

RATGEBER

Wenn die kleinen grauen Zellen abbauen

Alzheimer ist für Betroffene und Angehörige mit emotionalen Belastungen und Ängsten verbunden. Doch man kann das eigene Schicksal rechtzeitig beeinflussen. Unterstützung bieten die Psychiatrischen Dienste Graubünden (PDGR).

chr. Wie kommen die Schuhe in die Waschmaschine, wie die Zeitung in den Kühl-

schrang? Plötzlich passieren unerklärliche, seltsame Dinge. Oft will man nicht wahrhaben, dass die kleinen grauen Zellen langsam ihre Arbeit einstellen.

«Es braucht viel Mut, ehrlich zu sich zu sein, mit dem Partner und den Angehörigen über solche ersten Merkwürdigkeiten zu reden und ärztliche Hilfe zu suchen», weiss Florian Kopper, Oberarzt der Gerontopsychiatrischen Tagesklinik in Ilanz, eine Aussenstelle der PDGR, welche am 5. Oktober 2011 startet. «Doch die Zeitspanne, in der man als Betroffener seine eigene Zukunft noch mitgestalten kann, ist viel zu kurz, um den Kopf in den Sand zu stecken.»

Prozess verlangsamen

Betroffene und Angehörige haben gar nichts zu verlieren, aber viel zu gewinnen, wenn sie das «schreckliche» Wort Alzheimer thematisieren. «Wenn bei den ersten Anzeichen von Demenz fachliche Beratung erfolgt und gezielt Therapien angewendet werden, kann man sehr viel bewirken», bestätigen Florian Kopper und Ursula Giustiniani, Leiterin Gerontopsychiatrische Tagesklinik in Ilanz.

Anfänglich kann auf den Krankheitsverlauf von Alzheimer gut eingewirkt werden: Die gedankliche Leistungsfähigkeit wird mit Medikamenten und Trainings allmählich etwas verbessert. «Wunder darf man zwar keine erwarten. Doch auch geringe Verbesserungen machen sich im Alltag bemerkbar. Der Patient findet leichter die Tür zur Toilette, weiss, wo er das Brot aufbewahrt. Er wird selbstständiger und zufriedener. Auch Missverständnisse und Auseinandersetzungen mit Angehörigen werden weniger. All dies verbessert die Lebensqualität von Betroffenen und Angehörigen sehr.»

Medikamente und Trainings in der Tagesklinik

In der Kombination von Medikamenten und Trainings in den Gerontopsychiatrischen Tageskliniken der PDGR in Ilanz und in Chur wird es Alzheimer-Patienten ermöglicht, sich wieder besser in ihrem Alltag zurechtzufinden. «Bei den individuellen Förderungsprogrammen lernen sie,



Ursula Giustiniani und Dr. med. Florian Kopper arbeiten täglich mit Alzheimer-Patienten in der Gerontopsychiatrischen Tagesklinik der PDGR in Ilanz.

ihre vermeintlich verlorenen Kompetenzen wieder zu aktivieren. Dies gibt ihnen mehr Selbstvertrauen. Angehörige, die in diese Prozesse mit einbezogen werden, werden von der Betreuungsarbeit entlastet und finden zu einem entspannteren Umgang mit dem Patienten zurück.», stellen Ursula Giustiniani und Florian Kopper fest. Die gerontopsychiatrischen Behandlungen in den Tageskliniken ermöglichen es den Patienten überdies, länger in ihrem eigenen Umfeld zu bleiben.

Wichtig ist die Regelmässigkeit

Das Trainings- und Übungsprogramm in den Tageskliniken ist breitgefächert und wird individuell abgestimmt. Es reicht von Gedächtnisübungen bis zu Spielen, Tänzchen, und Gartenarbeiten. «Wichtig ist die Regelmässigkeit. Denn Alzheimer-Patienten brauchen den Rahmen der Gewohnheit, einen klaren Tagesablauf, Strukturen und auch Rituale. Dies gibt ihnen Sicherheit und Lebensqualität.», wissen Giustiniani und Kopper. «Wenn wir sehen, dass unsere Patienten zunehmend ausgeglichener werden und sich auf die Besuche in der Tagesklinik freuen, dann sind das für uns glückliche Momente.»

Mit zunehmendem Alter steigt die Gefahr, an Alzheimer zu erkranken, es gibt auch Häufungen innerhalb von Familien, dies ist jedoch eher die Ausnahme. Die Forschungen in diesem Bereich laufen auf Hochtouren. Grosse Hoffnungen ruhen auf der Entwicklung einer vorbeugenden Impfung.

■ ALZHEIMER – DIE ANLAUFSTELLEN

Gerontopsychiatrische Tageskliniken in Ilanz (fünf Plätze, ab 5.10.11) und Chur (acht bis zehn Plätze) – Schnuppertage möglich – Tel. 058 225 21 09, www.pdgr.ch. Pro Senectute: www.gr.pro-senectute.ch; Alzheimer-Telefon Graubünden: Tel. 081 253 91 40, www.alz.ch/gr



Bilder Susi Haas