- *Sprachstörungen:* Der Wortschatz wird kleiner, es treten Wortfindungsstörungen auf und die Artikulation wird undeutlich.
- *Bewegungs- und Koordinationsprobleme:* Unsicherheit beim Gehen, häufiges Stürzen, kleinschrittiger Gang, Verlangsamung.

Weitere mögliche Symptome sind Lähmungen, Sehstörungen, Blasenstörungen mit Inkontinenz sowie epileptische Anfälle und Depressionen. Keines dieser Symptome ist der Beweis für eine vaskuläre Demenz. Das heisst, es gibt immer auch andere mögliche Ursachen. Deshalb ist eine umfassende Untersuchung durch spezialisierte Ärzte unerlässlich.

Nicht selten verläuft eine vaskuläre Demenz in Schüben. Das heisst, ein Zustand bleibt über längere Zeit stabil, bis er sich plötzlich wieder verschlechtert. Auch Phasen einer leichten Besserung können vorkommen. Im späten Stadium der Erkrankung sind die Betroffenen rund um die Uhr auf Betreuung und Pflege angewiesen.

Viele Untersuchungsmethoden

Um eine Diagnose stellen zu können, wird erst einmal die persönliche Krankengeschichte des Patienten angeschaut, mit besonderem Augenmerk auf die Themen Medikamente, Blutdruck, Diabetes und Herzerkrankungen. Auch Beobachtungen von den Angehörigen sind sehr wichtig. Eine körperliche Untersuchung bringt Aufschluss über die Bewegungskoordination, Lähmungserscheinungen, Sensibilitätsstörungen und andere mögliche Ausfälle. Dann gibt es verschiedene Tests, bei welchen Fragen beantwortet oder Aufgaben



Die Verschlechterung der Hirnleistung verläuft bei der Alzheimer-Demenz eher kontinuierlich, bei der vaskulären Demenz oft in Stufen.

Fortsetzung auf Seite 5

gelöst werden müssen. Auch Laboruntersuchungen, bildgebende Verfahren sowie Messungen des Blutdrucks, der Hirnströme oder der Herzrhythmus gehören zum Instrumentarium. Etwa bei jeder vierten Demenzdiagnose handelt es sich um eine vaskuläre Demenz. Oft wird eine Mischform aus Alzheimer-Demenz und vaskulärer Demenz festgestellt.



Tägliche Bewegung! Damit können wir zur Fitness unseres Gehirns beitragen.

Behandlung für besseren Verlauf

Hirnareale, die geschädigt sind, können nicht heilen. Es kann aber gelingen, den Verlauf der vaskulären Demenz durch verschiedene Massnahmen günstig zu beeinflussen. Ein erhöhter Blutdruck muss behandelt werden, und blutverdünnende Mittel können angezeigt sein. Auch die Fett- und Zuckerwerte im Blut sollten mit Medikamenten optimal eingestellt werden. Zu den nicht-medikamentösen Massnahmen zählen eine gesunde Ernährung sowie regelmässige Bewegung. Je nach Krankheitsbild respektive individuellen Bedürfnissen sind eine Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Musiktherapie oder Psychotherapie zu empfehlen. Auch das Gedächtnistraining, wie es die Alzheimervereinigung beider Basel anbietet, ist eine gute Option.

Bekannte Risikofaktoren

Gegen den grössten Risikofaktor für vaskuläre Demenz können und wollen wir nichts tun: ein hohes Alter. Aber es gibt andere Risikofaktoren, gegen die wir sehr wohl etwas unternehmen können. Zu nennen sind vor allem ein zu hoher Blutdruck sowie ungünstige Blutfettwerte (Cholesterin). Risikosteigernd sind auch Diabetes

(Typ II), Herzerkrankungen und Schlafapnoe (Atempausen während des Schlafens). Rauchen ist ebenfalls schlecht.

Aus dieser Aufzählung sind unsere Möglichkeiten leicht abzulesen, wie wir einer vaskulären Demenz vorbeugen können. Wir sollten unseren Blutdruck im Auge behalten und eine Hypertonie unbedingt behandeln lassen. Dann gilt es, die Blutfett- und -zuckerwerte in einem gesunden Bereich zu halten.

Generell zählen – wie auch als Prävention gegen viele andere Krankheiten – eine fettarme Ernährung, kein übermässiger Alkoholkonsum, Verzicht aufs Rauchen sowie tägliche körperliche Bewegung und geistige Aktivität zu den empfohlenen Massnahmen, um die Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung an vaskulärer Demenz zu verringern. Eine hundertprozentige Garantie, niemals davon betroffen zu sein, gibt es leider nicht. ww

INSTITUTIONEN

Neues «Netzwerk Demenz»

Ein Verein soll eine effiziente Umsetzung der nationalen Demenzstrategie in den Basler Kantonen vorantreiben.

Eine Koordinationsplattform für Dienstleister im Bereich Demenz, so könnte der Zweck beschrieben werden, der dem neuen «Netzwerk Demenz beider Basel» zugedacht ist. Der Vorstand setzt sich aus ausgewiesenen Fachpersonen zusammen, inklusive Andreas U. Monsch, Leiter der Memory Clinic Basel, und Daniela Berger, Geschäftsführerin der Alzheimervereinigung beider Basel.

Marcello Schumacher, Präsident des neuen Vereins und Leiter der Hochschule für Soziale Arbeit an der FHNW, erklärt, das Netzwerk solle die Basler Kantone bei der Umsetzung der nationalen Demenzstra-

tegie unterstützen. 144 Institutionen seien angefragt worden, sich als Mitglied einzubringen. Auch die Aufwertung des Pflegeberufs gehöre zu den Zielen.

Der Basler Gesundheitsdirektor Lukas Engelberger stellte an der Gründungsfeier eine längerfristige Zusammenarbeit der Stadt mit dem Verein in Aussicht, während Jürg Sommer, Leiter des Baselbieter Amtes für Gesundheit, darauf hinwies, dass im Landkanton die Umsetzung der nationalen Demenzstrategie aus finanziellen Gründen für das Jahr 2015 zurückgestellt werden musste. ww




Für Angehörige demenzkranker Menschen sowie deren Freunde, Nachbarn etc.

Demenz

Angehörigengruppe im Bruderholzspital

Der Erfahrungsaustausch hilft, das Zusammenleben mit demenzkranken Menschen besser bewältigen zu können.

Wann 1 x / Monat, dienstags, 18 bis 20 Uhr
Wo Bruderholzspital, Böttmingen
Leitung Marianne Georg, Gerontologin MAS
Beginn Nach Anmeldung von 5 Personen
Kosten CHF 120 / Halbjahr (Mitglieder CHF 80)

Alzheimervereinigung beider Basel
www.alzbb.ch Tel. 061 265 38 88