

## Alzheimer Demenz

Alzheimer ist die häufigste Demenzform. Sie kommt in ca. 2/3 aller Fälle vor.

Die Ursachen sind bis heute noch nicht ausreichend erforscht. Nach derzeitigem Erkenntnisstand führen Eiweißablagerungen an den Nervenzellen zu einem Funktionsverlust und einem nachfolgenden Schrumpfen und Absterben der Gehirnzellen.

Kennzeichen sind ein langsamer, schleichender, meist unmerklicher Beginn und ein stetiger, fortschreitender Verlauf. Die Verlaufsgeschwindigkeit ist dabei sehr unterschiedlich. Der Krankheitsbeginn ist meist durch starke Gedächtnisprobleme wie Merkfähigkeits- und Wortfindungsstörungen gekennzeichnet. Im Verlauf kommt es dann zu körperlichen Symptomen, wie z.B. Gangstörung, Schluckstörung und Bettlägerigkeit.

## Vaskuläre Demenz

Die zweithäufigste Demenzform nach der Alzheimer-Krankheit stellt die vaskuläre Demenz dar.

Sie wird durch Hirnschläge verursacht. Diese Hirnschläge stören die Durchblutung im Gehirn, wodurch dort Gewebe zerstört wird.

Kennzeichen einer vaskulären Demenz sind ein plötzlicher Beginn, ein langsamer, stufenhafter Verlauf und in der Regel ein zeitlicher Zusammenhang mit einem Schlaganfall.

Der Verlauf ist abhängig von Anzahl und Stärke der Hirnschläge.

Die größten Risikofaktoren für eine vaskuläre Demenz sind Bluthochdruck und Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit).

## Lewy-Körperchen-Demenz (LBD)

Die Lewy-Body-Demenz ist nach ihrem Entdecker, Friedrich H. Lewy (deutsch-amerikanischer Neurologe), benannt.

Die Ursachen sind, ähnlich wie bei der Alzheimer Demenz, spezielle Veränderungen im Gehirn.

Hauptkennzeichen ist eine stark schwankende körperliche und geistige Verfassung. Mal ist der Betroffene unternehmenslustig, mal orientierungslos und verwirrt. Weitere Merkmale sind Halluzinationen (Dinge werden gesehen, die nicht da sind) und Parkinsonsymptome (z.B. Zittern, Steifigkeit, Verlangsamung der Bewegung). Der Betroffene neigt zu wiederholten Stürzen. Das Gedächtnis bleibt in der Regel länger erhalten als bei der Alzheimer Demenz.

Eine Diagnose findet durch die typische Symptomatik und Ausschluss anderer Demenzen statt. Die für diese Erkrankung typischen Lewy-Körperchen sind erst nach dem Tod eines Betroffenen nachweisbar.

## Frontotemporale Demenz

Bei einer frontotemporalen Demenz kommt es zu einer Veränderung des Vorderhirnbereichs (Stirn- /Frontallappen).

Die Ursache hierfür sind in der Regel Durchblutungsstörungen, Entzündungen oder Hirntumore.

Das Hauptkennzeichen ist eine deutliche Veränderung der Persönlichkeit und des Verhaltens des Betroffenen. Die Verhaltensstörungen kommen zeitlich vor den kognitiven Störungen. Erst im fortgeschrittenen Stadium zeigen sich Ähnlichkeiten mit einer Alzheimer-Symptomatik.

Eine genaue Diagnostik ist sehr schwierig, weil die Verhaltensänderungen im Vordergrund stehen. Die Symptome werden oft mit psychischen Störungen wie Psychosen oder Schizophrenie, Depression oder Burn-out-Syndrom verwechselt.

## Demenz – Kompakt



## Demenz – Was ist das ?

Demenz ist der Oberbegriff für verschiedene Krankheitsformen, die unterschiedlich verlaufen, jedoch langfristig alle zum Verlust der geistigen und gedächtnisbezogenen Leistungsfähigkeit führen und die Alltagskompetenz einschränken. Neben dem Nachlassen geistiger Fähigkeiten, kann es auch zu einer Veränderung von Sozialverhalten, Persönlichkeit, Antrieb oder Stimmung kommen.

## Zahlen und Fakten

In Deutschland leben ca. 1,7 Millionen Menschen mit einer Demenzerkrankung, in Bayern etwa 240.000. Die Zahl der Menschen mit Demenz nimmt kontinuierlich zu. In Deutschland gibt es in etwa 300.000 neue Krankheitsfälle pro Jahr. Die Wahrscheinlichkeit an einer Demenz zu erkranken steigt mit dem Alter an: Jeder Vierte zwischen 85 und 89 Jahren erkrankt an einer Demenz, im Alter von über 90 Jahren nahezu jeder Zweite.

## Risikofaktoren

Die Wissenschaft beschreibt eine Vielzahl von Faktoren, die die Wahrscheinlichkeit, an einer Demenz zu erkranken, begünstigen können. Die größte und bedeutendste Rolle spielt für alle Demenzerkrankungen, insbesondere für die Alzheimer-Krankheit, das Alter. Erkrankungen, wie Schädel-Hirn-Traumata in der Vorgeschichte, Bluthochdruck, Diabetes, Herzrhythmusstörungen und Abweichungen des Fettstoffwechsels sind ebenfalls als Negativeinflüsse beschrieben. Ein niedriger Bildungsstand, Rauchen und ein verstärkter Alkoholkonsum sind weitere Faktoren, die das Auftreten einer Demenzerkrankung begünstigen können. Zudem spielen genetische Ursachen und ungesunde, fettreiche Ernährung und infolgedessen Übergewicht eine Rolle.

## Prävention

Der derzeitige wissenschaftliche Erkenntnisstand deutet auf Verhaltensweisen und Lebensgewohnheiten hin, die das Risiko, an einer Demenz zu erkranken, verringern können. Ein aktiver Lebensstil, im Sinne von körperlicher Betätigung (z.B. Laufen, Walken, Tanzen), geistiger Regsamkeit und intensiven sozialen Kontakten wirkt sich in diesem Zusammenhang positiv aus. Man sollte auf eine gesunde, ausgewogene, mediterrane Ernährung (z.B. Fischöl, Grüner Tee) achten und Vitamin- und Hormonmängel korrigieren. Empfohlen wird zudem auch auf das Rauchen und einen übermäßigen Alkoholkonsum zu verzichten. Wichtig ist auch eine regelmäßige Kontrolle des Blutdrucks um frühzeitig Unregelmäßigkeiten behandeln zu können. Stress und Sorgen sollten möglichst reduziert werden.

## Erscheinungsformen

Es wird zwischen primären und sekundären Demenzen unterschieden. Bei primären Demenzen liegt die Ursache im Gehirn des Betroffenen. Alzheimer Demenz, Vaskuläre Demenz, Lewy-Körperchen Demenz oder Frontotemporale Demenzen sind bekannte Erscheinungsformen. Primäre Demenzen sind nicht heilbar. Sekundäre Demenzen sind Folge anderer Krankheitsbilder, Vergiftungen oder Mangelzustände. Die Ursache liegt hier nicht im Gehirn des Betroffenen. Depressionen, Stoffwechselstörungen wie Schilddrüsen-erkrankungen, aber auch Herzinsuffizienz, Vitaminmangel, chronische Vergiftungen (z.B. Alkohol), Tumore oder Medikamente können Auslöser einer sekundären Demenz sein. Sekundäre Demenzen sind bei rechtzeitiger Diagnose zumindest teilweise heilbar.

## Weitere Informationen



Sulzbacher Str.42  
90489 Nürnberg

0911- 477565-30  
[info@demenz-pflege-bayern.de](mailto:info@demenz-pflege-bayern.de)  
[www.demenz-pflege-bayern.de](http://www.demenz-pflege-bayern.de)

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der gesetzlichen Pflegekassen und der privaten Pflegepflichtversicherung gefördert.