

Die Alzheimerkrankheit

Die häufigste Demenzerkrankung, die den Namen ihres Entdeckers Alois Alzheimer trägt, wird durch Ablagerungen im Gehirn ausgelöst. Es gibt noch kein heilendes Medikament, aber es ist möglich, den Verlauf günstig zu beeinflussen.

Bei rund der Hälfte aller Demenzerkrankungen, die diagnostiziert werden, handelt es sich um die Alzheimerkrankheit, oft einfach «Alzheimer» genannt. 1906 hat der deutsche Nervenarzt Alois Alzheimer seine Forschungsergebnisse über einen «eigenartigen schweren Erkrankungsprozess der Hirnrinde» an der «37. Versammlung Südwestdeutscher Irrenärzte» vorgestellt. Die Anwesenden reagierten nicht sehr interessiert. Die Tragweite der Entdeckung wurde erst viel später erkannt. Heute wird die Zahl der Menschen, die weltweit an der Alzheimerkrankheit leiden, auf über 20 Millionen geschätzt, und die Kosten für die Forschung nach einem wirksamen Gegenmittel gehen in die Milliarden.



Alois Alzheimer, 1864 – 1915

Fatale Klumpen und Faserbündel

Bereits Alois Alzheimer hat die typischen Merkmale beobachtet, die im Gehirn eines Menschen auftreten, der von dieser Krankheit betroffen ist. Zum einen sind es Klumpen aus Eiweissstoffen, die sich zwischen den Nervenzellen und an den Wänden der kleinen Blutgefässe einlagern. Man nennt sie Plaques. Zum anderen gibt es innerhalb der Nervenzellen Eiweissstoffe, die sich zu einer Art Faserknäuel verbinden, sogenannte Tau-Fibrillen. Plaques und Fibrillen führen dazu, dass die Nervenzellen absterben. Dieser langsam voranschreitende Prozess lässt das Gehirn bis zu 20 Prozent schrumpfen.

Bekannte Risikofaktoren

Wodurch werden diese Ablagerungen ausgelöst? Über hundert Jahre nach der Entdeckung von Alois Alzheimer kann man diese Frage noch immer nicht zufriedenstellend beantworten. Risikofaktoren sind aber bekannt. Ein hohes Alter ist Faktor Nummer eins. Die Alzheimerkrankheit kann aber auch in jüngerem Alter vorkommen. Insbesondere eine sehr seltene, direkt vererbte Form tritt in der Regel zwischen dem 35. und 60. Lebensjahr auf. Abgesehen von dieser erblichen Variante geht man heute davon aus, dass es genetische Veranlagungen gibt, welche die Erkrankung begünstigen.

Diese Erkenntnisse stehen noch auf wackligen Beinen. Statistisch gut belegt ist, dass Bluthochdruck, Diabetes, Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen und Rauchen Risikofaktoren sind. Auch eine frühere Schädel-Hirn-Verletzung scheint die Wahrscheinlichkeit zu erhöhen, an Alzheimer zu erkranken. Wie weit vorbeugende Massnahmen wie gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung die Eiweissablagerungen verhindern können, ist umstritten. Die Forschung hat aber Hinweise, dass eine regelmässige geistige Aktivität im Gehirn Ressourcen schafft, welche die Folgen einer Alzheimererkrankung eine Zeit lang kompensieren können.

Der typische Krankheitsverlauf

Zu Beginn der Erkrankung zeigen sich leichte Gedächtnisprobleme. Weitere mögliche Symptome sind Unaufmerksamkeiten und Wortfindungsstörungen. Das Urteilsvermögen kann abnehmen, komplexere Aufgaben fallen schwer oder gelingen nicht mehr (z.B. Zahlungsverkehr). Es werden seltsame Entscheidungen getroffen (z.B. Sommerkleider im Winter) und die räumliche Orientierung lässt nach. Auch emotional sind Veränderungen möglich. Sanftmütige Menschen werden streitsüchtig, oder

es treten depressive Verstimmungen auf. Die Körperhygiene wird manchmal vernachlässigt, oft findet ein sozialer Rückzug statt.

Die Selbständigkeit im Alltag geht im mittleren Stadium der Alzheimerkrankheit allmählich verloren, da Handlungen wie an- und auskleiden, essen und sich waschen nur noch mit Anleitung möglich sind. Das Gedächtnis lässt weiter nach, Fragen oder bestimmte Aussagen werden mehrmals wiederholt. Das Verständnis für Raum und Zeit schwindet, und auch in vertrauter Umgebung gelingt die Orientierung nicht mehr. Manche Betroffene verspüren eine starke Unruhe und den Drang, zu Fuss unterwegs zu sein.

Im späten Stadium ist auch das Langzeitgedächtnis betroffen, vertraute Personen werden nicht mehr erkannt. Das Sprachvermögen reduziert sich auf wenige Worte, bis es ganz versiegt. Die Patienten sind nun rund um die Uhr pflegebedürftig. Inkontinenz tritt auf, und die Abbauprozesse im Gehirn beeinträchtigen weitere körperliche Funktionen wie das Gehen, Sitzen, Kauen, Schlucken und Atmen. Zudem leidet das Immunsystem. Schliesslich sind Infekte die häufigste Todesursache.

In dieser Beschreibung werden typische Merkmale aufgeführt, es ist aber wichtig zu wissen, dass es grosse individuelle Unterschiede geben kann. Das gilt auch für die Dauer von ersten Symptomen bis zum Tod. Im Durchschnitt sind es acht bis zehn Jahre, aber es können auch einmal zwanzig Jahre sein. Tendenziell gilt: Je später der Krankheitsbeginn, desto kürzer die Krankheitsdauer.

Keine wertvolle Zeit verlieren

Etwa die Hälfte aller Demenzerkrankungen wird nicht abgeklärt. Ein Grund dafür ist unter anderem die Angst vor der Diagnose. Das Thema wird verdrängt und tabuisiert. Angehörige, die bei einem Familienmitglied Anzeichen einer möglichen Erkrankung feststellen, laufen oft – bildlich gesprochen – gegen eine Wand, wenn sie versuchen, eine Abklärung in die Wege zu leiten.

Es gibt kein einfaches Rezept, wie dann vorgegangen werden soll. Eine Möglichkeit ist der Einbezug der Hausärztin oder des Hausarztes. Bestimmt ist es hilfreich, eine Beratungsstelle zu kontaktieren, wie sie die Alzheimervereinigung beider Basel kostenlos anbietet (Tel. 061 326 47 94). Die Fachperson kann konkrete Vorschläge machen, vielleicht sogar die nächsten Schritte begleiten.

Eine frühe Abklärung lohnt sich mehrfach. Falls eine Alzheimererkrankung festgestellt wird, kann mit Medikamenten und nicht-medikamentösen Massnahmen die Lebensqualität über längere Zeit auf einem höheren Niveau gehalten werden. Die erkrankte Person und die Angehörigen haben mehr Zeit, den Umgang mit der Diagnose zu erlernen, auch wenn das eine grosse Herausforderung ist. Es können noch wichtige Angelegenheiten besprochen werden, vielleicht erfüllt man sich auch noch lange gehegte Wünsche.

Spezialisten in der Memory Clinic

Die Abklärung beginnt in der Regel in der Hausarztpraxis. Mit einem einfachen Test

kann festgestellt werden, ob es Anzeichen für eine Demenzerkrankung gibt. Wichtig sind auch die Beobachtungen der Angehörigen. Erhärtet sich der Verdacht, gibt es eine Überweisung an Spezialisten in der nächsten Memory Clinic. Dort werden in der Regel vier Termine vereinbart. Zuerst werden Gespräche geführt, und die Person, die untersucht wird, hat ein paar Aufgaben zu lösen. Beim zweiten und dritten Termin gibt es Untersuchungen mit technischen Mitteln (Blutanalyse, Computertomographie u.a.). Die Diagnose wird von einem Experten-Team gestellt. Der vierte Termin ist dann das Diagnosegespräch.

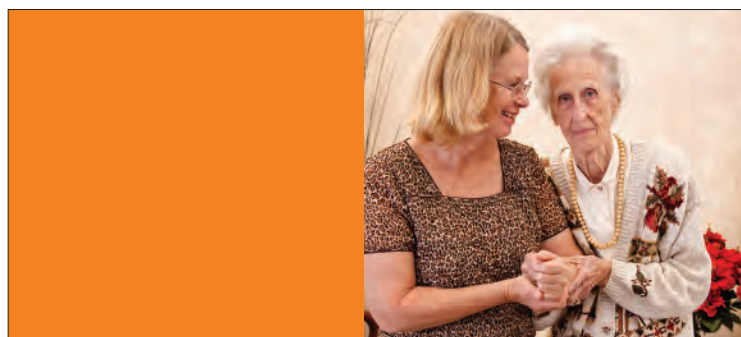
Spektrum möglicher Therapien

Bei der Alzheimerkrankheit kann durch die Verabreichung sogenannter Antidementiva der Abbau der Hirnleistung verzögert werden. Mit anderen Medikamenten lassen sich Begleitsymptome wie Depressionen, Unruhe oder Schlafstörungen behandeln. Nebst den Medikamenten sind weitere Therapien zu empfehlen. Die Möglichkeiten reichen von Gedächtnistraining und Kunsttherapie über Bewegungsübungen

zu Musik (nach Jaques-Dalcroze) bis zu Logopädie und Ergotherapie. Sehr wichtig ist auch ein demenzgerechter Umgang mit der betroffenen Person, geprägt von einer positiven, wertschätzenden Haltung.

Sich unterstützen lassen

Das ist leichter gesagt als getan. Angehörige werden bei der Betreuung und Pflege von demenzkranken Menschen seelisch und körperlich stark belastet – oft überlastet. Sie sollten sich unbedingt helfen lassen. Möglichkeiten dazu gibt es viele: Beratungsstellen, Seminare, Angehörigengruppen, Spitex, Ferienbetten, Tagesstätten... Es ist nicht nötig und hilft niemandem, wenn die Angehörigen selber zu Patienten werden, weil sie sich überfordern. Je früher man Hilfe annimmt, desto besser. ww



CURA *domizil*
● ● ...IN GUTEN HÄNDEN

365 Tage pro Jahr für Sie im Einsatz

Private Spitex mit Krankenkassen-Anerkennung

für an Demenz erkrankte Menschen und
Personen mit Unterstützungsbedarf

- Entlastung pflegender Angehöriger
- Alltagsbegleitung und Betreuung
- Grundpflege / Haushalt / Nachtwache

Sprechen Sie mit uns. Wir finden eine bedürfnisgerechte Lösung für Sie.

Tel. 061 465 74 00 | info@curadomizil.ch | www.curadomizil.ch