

Demenz, ja oder nein? – I I Warnsymptome

Obwohl die Krankheit bei jedem Menschen ganz individuell verläuft, gibt es einige Symptome, bei denen die Diagnose Demenz in Betracht gezogen werden sollte. Eine erste Orientierung bietet Ihnen diese Checkliste. Sie soll Ihnen dabei helfen, herauszufinden, ob bei Ihrer / Ihrem Angehörigen Symptome einer Demenz vorliegen. Einen Besuch bei Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin kann diese aber nicht ersetzen.

Checkliste

- Sind Schwierigkeiten bei der Durchführung von alltäglichen Aufgaben bemerkbar?
- Fehlt die Motivation für Hobbys und soziale Kontakte? Ist ein Rückzug aus dem sozialen Leben zu bemerken?
- Kommt es zu plötzlichen Stimmungsschwankungen?
- Fällt räumliches Denken zunehmend schwerer?
- Werden häufig Gegenstände verlegt oder verloren?
- Können Situationen nicht mehr richtig eingeschätzt werden?
- Kann sich nicht mehr an nahe zurückliegende Gespräche und Ereignisse erinnert werden?
- Geht die Orientierung in fremder und/oder vertrauter Umgebung verloren?
- Fehlt der Bezug zu Tageszeiten, Daten und Jahreszeiten?
- Sind Veränderungen in der Persönlichkeit und im Verhalten wie z.B. Aggression, Apathie und Misstrauen zu erkennen?
- Kommt es häufig zu Umschreibungen von Begriffen? Werden komplexere Sätze nicht mehr verstanden?

Treffen mehrere dieser Warnsignale zu? Dann sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin über Ihren Verdacht. Hier können erste Untersuchungen und Tests vorgenommen werden, um die Ursache für die Störungen einzugrenzen.

Anmerkung:

Diese Punkte müssen nicht auf eine Demenz hindeuten. Ein Teil dieser beschriebenen Symptome kann z.B. auch bei einer depressiven Verstimmung, Stress oder einer Schilddrüsenunterfunktion auftreten. Für eine genaue Diagnose ist das Aufsuchen von Spezialisten empfehlenswert.

Hier finden Sie Rat und weitere Kontakte in Ihrer Region:

Die Adressdatenbank des Digitalen Demenzwegweisers der Alzheimer Gesellschaft Schleswig-Holstein e.V.

www.demenzwegweiser-sh.de

Lokale Pflegestützpunkte und Alzheimer Gesellschaften helfen Ihnen bei Fragen gerne weiter.

Hier finden Sie bundesweit Beratungs- und Unterstützungsangebote in Ihrer Nähe:

Die Adressdatenbank der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.

www.deutsche-alzheimer.de

Das Kompetenzzentrum wird gefördert durch



Spitzenverband



Schleswig-Holstein
Ministerium für Soziales,
Gesundheit, Jugend, Familie
und Senioren

Kompetenzzentrum Demenz

Alzheimer Gesellschaft S-H e.V. / Selbsthilfe Demenz Landesverband
Hans-Böckler-Ring 23c, 22851 Norderstedt

Telefon: 040 / 238 30 44-0 | Fax: 040 / 238 30 44-99
info@demenz-sh.de | www.demenz-sh.de



instagram.com/demenz_tagram



facebook.com/KompetenzzentrumDemenz



1. Schwierigkeiten bei Alltagsaktivitäten



2. Orientierungslosigkeit



3. Verlegen von Gegenständen



4. Probleme mit der visuellen und räumlichen Wahrnehmung



5. Rückzug aus dem sozialen Leben



6. Gedächtnisverlust



7. Vereinfachung der Sprache



8. Stimmungsschwankungen & Verhaltensänderungen



9. Persönlichkeitsänderungen



10. Zeitliche Verwirrung



I I. Beeinträchtigung des Urteilsvermögens

Demenz, ja oder nein? – II Warnsymptome



1. Schwierigkeiten bei Alltagstätigkeiten

Bei der Durchführung von alltäglichen Handlungen wie Kochen, Einkaufen oder Tisch decken kommt es zu Schwierigkeiten. Es kann sein, dass Arbeitsschritte ausgelassen oder in ihrer Reihenfolge durcheinandergebracht werden. Diese Anzeichen können zu Beginn leicht für eine Zerstreuung gehalten werden, gehen aber darüber hinaus. Menschen mit Demenz vergessen zum Beispiel, dass sie gekocht haben.



2. Orientierungslosigkeit

Zu Beginn der Erkrankung äußert sich die Orientierungslosigkeit vor allem an unbekanntem Orten, von denen aus nicht mehr nach Hause gefunden wird. Zunehmend passiert dies aber auch an bekannten Plätzen. Menschen mit Demenz vergessen, wo sie sich befinden oder wie sie an diesen Ort gelangt sind. Selbst in der vertrauten Umgebung, z.B. in der direkten Nachbarschaft oder im vertrauten Heim, wird sich mit fortschreitender Demenz nicht mehr zurechtgefunden. Diese Orientierungslosigkeit führt bei den Betroffenen zu einer starken Unsicherheit.



3. Verlegen von Gegenständen

Das zwischendurch jeder mal seine Brille oder seinen Schlüssel sucht, ist vollkommen normal. Liegt der Schlüssel aber im Kühlschrank oder die Brille im Backofen, kann aber nicht mehr von einer normalen Vergesslichkeit gesprochen werden. Es ist auffällig, wenn z.B. Gegenstände an ungewöhnlichen Orten abgelegt werden oder bereits zum sechsten Mal eine neue Bankkarte beantragt werden muss. Die vorangegangenen Schritte können nicht zurückverfolgt werden, um die Gegenstände wiederzufinden. Manchmal werden auch andere des Diebstahls bezichtigt.



4. Störung der visuellen und räumlichen Wahrnehmung

Ein weiteres Symptom können Störungen im visuell-räumlichen Denken sein. Zu diesem gehören z.B. das Verstehen von räumlichen Bezügen und das Entschlüsseln von Zeichen und Symbolen. Kommt es hier zu einer Beeinträchtigung, zeigen sich u.a. Defizite im Bereich Rechnen und Schreiben, beim Einschätzen von Entfernungen sowie bei der Bestimmung von Farben. Zu Beginn sind vor allem komplexere oder selten ausgeführte Handlungen wie z.B. das Zeichnen betroffen.



5. Rückzug aus dem sozialen Leben

Es kann vorkommen, dass Betroffene sich aufgrund der bei ihnen bemerkbaren Veränderungen von ihren Hobbys, sozialen Aktivitäten oder auch aus dem Arbeitsleben zurückziehen. Auch Antriebslosigkeit, die sich häufig in einem Mangel an Energie und Eigeninitiative äußert, kann ein Grund sein. Gesellschaftliche Aktivitäten, Hobbys und soziale Kontakte werden nun als Last empfunden und vernachlässigt. Auch Arbeiten werden oft nicht mehr zu Ende gebracht. Betroffene bleiben lieber im Sessel sitzen, als etwas zu unternehmen. Sie ziehen sich aus dem gesellschaftlichen Leben zurück. Dieses Symptom wird daher oft als „depressive Verstimmung“ eingeordnet.



6. Gedächtnisverlust

Der Gedächtnisverlust zeigt sich vor allem durch häufige Erinnerungslücken und Wiederholungen. Termine, nahe zurückliegende Ereignisse oder auch Gespräche werden vergessen. Die gleichen Fragen werden ständig wiederholt. Oft wird der Einsatz von Gedächtnisstützen und die Hilfe der Familie bei bisher eingeständig durchgeführten Tätigkeiten notwendig. Dem Gehirn fällt das Einspeichern neuer Informationen schwer, sodass kürzlich erlernte Informationen nicht mehr abgerufen werden können.



7. Vereinfachung der Sprache

Eine Vereinfachung der Sprache macht sich häufig durch einen kleiner werdenden Wortschatz und kürzere, leichtere Sätze bemerkbar. Betroffene suchen oft lange nach Begriffen oder nutzen Umschreibungen (z.B. „das Blaue da draußen“ für den Himmel). Auch das Sprachverständnis ist betroffen, sodass das Verständnis für Ironie verloren geht und komplexere Sätze nicht mehr entschlüsselt werden können. Durch die Abnahme der sprachlichen Fähigkeiten kann immer schlechter mit der Umwelt kommuniziert werden.



8. Stimmungsschwankungen und Verhaltensänderungen

Im Tagesverlauf können Stimmungswechsel plötzlich und unvorhersehbar auftreten. Sind die Betroffenen in der einen Minute noch ausgeglichen und zufrieden, kann es in der nächsten Minute zu einem Wutausbruch oder ebenso gut zu Tränen kommen. Eine Erklärung lässt sich für diesen Stimmungswechsel oft nicht finden.



9. Persönlichkeitsveränderungen

Im Alter ist es vollkommen normal, dass man starre Abläufe beim Verrichten von Tätigkeiten entwickelt und gereizt ist, wenn diese Routine unterbrochen wird. Mit zunehmender Lebenserfahrung verändert und entwickelt sich die Persönlichkeit. Besonders ausgeprägte Persönlichkeitsveränderungen sind jedoch oft ein Anzeichen für eine Demenz. Manche Erkrankte werden plötzlich reizbar, aggressiv, ängstlich, misstrauisch oder auch distanzlos.



10. Zeitliche Verwirrung

Häufig beginnt die zeitliche Verwirrung damit, dass gelegentlich Tageszeiten durcheinandergebracht werden und nicht mehr richtig gedeutet werden können. Der Bezug zu Jahreszeiten, dem Zeitverlauf und Daten geht verloren. Dadurch kann es unter anderem dazu kommen, dass Termine vergessen werden oder der Winter für den Sommer gehalten wird.



II. Beeinträchtigung des Urteilsvermögens

Situationen können oft nicht mehr richtig eingeschätzt werden und das Treffen von Entscheidungen fällt zunehmend schwerer. Beispielsweise wird keine zum Wetter passende Kleidung gewählt, sodass im Winter in Sandalen und im Sommer in einem dicken Pullover herausgegangen wird. Auch im Umgang mit Geld, bei der Sauberkeit in der Wohnung oder bei der Körperhygiene können sich Veränderungen bemerkbar machen.