

Gesellschaftliche Herausforderung

Univ.-Prof. Dr. Stephanie Auer* über die Integration von Menschen mit Demenz in den Alltag, die Probleme von Angehörigen und das Projekt „Einsatz Demenz“ der Polizei.

Welche Anzeichen deuten auf Demenz hin?

Unsere Erfahrung in der Arbeit mit Menschen mit Demenz zeigt, dass sich die Betroffenen schon in einem sehr frühen Stadium der Erkrankung Sorgen um ihr Gedächtnis machen und das auch ausdrücken. Für Angehörige ist es oft schwer, diese Sorgen richtig einzuordnen. Oft werden Sorgen mit den Worten bagatellisiert: „Du bist eh schon so alt, mach dir keine Sorgen, das ist nichts Schlimmes.“ Es ist wichtig, Angehörige zu sensibilisieren, dass solche Aussagen ernst genommen werden. Man sollte nicht so lange warten, wenn jemand sagt, ich habe das Gefühl, mein Gedächtnis ist nicht so gut. Dann muss man reagieren: „Da gibt es ein Angebot, lass dich doch einmal testen.“

Wenn es erste Anzeichen gibt, wohin können sich Betroffene wenden?

Der erste Schritt ist ein Gedächtnis-Check etwa in einer Demenzservicestelle. Es werden ein psychologisches Gespräch und ein Gedächtnistest durchgeführt. Werden bei diesem Check Auffälligkeiten entdeckt, erfolgt eine Überweisung zu einem Arzt. Die ärztliche Diagnose ist interdisziplinär, bei der eine neurologische, radiologische, internistische und eine psychologische Untersuchung durchgeführt wird. Dabei werden andere mögliche Ursachen eines Gedächtnisverlustes ausgeschlossen (z. B. ein Schlaganfall oder Gehirntumor).

Wie schauen die ersten Schritte nach der Diagnose aus?

Für die Angehörigen beginnt eine herausfordernde Zeit, da die Erkrankung Auswirkungen auf alle hat. Es ist wichtig, Betroffene in den Mittelpunkt zu stellen und nicht über deren Kopf hinweg zu entscheiden. Deshalb ist die Früherkennung wichtig. Je früher die Diagnose gestellt wird, desto besser kann man die betroffene Person in den Therapieplan einbeziehen.

Wie schaut die Prognose bei einer Demenz-Erkrankung aus?

Bei der häufigsten Form von Demenz, Alzheimer, dauert der Krankheitsverlauf in der Regel 15 bis 20 Jah-



Stephanie Auer: „Menschen mit Demenz müssen im öffentlichen Raum bleiben können.“

re. Wie schnell die Krankheit fortschreitet, hängt vom Gesundheitszustand der Person ab. Je früher man die Krankheit erkennt und medizinisch sowie psychosozial eingreift, desto länger kann die Person in einem frühen Stadium verbleiben, und die pflegeintensive Zeit zum Schluss kann verkürzt werden. Es können Maßnahmen gesetzt werden, die es der Person ermöglichen, Fähigkeiten länger auszuüben, indem man diese Fähigkeiten trainiert.

Kann man mit Gedächtnistraining Demenz vorbeugen?

Ob man Demenz wirklich vorbeugen kann, ist eine ungelöste Frage. Man kann den Ausbruch von Symptomen verzögern. Der Vorteil von Gedächtnistraining ist, dass sich das Selbstwertgefühl der betroffenen Menschen erhält. Es gibt aussagekräftige Studien zur Auswirkung des körperlichen Trainings auf die Leistungsfähigkeit des Gehirns. Die Kombination beider Trainingsformen ist empfehlenswert.

An welche Stellen kann man sich als Angehöriger wenden?

Für Angehörige ist es wichtig, sich bei Angehörigengruppen und Beratungsstellen zu informieren. Angehörige glauben oft, die Pflege geht nur ihnen, und sie müssen alles selber machen. Sie müssen oft lernen, dass es wichtig ist, auf sich selber zu schauen und zuzulassen, dass jemand anderer ihre Rolle übernimmt. Man braucht Unterstützung beim Erlernen, wie man als Angehöriger diese schwierige Phase der Pflege gesund überstehen kann.

Was kann man sich unter Demenz-Urlauben vorstellen?

Betroffene und Angehörige verbringen zwei Wochen in einem 4-Sterne-Hotel und bekommen die Angebote der Demenz-Servicestellen in einer intensiven Art und Weise zur Verfügung gestellt. Die Angehörigen können für sich sein und lernen, Hilfe anzunehmen. Das ist nicht selbstverständlich. Bei Paaren, die schon lange zusammen sind, ist es zum Beispiel für die pflegende Frau sehr schwierig, ihre Aufgabe an eine andere Person abzugeben. Der Alzheimer-Urlaub ist dafür da, dass Menschen lernen, Entlastungsangebote anzunehmen und zu sehen, dass Förderung für Menschen mit Demenz vieles verbessert. Es ist schön zu sehen, dass Paare dann auch wieder als Paar leben können.

Die MAS-Alzheimerhilfe gestaltete mit der Polizei das E-Learning-Tool „Einsatz Demenz“. Wie wichtig sind solche Ausbildungsmöglichkeiten für die Blaulichtorganisationen?

Eine der wichtigsten Aufgaben der Gesellschaft ist, dass Menschen mit Demenz im öffentlichen Raum bleiben können. Wenn sie die Chance haben, die Dinge so lange wie möglich zu tun, dann bleiben die Fähigkeiten lange erhalten und das Pflegebedürfnis kann hinausgezögert werden. Wenn eine Person von einer Polizistin oder einem Polizisten verwirrt aufgegriffen wird, landet sie oft im Krankenhaus. Das kann den Krankheitsverlauf beschleunigen. Wenn ein Polizist richtig reagiert, kann die Situation deeskaliert werden und die Person kann gestärkt aus so einer Erfahrung herausgehen. Wissen über Demenz ist bei Amtshandlungen mit Betroffenen wichtig. Die österreichische Polizei ist Vorreiter bei der Demenz-Weiterbildung.

Interview: Kathrin Angerer

**Univ.-Prof.Dr.Stefanie Auer ist Professorin für Demenzstudien an der Donau-Universität Krems, Klinische und Gesundheitspsychologin und wissenschaftliche Leiterin der MAS-Alzheimerhilfe.*