



Hochaltrigkeit und Demenz

im Rahmen der Veranstaltung „Hochaltrigkeit – ein vergessenes Thema?“
der LandesSeniorenVertretung für Sachsen e.V. 16.03.2022 in Dresden

Frau Steffi Bartsch

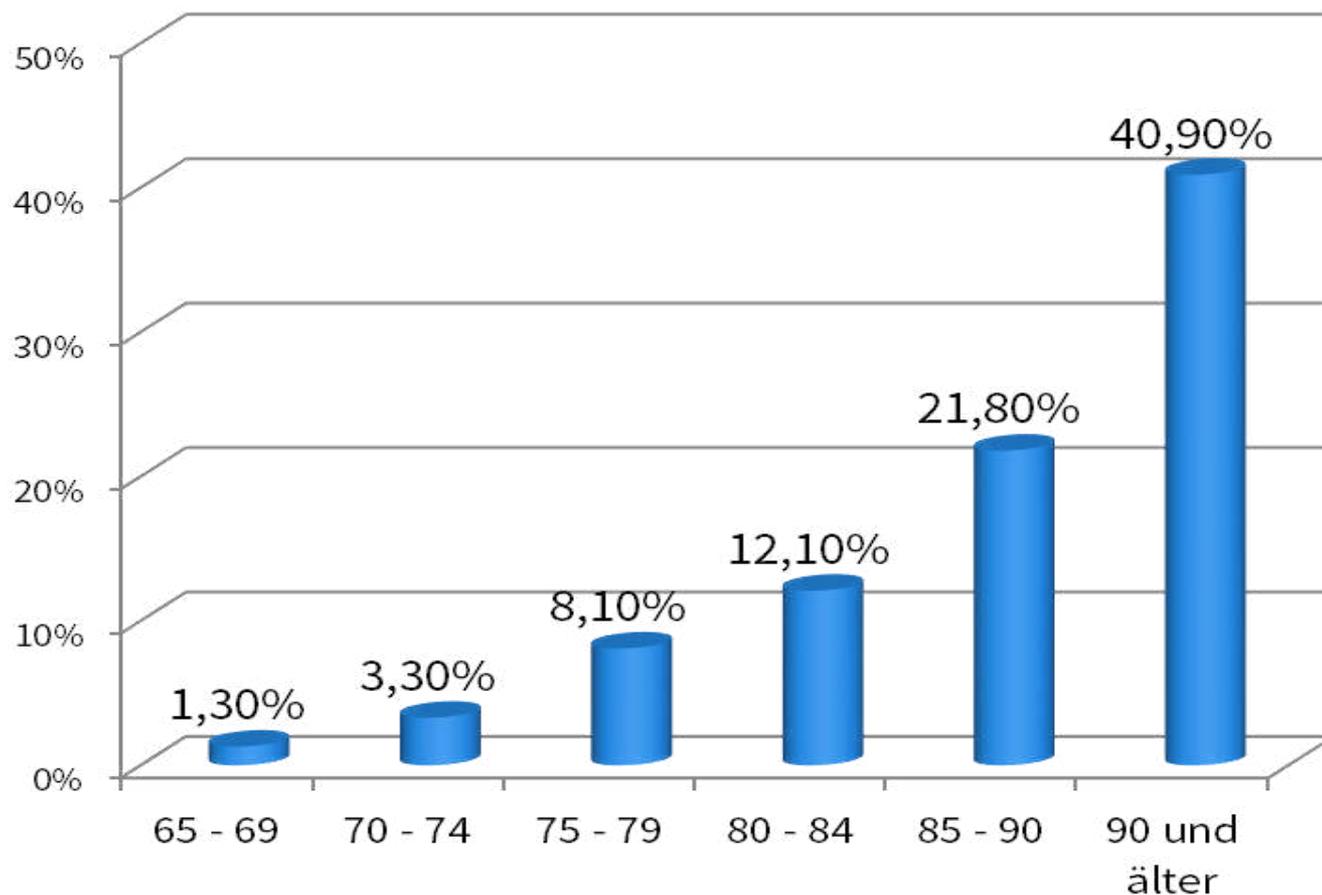
Dipl. Psych., M.Sc. Geront.

Fachreferentin Landesinitiative Demenz Sachsen e.V. - Alzheimer Gesellschaft

Überblick

- Was haben Hochaltrigkeit und Demenz miteinander zu tun?
- Was ist eigentlich Demenz?
- Was kann präventiv getan werden?
- Was können Anzeichen für eine Demenz sein?
- Was kann/sollte man tun, wenn solche Anzeichen auftreten?
- Wie ist die Situation von Betroffenen?
- Was unterstützt im Miteinander?
- Wohin kann ich mich wenden - wo finde ich Unterstützung?
- Welche Versorgungsstrukturen sind vorhanden?

Was haben Hochaltrigkeit und Demenz miteinander zu tun?



Wie verbreitet ist Demenz?

Aktuell bundesweit:

1,6 Millionen Demenzerkrankungen
ca. 300.000 Neuerkrankungen/Jahr

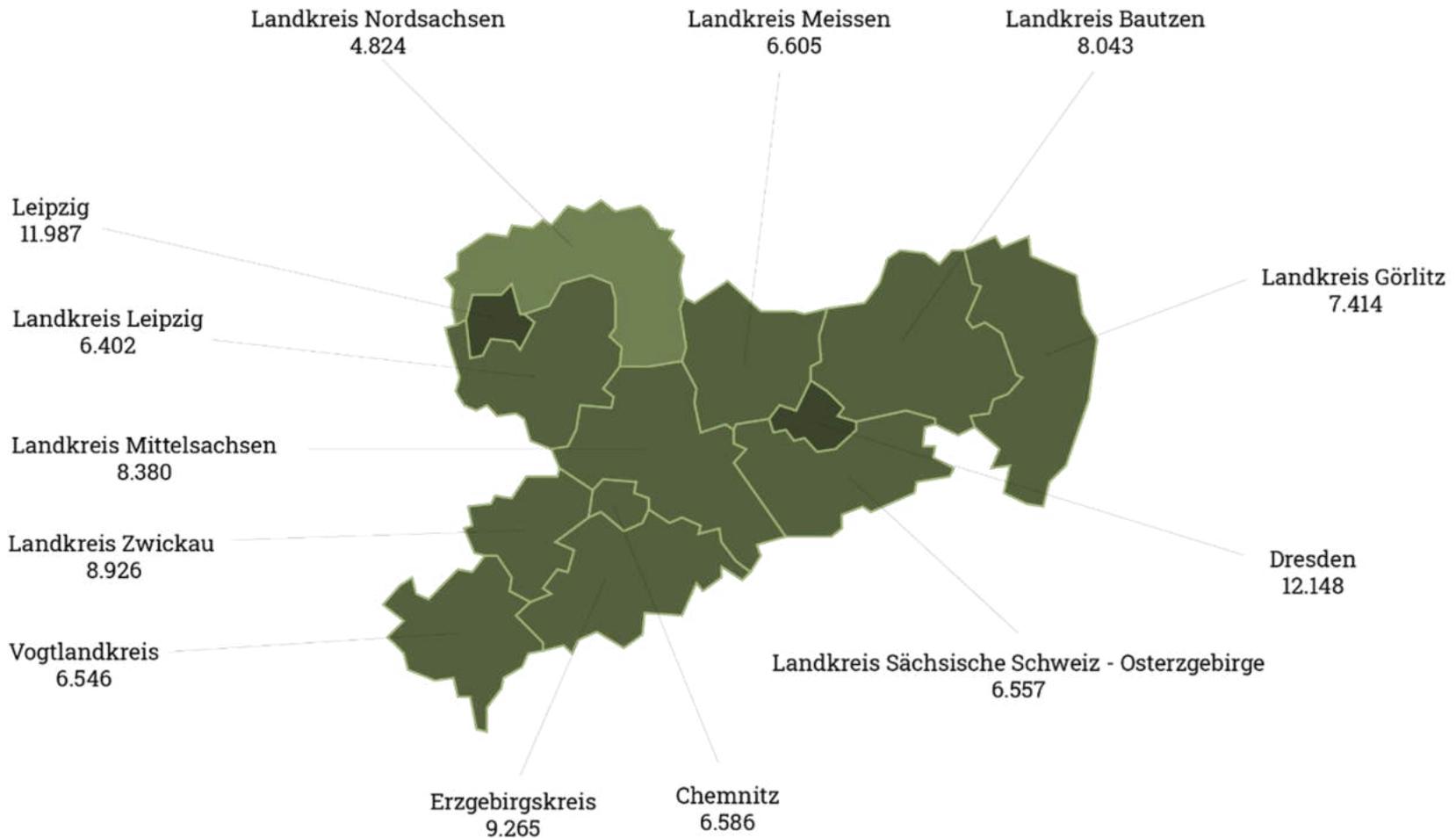
Aktuell in Sachsen:

ca. 103.000 demenzerkrankte Menschen

Quellen:

- * Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. (Hrsg.) (2020). Die Häufigkeit von Demenzerkrankungen. Berlin Informationsblatt 1 „Die Häufigkeit von Demenzerkrankungen“, Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz, 2018
- * Thyrian, R. et Al., 2020. Die Prävalenz an Demenz erkrankter Menschen in Deutschland – eine bundesweite Analyse auf der Kreisebene. Der Nervenarzt. Ausgabe 91 S.1058-1061. Springer.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s00115-020-00923-y> [Zugriff am 01.02.2021]

Wie verbreitet ist Demenz?



Quelle: Thyrian, R. et al., 2020. Die Prävalenz an Demenz erkrankter Menschen in Deutschland – eine bundesweite Analyse auf der Kreisebene. Der Nervenarzt. Ausgabe 91 S.1058-1061. Springer.
Internetquelle: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00115-020-00923-y>
Grafik: Bearbeitet von S. Förster, LID, 2020

Was ist eigentlich Demenz?



Was fällt Ihnen spontan bei „Demenz“ ein?



Was ist „Demenz“?

- Wortursprung: **De**= ohne, **mens**= Denkkraft, Verstand
- Oberbegriff, umschreibt ein **Syndrom** (Muster von Symptomen)
- andauernder bzw. fortschreitender Zustand mit Beeinträchtigungen von Leistungsbereichen des Gehirns
- Beeinträchtigung kognitiver (geistiger) Fähigkeiten wie Gedächtnis, Aufmerksamkeit, Konzentration, Auffassungsgabe, Verständnis, Erkennen, Denkvermögen, Lernfähigkeit, sprachlicher/schriftlicher Fähigkeiten, Orientierung, Urteilsvermögen, Entscheiden...

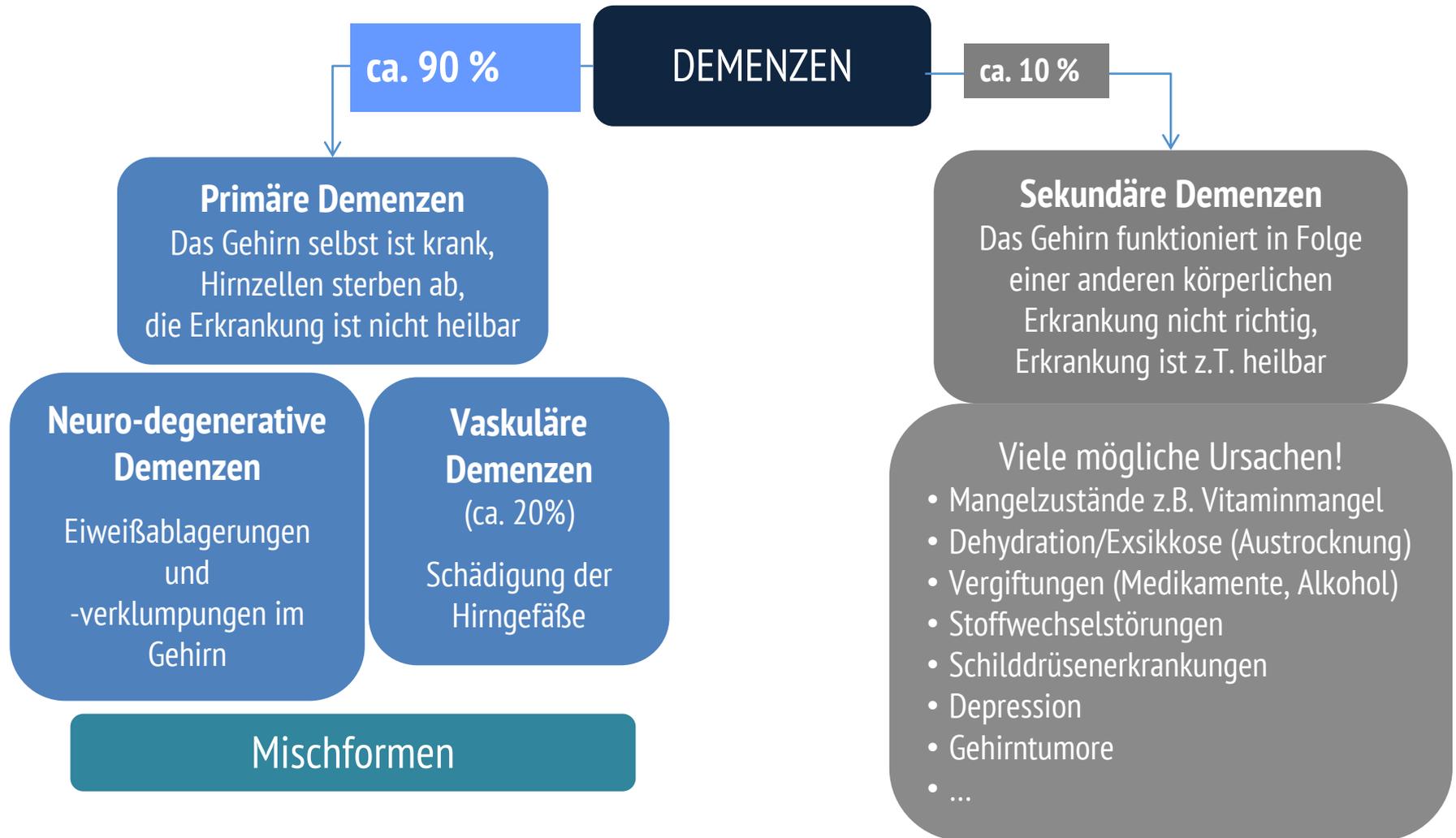
Was ist „Demenz“?

- auch andere Bereiche wie psychische, körperliche Fähigkeiten, Persönlichkeit, Sozialverhalten... beeinträchtigt
- zunehmender Verlust der selbstständigen Alltagsbewältigung
- Einschränkungen über längeren Zeitraum
- Abgrenzung von Delir, Depression und weiteren

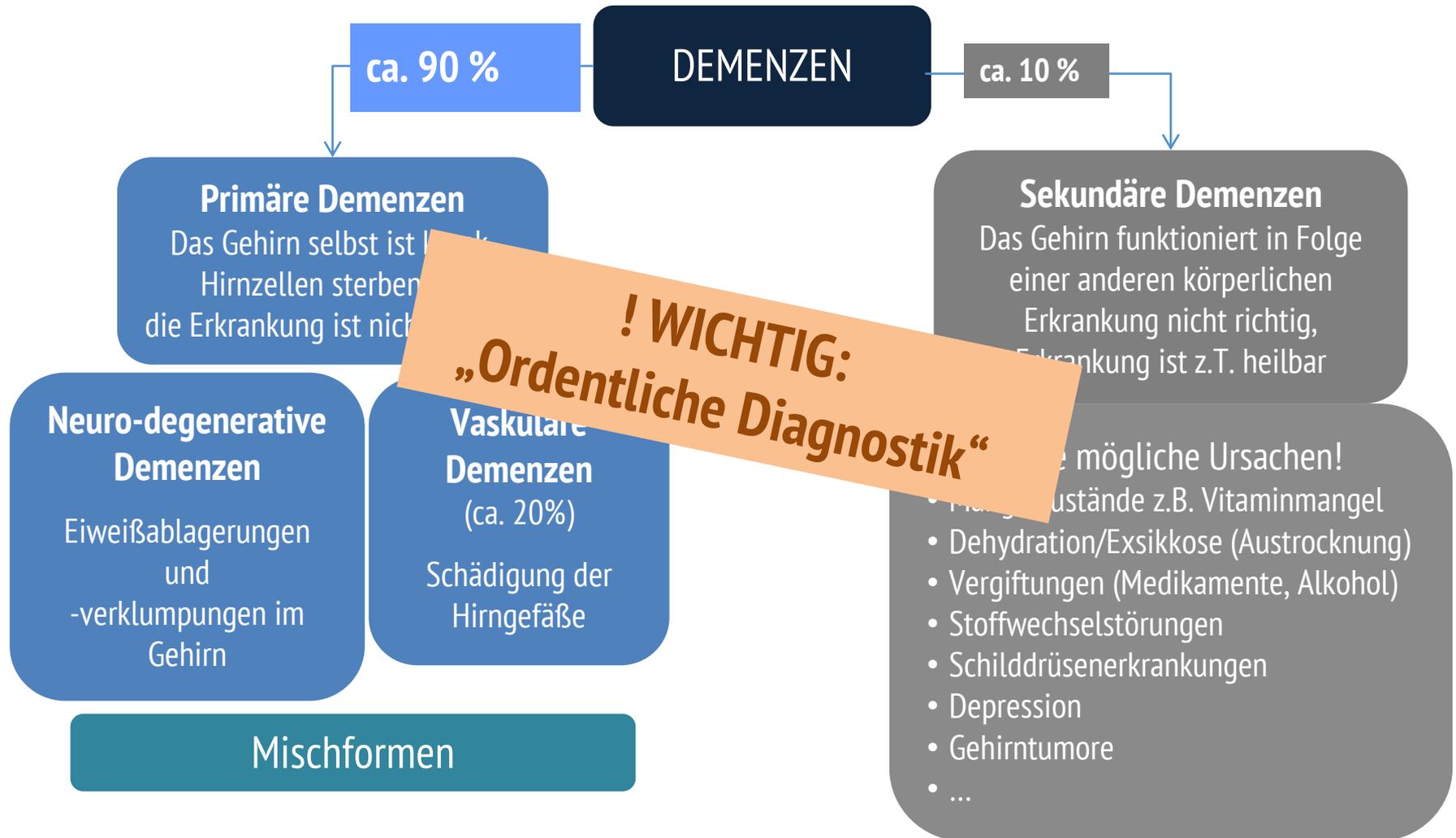
Nach ICD-10 (F00-F03)

1. Störung höherer kortikaler Funktionen, einschließlich Gedächtnis, Denken, Orientierung, Auffassung, Rechnen, Lernfähigkeit, Sprache, Sprechen, Urteilsvermögen
2. Dauer der Symptome 6 oder mehr Monate
3. Beeinträchtigung der Alltagsfunktionen
4. keine Störung des Bewusstseins
5. Störungen des Sozialverhaltens oder der Motivation können auftreten

Demenzformen und „Ursachen“



Demenzformen und „Ursachen“



Primäre Demenzen

- Abschnitte des Gehirns werden geschädigt,
Gehirnzellen sterben zunehmend ab
- im Verlauf **viele verschiedene Symptome und zunehmende Einbußen** geistiger, psychischer, körperlicher, sozialer Fähigkeiten, Verhaltensveränderungen
- **Verschiedene Formen:**
Alzheimer Demenz, Frontotemporale Demenz, Lewy-Body-Demenz und weitere

Exkurs: Alzheimer-Krankheit

– häufigste Form Primärer Demenzen



Dr. Alois Alzheimer



Auguste Deter

1906 beschrieb Alois Alzheimer zum ersten Mal die „eigenartige Krankheit der Gehirnrinde“

Quellenverweis: <https://www.alzheimer-forschung.de/alzheimer/wasistalzheimer/geschichte-alzheimer-krankheit/>

Primäre Demenzen

- **fortschreitende und lebensbegrenzende Erkrankung**
- derzeit **nicht heilbar aber behandelbar**
i.S. von den Krankheitsverlauf verlangsamenden Medikamenten sowie nicht-medikamentöser Behandlungsformen und Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene und Angehörige

Demenz vorbeugen? - Risikofaktoren

- Alter
- Risikofaktoren für Gefäßkrankheiten
(Diabetes, Bluthochdruck, Herzrhythmus-Störungen)
- Schädel-Hirnverletzungen
- Genetische Ursachen
- Schwerhörigkeit
- Depressionen und Stress
- „Lebensgewohnheiten“: Rauchen, Alkohol, Bewegungsmangel, wenig geistige Herausforderungen, wenig soziale Kontakte
- Übergewicht
- Luftverschmutzung

(Quelle: Stechl et. al, 2011)

Positive Beeinflussung von Risikofaktoren

- ✿ **Geistige Aktivität**
- ✿ **Aktives Soziales Leben**
- ✿ **Ausgewogene Ernährung**
- ✿ **Regelmäßige körperliche Bewegung**
- ✿ **Senkung vaskulärer Risikofaktoren**
z.B. regelmäßige Kontrolle des Blutdrucks + Blutzuckerspiegels

Rechtzeitig Be-/Vordenken & Vorsorgen

- ? Wie möchte ich im Alter leben? Was ist mir wichtig?
- ? Was tun im Krankheits- und Krankenhausfall?
- ? Was, wenn ich nicht mehr selbst entscheiden kann? ...



Rechtzeitig Be-/Vordenken & Vorsorgen

? Wie möchte ich im Alter leben? Was ist mir wichtig?

? Was tun im Krankheits- und Krankenhausfall?

? Was, wenn ich nicht mehr selbst entscheiden kann? ...

z.B. Gedanken zu Vorsorgevollmacht,
Betreuungsverfügung
Patientenverfügung
Anpassung des „Lebensraumes“
Unterstützungsnetzwerke
...



Was können Anzeichen einer Demenzerkrankung sein?



Was können Anzeichen einer Demenzerkrankung sein?

- Vergessen, Gedächtnislücken, anfänglich v.a. Kurzzeitgedächtnis
- Häufiges Verlegen, Suchen
- Wortfindungs- und Sprachstörungen, Verwendung von Floskeln
- Orientierungsprobleme in ungewohnter Umgebung, Situationen
- Nachlassender Überblick bei komplexeren Dingen (z.B. Finanzen)
- Schwierigkeiten in Bewältigung komplexerer Handlungsabläufe
- Nachlassender Antrieb, sinkendes Interesse
- Überforderung, Rückzug
- Verkennen von Situationen
- Persönlichkeitsveränderungen
- ...

Was tun bei Anzeichen? - Diagnostik



Bildquelle: pixabay

Demenzdiagnostik ist eine **Ausschlussdiagnostik** mit **mehreren Untersuchungsschritten**:

- **Gespräch** mit Betroffenen und „Zugehörigen“
- Untersuchung **geistiger Leistungsfähigkeit** (psychometrische Testung)
- **Depressionsdiagnostik**: Abgrenzung!
- **Medizinische Basisuntersuchungen**: Labor, Blutwerte...
- **Kardiologische Untersuchungen** (EKG, Blutdruck)
- **Bildgebende Verfahren** (z.B. CCT, MRT, SPECT, PET)
- **Liquoruntersuchung**: Biomarker (Alzheimer Demenz)

Probleme auf dem Weg zur Diagnose und Unterstützung

- Fehlende **Krankheitseinsicht**
- Fehlende **Unterstützungspersonen**
- Fehlende (wohnnortnahe) **Anlaufstellen, Erreichbarkeit**
- Fehlendes **Wissen und Kompetenzen**

Wie können Betroffene & Zugehörige hilfreich unterstützt werden?

?



Ziele und Aufgaben der Landesinitiative Demenz als Sächsischer Landesverband & Fachstelle für das Thema Demenz

Unterstützung von Betroffenen:
Menschen mit Demenz
und & Zugehörige

Öffentlichkeitsarbeit



Unterstützung von
Akteuren: Angebots-
entwicklung und
Vernetzung

Zusammenarbeit
mit Politik
und Wissenschaft

zur Verbesserung der Situation von Menschen mit Demenz,
Zugehöriger und der Versorgungsstrukturen

Behandlungsmöglichkeiten



Medikamentös:

Antidementiva

(Antidepressiva, Neuroleptika, Antikonvulsiva)

Nicht-Medikamentös:

kognitive und körperliche Aktivierung, Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Künstlerische Verfahren, Biografiearbeit, Erinnerungs- und Milieuthherapie, Selbst-Erhaltungs-Therapie, Validation, Psychotherapeutische Unterstützung...

Behandlungsmöglichkeiten



Medikamentös:

Antidementiva

(Antidepressiva, Neuroleptika, Antikonvulsiva)

Nicht-Medikamentös:

kognitive und körperliche Aktivierung, Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Künstlerische Verfahren, Biografiearbeit, Erinnerungs- und Milieuthérapie, Selbst-Erhaltungs-Therapie, Validation, Psychotherapeutische Unterstützung...

Grundlegend:

Sensibilisierung, Aufklärung, Verständnis, Information
für Zugehörige & Akteure in der Versorgung

Menschen mit Demenz begegnen

Verständnis und Verstehen





Vielschichtiges Erleben von Betroffenen und Nahestehenden

Veränderungen

... sind Ausdruck einer Erkrankung, nicht „absichtsvoll“

... individuell und unterschiedlich

... auch im Zeitverlauf



Vielschichtiges Erleben von Betroffenen und Nahestehenden

- Erleben von Veränderungen
- Verunsicherung
- Sorgen, Ängste
- Verlusterleben
- Traurigkeit und Trauer
- Verärgerung, Wut
- Scham
- Überforderung
- Schuldgefühle
- **„positive Gefühle“, Chancen**

...

Hilfreiche Begegnung



- **Hineinversetzen** in die Welt des anderen
- **Einfühlsame** Kommunikation und Begleitung
- **Bedürfniss-Blick**
- **Ressourcen-** statt Defizitorientierung
- „**Das Herz** vergisst nicht“
- Stärkung von **Selbstwert- und Identitätserleben**
- Ermutigung zur **Annahme von Unterstützung**

Unterstützungsmöglichkeiten und -strukturen



AUFKLÄRUNG & INFORMATION:

VERANSTALTUNGEN, VORTRÄGE,
SCHULUNGEN

BEGEGNUNG UND AUSTAUSCH:

BETREUUNGSGRUPPEN, SELBSTHILFE- UND ANGEHÖRIGENGRUPPEN

BERATUNG:

- PFLEGEBERATUNG
- SENIORENBERATUNG
- SPEZIELLE
DEMENTZBERATUNG
- WOHNBERATUNG
- ...

WEITERE „ALLTAGSHILFEN“

- BEGLEITUNG
- HAUSWIRTSCHAFT
- MAHLZEITENDIENST
- WÄSCHESERVICE
- EINKAUFSDIENST
- FAHRDIENSTE
- (HAUS)NOTRUFDIENST
- ...

PFLEGEVERSICHERUNG

VIelfÄLTIGE MÖGLICHKEITEN ZUR BEGLEITUNG UND ENTLASTUNG

MEDIKAMENTÖSE UND NICHT- MEDIKAMENTÖSE BEHANDLUNG

- FACHÄRZTLICHE
BEHANDLUNG
- ERGOTHERAPIE
- PHYSIOTHERAPIE
- LOGOPÄDIE
- WEITERE ANSÄTZE:
KUNST, MUSIK,
BEWEGUNG...
- REHA-MÖGLICHKEITEN

SOZIALE & KULTURELLE TEILHABE:

- KUNST & KULTUR
- FREIZEIT-, URLAUBS- UND
ERHOLUNGSANGEBOTE



AUFKLÄRUNG & INFORMATION:

VERANSTALTUNGEN, VORTRÄGE,
SCHULUNGEN

BEGEGNUNG UND AUSTAUSCH:

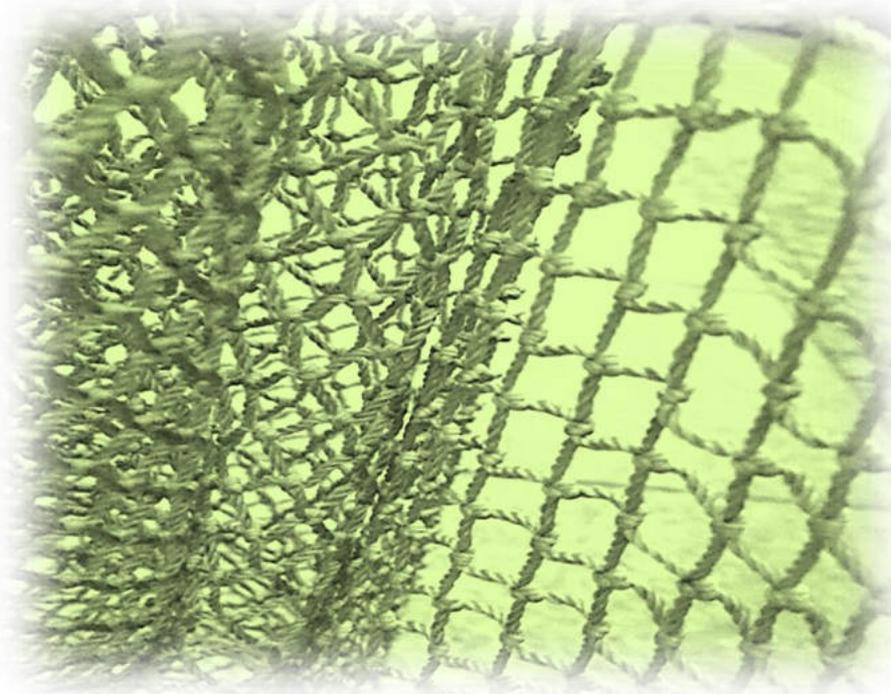
BETREUUNGSGRUPPEN, SELBSTHILFE- UND ANGEHÖRIGENGRUPPEN

BERATUNG:

- PFLEGEBERATUNG
- SENIORENBERATUNG
- SPEZIELLE
DEMENTZBERATUNG
- WOHNBERATUNG
- ...

WEITERE „ALLTAGSHILFEN“

- BEGLEITUNG
- HAUSWIRTSCHAFT
- MAHLZEITENDIENST
- WÄSCHESERVICE
- EINKAUFSDIENST
- FAHRDIENSTE
- (HAUS)NOTRUFDIENST
- ...



MEDIKAMENTÖSE UND NICHT- MEDIKAMENTÖSE BEHANDLUNG

- FACHÄRZTLICHE
BEHANDLUNG
- ERGOTHERAPIE
- PHYSIOTHERAPIE
- LOGOPÄDIE
- WEITERE ANSÄTZE:
KUNST, MUSIK,
BEWEGUNG...
- REHA-MÖGLICHKEITEN

PFLEGEVERSICHERUNG

VIelfÄLTIGE MÖGLICHKEITEN ZUR BEGLEITUNG UND ENTLASTUNG

SOZIALE & KULTURELLE TEILHABE:

- KUNST & KULTUR
- FREIZEIT-, URLAUBS- UND
ERHOLUNGSANGEBOTE

Unterstützungsstrukturen – Zusammenarbeit und Vernetzung



Netzwerke im Themenfeld Demenz in Sachsen

Verschiedene Formen:

- aus Selbsthilfebereich: gewachsene regionale Beziehungen
- im Rahmen der Pflegenetzwerke und/oder kommunal angebunden:
Arbeitsgruppen
Demenznetzwerke
- Regionale (Demenz)Netzwerke nach § 45 c Abs 9 SGB XI
- Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz
- Trägeranbindung und Vernetzungsanliegen
...



AUFKLÄRUNG & INFORMATION:

VERANSTALTUNGEN, VORTRÄGE,
SCHULUNGEN

BEGEGNUNG UND AUSTAUSCH:

BETREUUNGSGRUPPEN, SELBSTHILFE- UND ANGEHÖRIGENGRUPPEN

BERATUNG:

- PFLEGEBERATUNG
- SENIORENBERATUNG
- SPEZIELLE DEMENZBERATUNG
- WOHNBERATUNG
- ...

WEITERE „ALLTAGSHILFEN“

- BEGLEITUNG
- HAUSWIRTSCHAFT
- MAHLZEITENDIENST
- WÄSCHESERVICE
- EINKAUFSDIENST
- FAHRDIENSTE
- (HAUS)NOTRUFDIENST
- ...

Auf Landesebene
Aufgaben der

Landesinitiative
Demenz Sachsen e. V.



ALZHEIMER GESELLSCHAFT

MEDIKAMENTÖSE UND NICHT- MEDIKAMENTÖSE BEHANDLUNG

- FACHÄRZTLICHE BEHANDLUNG
- ERGOTHERAPIE
- PHYSIOTHERAPIE
- LOGOPÄDIE
- WEITERE ANSÄTZE: KUNST, MUSIK, BEWEGUNG...
- REHA-MÖGLICHKEITEN

SOZIALE & KULTURELLE TEILHABE:

- KUNST & KULTUR
- FREIZEIT-, URLAUBS- UND ERHOLUNGSANGEBOTE

PFLEGEVERSICHERUNG

VIelfältige Möglichkeiten zur Begleitung und Entlastung

Wirkung und Aktivitäten von Netzwerken



Herzliche Einladung

Sächsisches Austausch- und Vernetzungstreffen zum Thema Demenz

13. Juli 2022

Hybrid-Veranstaltung

WohnXperium Chemnitz



Es geht „... um genaues Hinschauen und Zuhören, um Lernen in jeder Hinsicht, um sinnvolle, auf die Bedürfnisse abgestimmte Gestaltung der Lebenswelt und auch um das Mittragen schwieriger Prozesse und Situationen durch die Kontaktpersonen – Angehörige wie professionell Pflegende.“

(Deutscher Ethikrat, Demenz und Selbstbestimmung. Stellungnahme, 2012; S. 56)



**Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit,
für Ihr Engagement und viele gute Wünsche!**



Wir sind Mitglied der
Deutschen Alzheimer
Gesellschaft e. V.

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES
UND GESELLSCHAFTLICHEN
ZUSAMMENHALT



Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln
auf der Grundlage des von den Abgeordneten des
Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes.

Landesinitiative
Demenz Sachsen e. V.

ALZHEIMER GESELLSCHAFT



Kontakt:

Landesinitiative Demenz Sachsen e.V.
Alzheimer Gesellschaft

Antonstraße 39, 01097 Dresden

Tel. 0351 810 851 - 22

Fax 0351 810 851 - 24

info@landesinitiative-demenz.de
s.bartsch@landesinitiative-demenz.de

www.landesinitiative-demenz.de

Wir freuen uns über Ihre Anregungen und Anliegen.



Wir sind Mitglied der
Deutschen Alzheimer
Gesellschaft e. V.

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES
UND GESELLSCHAFTLICHEN
ZUSAMMENHALT



Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln
auf der Grundlage des von den Abgeordneten des
Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes.

Landesinitiative
Demenz Sachsen e. V. 
ALZHEIMER GESELLSCHAFT

Hilfreiche Links und Quellen

www.landesinitiative-demenz.de

www.deutsche-alzheimer.de

www.wegweiser-demenz.de

www.psychenet.de/de/psychische-gesundheit/informationen/demenz.html

Demenz und Pflege:

www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege.html

www.pflegenetz.sachsen.de

www.wege-zur-pflege.de

Gesundheitswesen: Arztsuche, Krankenhausaufenthalte:

www.weisse-liste.de

asu.kvs-sachsen.de/arztsuche/

und viele weitere...