

RATGEBER

«Demenz ist nicht gleich Demenz»

Dement werden will niemand. Eine gesunde Lebensweise beugt dieser Erkrankung zumindest teilweise vor. Trotzdem: Die Zahl Betroffener nimmt aufgrund der höheren Lebenserwartung und des demografischen Wandels zu. Die PDGR bieten in der Memory-Klinik notwendige Abklärungen und Behandlungen an.

chr. «Demenz ist nicht gleich Demenz. Es gibt über 50 verschiedene Demenzarten», sagt Christian Koch, Co-Chefarzt der Gerontopsychiatrie der Psychiatrischen Dienste Graubünden (PDGR). Die häufigste Demenzform ist die Alzheimer-Erkrankung. Daneben gibt es viele weitere wie beispielsweise Gefässdemenzen, die Lewy-Körperchen-Demenz und die Frontotemporalen Demenzen. Bei Letzteren kommt es zu einem zunehmenden Untergang von Nervenzellen im Stirn- und Schläfenbereich des Gehirns. Diese Frontotemporalen Demenzen treten, so Christian Koch, oft schon zwischen dem 45. und 60. Lebensjahr auf.

Demenzsymptome können jedoch auch als Folge von anderen Krankheiten entstehen, wie etwa bei Parkinson, bei Schilddrüsenfunktionsstörungen, Tumorerkrankungen, bei Medikamentennebenwirkungen oder Depressionen. Werden diese primären Erkrankungen behandelt, bilden sich die Demenzsymptome ganz oder zumindest teilweise zurück. Suchterkrankungen können das Gehirn sogar dauerhaft schädigen.

Was passiert bei einer Demenz? «Die Nervenzellen im Gehirn sterben ab, weshalb die geistigen Fähigkeiten, die Sprache und die

Motorik nachlassen», erklärt Koch. Die Ursachen für Demenzerkrankungen sind unterschiedlich. Fest steht, dass die Gehirnfunktionen abnehmen, dass man deshalb zunehmend vergesslicher wird und im Verlauf mehr Unterstützung im Alltag benötigt. «Zwar besteht teilweise eine Veranlagung, dement zu werden, das Alter ist jedoch der grösste Risikofaktor. Den möglichen Beginn einer Demenz kann man jedoch auch hinauszögern. Wichtig ist es, gesund zu leben, sich gesund zu ernähren, wenig Alkohol zu trinken, sich viel zu bewegen und geistig aktiv zu bleiben», sagt Christian Koch.

Die Memory-Klinik

In der Memory-Klinik der PDGR erfolgen gründliche und sorgfältige Demenzabklärungen. «Wir untersuchen, ob es sich tatsächlich um eine Demenzform handelt oder ob sich hinter einer vermeintlichen Demenzsymptomatik eine Depression oder eine behandelbare Ursache verbirgt, welche auch Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen hervorrufen kann», so Koch. Die Abklärung beinhaltet verschiedene neuropsychologische Tests und Untersuchungen, Laboruntersuchungen, eine psychiatrische Explo-



Christian Koch,
Co-Chefarzt Gerontopsychiatrie.

ration, eine Befragung der Angehörigen (Fremdanamnese) sowie eine Bildgebung vom Kopf (CT oder MRI). Gespräche mit Betroffenen und Angehörigen sind den PDGR-Ärzten äusserst wichtig.

Behandelt werden Demenzbetroffene mit Therapien wie Gedächtnistraining, Musik- oder Kunsttherapie und spezifischen Medikamenten. So kann der Verlauf etwas verlangsamt werden. Ganz wichtig in diesem Prozess sind jedoch die Zuwendung und die Unterstützung der Angehörigen.

Diagnose ist oft schmerzlich

Für viele Betroffene und ihre Angehörigen ist die Diagnose schmerzlich. Christian Koch: «Allerdings ist es sehr hilfreich, wenn Patienten und Angehörige die Diagnose kennen. So können sie sich am besten auf die neue Situation einstellen, sich mit der Erkrankung auseinandersetzen und so rasch wie möglich mit den notwendigen Therapien beginnen.» Dennoch hoffen Betroffene, Angehörige und Ärzte auf baldige erfolgversprechende Forschungsergebnisse. Bis dahin jedoch gilt: «Leben Sie möglichst gesund, bleiben Sie aktiv und geistig beweglich.»



Wer auch im Alter geistig rege bleibt, sich gesund ernährt und zudem noch viel bewegt, erhöht die Chancen gesund zu bleiben.

Bilder Susi Haas

ANLAUFSTELLE PDGR

Die Memory Klinik befindet sich auf dem Areal der Klinik Waldhaus, weitere Standorte gibt es in Ilanz und St. Moritz. Hier finden sorgfältige Abklärungen von Demenzerkrankungen und kognitiven Störungen statt. In der Klinik Waldhaus besteht zusätzlich die Möglichkeit für ein betreutes ambulantes kognitives Training (Gruppen). Infos: www.pdgr.ch, info@pdgr.ch

Vortrag «Demenz ist nicht gleich Demenz - Welche Arten von Demenzerkrankungen gibt es?». Am 27. Oktober 2015, 19 Uhr im Mehrzwecksaal der Klinik Waldhaus in Chur. Eintritt frei. Referent: Christian Koch, Co-Chefarzt.