

## Faktenblatt zur Demenzerkrankung – Mai 2015

### Demenz – Fakten statt Mythen

**Als Demenz bezeichnet man eine Erkrankung, bei der mehrere Hirnfunktionen gestört sind. Bei allen Demenzformen ist das Erinnerungsvermögen beeinträchtigt und mindestens noch ein weiterer Bereich wie Sprache, Handeln, Erkennen von Menschen oder Gegenständen, Planen und Organisieren von alltäglichen Dingen. Vergesslichkeit alleine macht noch keine Demenz aus.**

Demenz ist ein Oberbegriff. Es gibt über 50 verschiedene Formen, häufig sind es auch Mischformen. Zu den häufigsten zählen die Alzheimerkrankheit (mehr als 50 Prozent der Fälle) und die vaskuläre Demenz. Die einzelnen Krankheiten haben zum Teil eine unterschiedliche Symptomatik. Medikamente und Therapien können den Krankheitsverlauf verlangsamen und tragen zu einer besseren Lebensqualität bei. Das heisst: Demenz ist zwar nicht heilbar, aber sie ist behandelbar.

Kognitive Schwierigkeiten können auch andere Gründe haben. Bei älteren Menschen wird Depression häufig mit Demenz verwechselt und es gibt Krankheiten, deren Symptome Ähnlichkeiten haben mit denjenigen einer Demenz (Mangelerscheinungen, Stoffwechselstörungen, Hirntumor, Alkoholmissbrauch u.a.).

#### Verlauf

Demenzkrankheiten werden in die Phasen «leicht», «mittel» und «schwer» eingeteilt. Von einer leichten Demenz spricht man, wenn die genannten Einschränkungen wenig ausgeprägt sind. Beeinträchtigt sind vor allem das Kurzzeitgedächtnis und die zeitliche und örtliche Orientierung. Betroffene können den Alltag nicht mehr ohne Fehler bewältigen. In diesem Stadium sind viele Menschen mit Demenz depressiv und ziehen sich zurück. Sie sind auf punktuelle Hilfe angewiesen.

Bei einer mittleren Demenz sind die oben genannten Fähigkeiten stärker gestört. In diesem Stadium können auch Verhaltensstörungen auftreten, z.B. Angst, Unruhe, Umherwandern und Weglaufen, Aggression, Misstrauen und Wut, Überreaktion und Panik, Wahnvorstellungen und Halluzinationen. Die demenzkranken Menschen brauchen in diesem Stadium täglich Hilfe.

Ein völliger Verlust der intellektuellen Fähigkeiten, auffälliges Verhalten sowie Bewegungsstörungen und eine mögliche Inkontinenz sind Zeichen für eine schwere Demenz. In diesem Stadium sind die Personen stark pflege- und hilfsbedürftig.

## Das Alter als grösster Risikofaktor

Eine Demenz kann viele Ursachen haben, wobei immer noch relativ unbekannt ist, wie die Schädigungen im Gehirn genau entstehen und welches die bestimmenden Faktoren sind. Trotz intensiver Forschung. Was klar ist: Das Alter ist der Hauptrisikofaktor. Vor dem 60. Lebensjahr ist das Demenzrisiko äusserst gering, verdoppelt sich danach aber grob gesagt alle fünf Jahre. Von den 70- bis 79-jährigen Personen sind rund 5–7 Prozent an einer Demenz erkrankt, von den 80- bis 90-jährigen etwa 12–25 Prozent und bei den über 90-jährigen betrifft es jede dritte Person.

Das Risiko, an Demenz zu erkranken, lässt sich mit einem gesunden Lebensstil reduzieren. Es gibt Risikofaktoren, die beeinflussbar sind. Das legen neuere wissenschaftliche Erkenntnisse nahe. Vereinfacht lässt sich sagen: Was gut ist für ein gesundes Herz, ist auch gut fürs Gehirn. Zu beidem sollte man Sorge tragen – mit einer ausgewogenen Ernährung und ausreichend Bewegung für Körper und Geist. Weitere Informationen zur Prävention unter [www.memo-info.ch](http://www.memo-info.ch).

## Kontakt:

Schweizerische Alzheimervereinigung  
Susanne Bandi  
Leiterin Kommunikation  
Tel. 024 426 16 93

Pro Senectute Schweiz  
Kathrin Gasser  
Stv. Leiterin Marketing und Kommunikation  
Tel. 044 283 89 56