

# Gegen Verlegen von Schlüsseln rechtzeitig vorgehen

Mediziner Frank Hettler aus Ehingen referiert auf Einladung der Demenz Initiative Laichingen und der VHS

Von Brigitte Scheiffle

LAICHINGEN - Demenz ist eine Erkrankung des Gehirns und beeinträchtigt Menschen in ihrer eigenständigen Lebensführung. Im voll besetzten Bürgersaal des Alten Rathauses sprach der Mediziner Dr. Frank Hettler aus Ehingen auf Einladung der Demenz Initiative Laichingen und der Volkshochschule über ein Thema, das ältere, aber auch junge Menschen stark beschäftigt. Nicht enden wollten die Fragen der Besucher an den Facharzt für Innere Medizin, Klinische Geriatrie und Palliativmedizin nach dem Referat.

Verlegte Schlüssel, Brille oder Papiere, vergessene Namen, gereizte Stimmung, labiles Verhalten - laut Hettler durchaus Diagnosekriterien bei Demenzerkrankungen. Aber erst einmal Entwarnung: Zu dieser Krankheit gehört weitaus mehr und es gibt einige Möglichkeiten zur Vorbeugung, wenn auch nicht zur Heilung. Ob es sich nun aber um Altersvergesslichkeit oder beginnende Demenz handelt, ist nicht einfach zu erkennen, denn die frühe Demenz weist häufig Symptome auf, die sich nicht oder nur kaum von einer bloßen Vergesslichkeit unterscheiden.

Ab 80 erreichten Lebensjahren nehme die Anzahl derer, die unter einer Demenzerkrankung leiden, deut-

**„Unser Gehirn lebt davon, Informationen zu bekommen und sie zu verarbeiten.“**

Mediziner Dr. Frank Hettler in seinem Vortrag zu Demenz



Der Mediziner Dr. Frank Hettler aus Ehingen (rechts) im Gespräch mit einem Besucher seines Vortrags im Alten Rathaus in Laichingen. Dort referierte der Facharzt für Innere Medizin, Klinische Geriatrie und Palliativmedizin über Demenz.

FOTO: MEMU

lich zu, weiß Hettler. Noch unter 70 Jahren sei es eher selten. Schlechtes Erinnerungsvermögen und Vergesslichkeit, also ein schlechtes Kurzzeitgedächtnis, weisen zwar darauf hin, doch müssen noch andere Auffälligkeiten hinzukommen, so der Arzt.

So zum Beispiel ein nachlassendes Orientierungsvermögen, sprachliche Probleme, Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen oder fehlende Urteilsfähigkeit, ob im Hochsommer ein Anorak und im

Winter Sandalen getragen werden. Zu berücksichtigen seien für die Symptomatik auch depressive Störungen, hohe Labilität oder Reizbarkeit. „Es gibt viele Formen der Demenz“, erklärte Hettler und stellte vorrangig die Gruppe der neurodegenerativen Demenz vor, in der sich Nervenzellen im Gehirn abbauen, ebenso wie bei der Erkrankung an Morbus Alzheimer.

#### Wichtig: rechtzeitiges Erkennen

Schädigungen des Gehirns können auch durch Durchblutungsstörungen oder kleine Schlaganfälle entstanden sein, weiter durch Alkohol, Traumata oder Stoffwechselstörungen. Das Feld der Erkrankungen ist

weit, Heilungschancen gibt es nicht, die Untersuchungen bis zur sicheren Diagnose sind aufwendig und vielseitig. Es gilt: Je früher erkannt, umso eher kann eine Verschlechterung herausgezögert werden.

Frühsymptome einer Demenz sind für Hettler falsches Ablegen von Gegenständen, wiederholtes Fragen und Erzählen, Stimmungs labilität, diffuse Ängste und emotionaler Rückzug. Das alles könne sich aber auch bei einer depressiven Störung ereignen und sei dann eine kurzzeitige Störung. Als spätere Symptome bezeichnet der Oberarzt erhebliche Gedächtnisstörungen, Sprachverarmung, das Nichterkennen von Angehörigen und stark gestörtes Urteilsvermögen, erhebliche Orientierungsprobleme, Inkontinenz und das Vernachlässigen der Körperhygiene.

Spannend bei Hettlers Bogen von den Symptomen über die Diagnose bis zur Medizin, wenngleich ernüchternd: Demenz ist nicht heilbar und die dafür zuständigen Ablagerungen im Gehirn bestehen schon viele Jahre vorher. Positiv wirken sich bilinguale Fähigkeiten auf das Gehirn aus, ebenso verhindern soziale Aktivitäten einen geistigen Verfall im hohen Alter. „Unser Gehirn lebt davon, Informationen zu bekommen und sie zu verarbeiten.“

Wer im Alter zwischen 50 und 60 Jahren rauche, erhöhe das Risiko um das Doppelte, in den kommenden 20 Jahren an vaskulärer oder Alzheimer Demenz zu erkranken. Gesunde Ernährung mit viel Obst, Gemüse, Nüssen, Eiweiß aus Soja und mehr Fisch als Fleisch zähle ebenso zu den vorsorgenden Maßnahmen.

### Rund 1,5 Millionen Demenzkranke in Deutschland

Derzeit sind 1,5 Millionen Menschen in Deutschland von einer Demenzerkrankung betroffen. Etwa 40 000 Menschen kommen pro Jahr neu dazu mit steigenden Zahlen. Bis ins Jahr 2050 wird mit drei Millionen Demenzerkranken gerechnet. 36 Millionen sind aktuell weltweit daran erkrankt. Mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind, sollte das Altgedächtnis trainiert werden, Aufmerksamkeit und Konzentration, die Orientierung und die Merkfähigkeit. Überforderung sollten Angehörige aber vermeiden. „For-

dern Sie das, was der Patient noch kann.“

Angehörige sollten so früh wie möglich eine Entlastung sicherstellen und sich mit Betroffenen um Vollmachten und Patientenverfügung bemühen, ebenso um die nicht mehr gegebene Fahrtüchtigkeit.

Es gibt angeblich sieben beeinflussbare Risikofaktoren bei Demenz: Körperliche Inaktivität, Rauchen, Bluthochdruck, Übergewicht im mittleren Alter, Diabetes, Depressionen sowie niedriges Bildungsniveau. (memu)

