



# Die richtige Diagnose ist jetzt wichtig!

Wenn Sie als sorgende Angehörige Warnzeichen bemerken, dann sollten Sie nicht abwarten, sondern bald handeln und gemeinsam mit der oder dem Betroffenen ärztlichen Rat einholen. Die Diagnose sollte möglichst in einem frühen Stadium erfolgen.

Gerade für Angehörige ist es oft nicht einfach, „normale“ Gedächtnisschwierigkeiten oder Verhaltensveränderungen bei Eltern oder nahen Verwandten von denen zu unterscheiden, die durch eine beginnende Demenz verursacht werden. Es gibt jedoch markante Warnzeichen und Symptome, die auf eine Demenz hindeuten können.

## Erste Warnzeichen

Anhand von zehn Punkten zeigen wir, welche Auffälligkeiten erste Warnzeichen für eine Demenz sein können und wie sie von rein altersbedingten Veränderungen zu unterscheiden sind. Endgültige Klarheit werden Sie jedoch nur durch eine gründliche

Untersuchung beim Hausarzt oder Spezialisten erhalten.

### 1. Gedächtnislücken

Kürzlich aufgenommene Informationen werden sofort wieder vergessen. Dazu gehören auch neue Namen, Termine oder Ereignisse. Betroffene müssen immer wieder nachfragen, verlieren häufig den „roten Faden“ und sind auf Gedächtnishilfen angewiesen.

### *Eher altersbedingte Veränderung*

Ältere Menschen brauchen generell etwas mehr Zeit, um sich zu erinnern. Gelegentlich einen Namen oder Termin zu vergessen, ist auch bei Jüngeren normal.

„Wenn ich zurückblicke, würde ich mir wünschen, das zu wissen, was ich jetzt weiß. Aber ich denke, wir hätten alle ein bisschen mehr Initiative zeigen können und mit meiner Mutter eher zu einem Arzt gehen sollen. Alle anderen bemerkten, dass mit meiner Mutter etwas nicht stimmte, nur ich realisierte es nicht. In der Wohnung war immer alles tiptopp sauber und alles stand an seinem richtigen Fleck. Wir Kinder mussten früher auch immer alles wieder dorthin räumen, wo wir es hergeholt hatten. Als ich eines Tages wieder einmal meine Mutter besuchte, dachte ich, ich wäre in das Haus von irgendjemand anderem eingedrungen.

Überall war Dreck und Krempel. Es war besorgniserregend!“

Kathrin H.

## 2. Schwierigkeiten beim Planen und Problemlösen

Es fällt schwer, gewohnte Aufgaben zu verrichten. Für Betroffene ist es mühsam, mit Zahlen umzugehen, Preise zu vergleichen oder Rechnungen zu begleichen. Auch müssen sie sich sehr konzentrieren, eine Mahlzeit nach einem eigentlich altbekannten Rezept Schritt für Schritt zuzubereiten.

### *Eher altersbedingte Veränderung*

Die Aufmerksamkeit auf eine Sache zu richten und konzentriert zu bleiben, fällt im Alter schwerer. Es besteht kein Grund zur Sorge, wenn gelegentlich Fehler passieren.

## 3. Probleme mit gewohnten Tätigkeiten

An Demenz erkrankte Menschen benötigen für alltägliche Dinge nicht nur sehr viel mehr Zeit als früher, sondern auch Unterstützung bei Tätigkeiten, die sie bisher allein bewältigen konnten. Außerdem kommt es vor, dass sie den Weg zu bekannten Orten nicht mehr finden, unsicher beim Autofahren sind oder sich plötzlich nicht mehr an die Regeln des Lieblingsspiels erinnern.

### *Eher altersbedingte Veränderung*

Im Alter fällt es schwerer, verschiedene Aufgaben gleichzeitig zu erledigen. Auch für Routinetätigkeiten wird mehr Zeit benötigt. Doch selbst wenn man sich manchmal Unterstützung wünscht, ist man nicht auf fremde Hilfe angewiesen.

## 4. Räumliche und zeitliche Orientierungsprobleme

Menschen mit Demenz fällt es schwer, sich das aktuelle Datum zu merken. Vielleicht können sie auch die Jahreszeit

nicht richtig einordnen. Das Zeitgefühl geht ihnen ebenso verloren wie das Verständnis für Ereignisse, die nicht unmittelbar passieren, sondern erst zukünftig stattfinden sollen. Auch der Orientierungssinn ist getrübt: Oft wissen an Demenz erkrankte Menschen nicht, wo sie sind oder wie sie an diesen Ort gelangt sind.

#### *Eher altersbedingte Veränderung*

Es kommt immer wieder vor, dass man sich im Datum oder bei der Uhrzeit irrt. Auch ist es normal, hin und wieder den richtigen Weg nicht sofort zu finden und erst über Umwege am Ziel anzukommen.

### 5. Wahrnehmungsstörungen

Störungen des Geruchssinns sind ein sehr frühes Warnzeichen für eine beginnende Demenz. Dies kann sich auch dadurch äußern, dass jede Speise fade schmeckt. Seh- und Hörstörungen können ebenso wie Gleichgewichtsprobleme Hinweise auf eine beginnende Demenz sein. Außerdem fällt es Menschen mit Demenz schwer, Entfernungen einzuschätzen oder Farben und Kontraste zu erkennen, was zum Beispiel zu einem Fehlverhalten beim Autofahren führen kann.

#### *Eher altersbedingte Veränderung*

Hör- und Sehminderungen nehmen im Alter zu. Diese können durch Seh- beziehungsweise Hörhilfen ausgeglichen werden. Auch ein harmloser Schnupfen kann Ursache dafür sein, dass das Essen fade schmeckt.

### 6. Sprach- und Schreibschwäche

Es fällt ungewöhnlich schwer, einem Gespräch zu folgen oder sich daran zu beteiligen. Vielleicht halten Betroffene mitten im Gespräch inne und haben keine Idee, wie sie das Gespräch fortsetzen können, oder wiederholen sich. Sie haben Mühe, die richtigen Worte zu finden oder einen bekannten Gegenstand zu benennen. Auch dauert das Schreiben von kurzen Briefen oder Nachrichten ungewöhnlich lange. Es passieren viele Fehler, obwohl früher immer stilsicher geschrieben wurde.

#### *Eher altersbedingte Veränderung*

Gelegentlich fällt es schwer, das passende Wort zu finden oder sich präzise auszudrücken.

### 7. Verlegen von Gegenständen

Es werden häufig Dinge verloren oder Gegenstände an ungewöhnliche Stellen gelegt; nach langer Suche findet sich die Geldbörse dann vielleicht im Kühl-

schränk (wo sie länger frisch bleibt). Betroffenen ist es nicht mehr möglich, gedanklich die Schritte bis zu jener Stelle zurückzugehen, wo sie den Gegenstand das letzte Mal in der Hand hielten. Ersatzhalber werden andere verdächtigt, diesen versteckt oder gar gestohlen zu haben.

#### *Eher altersbedingte Veränderung*

Jeder verlegt von Zeit zu Zeit Gegenstände, findet diese aber meist wieder. Vielleicht kann man sich nur nicht mehr erinnern, wo Brille oder Schlüssel hingelagt wurde, weil man abgelenkt war und mehrere Dinge gleichzeitig erledigen wollte.

### **8. Eingeschränktes Urteilsvermögen**

Die Fähigkeit, eine Situation richtig zu beurteilen und Entscheidungen zu treffen, nimmt ab. Menschen mit Demenz haben Probleme, mit Geld umzugehen, sich angemessen zu bekleiden oder zu entscheiden, wie sie sich als Verkehrsteilnehmer an einer Kreuzung verhalten sollen. Manchmal werden Lebensmittel oder Bekleidung in großen Mengen gehortet.

#### *Eher altersbedingte Veränderung*

Es kann immer mal passieren, dass man eine Situation falsch einschätzt. Grund-

sätzlich ist man aber in der Lage, die Entscheidung wieder zu korrigieren.

### **9. Rückzug aus dem sozialen Leben**

Weil es schwer fällt, einem Gespräch zu folgen oder sich daran zu beteiligen, werden soziale Kontakte vernachlässigt. Unsicherheiten bei der Orientierung führen dazu, neue Umgebungen oder unbekannte Personen zu meiden. Betroffene ziehen sich von Freunden zurück, gehen ihren Interessen nicht mehr nach und zeigen sich unmotiviert, sich an sozialen Aktivitäten zu beteiligen.

#### *Eher altersbedingte Veränderung*

Man kann hin und wieder auch der Aktivitäten überdrüssig werden, die man sonst lange und leidenschaftlich betrieben hat.

### **10. Persönlichkeits- und Verhaltensänderungen**

Kennzeichnend sind tiefgreifende Veränderungen von Charakterzügen und Verhaltensweisen. Es treten rasche Gemütsschwankungen auf, ohne dass ein Grund ersichtlich ist. An Demenz erkrankte Menschen sind häufig verwirrt, misstrauisch oder depressiv. Abseits vom vertrauten Zuhause, Freunden oder dem gewohnten Umfeld sind sie schnell verunsichert und reagieren gereizt.

*Eher altersbedingte Veränderung*

Manchmal fühlt man sich irritiert oder gereizt, wenn die tägliche Routine gestört wird, kann den Konflikt aber lösen.

### Was ist zu tun, wenn Sie bei einem Angehörigen Veränderungen bemerken?

Wenn bei einem Familienangehörigen oder nahen Bekannten einige der zehn Warnzeichen bemerkt werden, können Sie versuchen, mit der oder dem Betroffenen in Ruhe darüber zu sprechen, damit sie oder er einen Termin mit dem Hausarzt vereinbart. Der Arzt wird untersuchen, inwieweit tatsächlich Gedächtnis- und Denkstörungen vorliegen. Alternativ kann auch direkt eine Gedächtnisambulanz aufgesucht werden, die es an vielen Kliniken gibt.

Eine frühzeitige ärztliche Diagnose der Erkrankung, am besten eine fachärztliche Diagnose ist wichtig, weil vielleicht nur eine Form einer gut behandelbaren Pseudodemenz vorliegt.



#### WICHTIG

Von einer Eigendiagnose wird grundsätzlich abgeraten!

## Vielleicht ist es keine Demenz?

Demenz ist keine klar umrissene Erkrankung, sondern ein Sammelbegriff für eine Vielzahl von verschiedenen Erkrankungen mit Symptomen wie Vergesslichkeit, Sprachstörungen, Störungen des Orientierungssinns und Persönlichkeitsveränderungen. Bei vielen anderen Erkrankungen treten wiederum ähnliche Symptome wie bei einer Demenz auf. Die sogenannten **sekundären Demenzen** oder **Pseudodemenzen** umfassen eine große Gruppe von Erkrankungen, die durch andere körperliche Erkrankungen hervorgerufen werden. Diese sind oftmals behandelbar, weswegen eine genaue Untersuchung des körperlichen und geistigen Zustands sehr wichtig ist. Für eine genaue Diagnose müssen verschiedene Untersuchungen durchgeführt werden (→ Seite 39).

Schätzungsweise jeder siebte von Gedächtnis- oder Denkstörungen betroffene Mensch weist zusätzlich eine andere körperliche Erkrankung auf, die die Merkfähigkeit beeinträchtigt. Zu den häufigsten gehören zum Beispiel eine (nicht) diagnostizierte Depression, eine nicht erkannte Hörminderung, eine nicht erkannte Schilddrüsenerkrankung oder Diabetes.

Verwirrtheit, Wahnvorstellungen und Halluzinationen können auch infolge von Vitamin- oder Wassermangel auftreten, der

besonders für alte Menschen lebensbedrohlich sein kann. Die Neigung zur Austrocknung, fachsprachlich Dehydratation oder Exsikkose genannt, tritt bei Älteren recht häufig auf, weil sie infolge eines verminderten Durstempfindens oft zu wenig trinken. Ursachen für den Abbau geistiger Fähigkeiten können aber auch (Neben-)Wirkungen von Medikamenten, Giften oder Drogen sein.

Wenn die Grunderkrankung und der Mangel behandelt werden, Giftstoffe das Gehirn nicht mehr belasten, Infektionen und Verletzungen ausgeheilt sind, normalisiert sich meist auch die geistige Leistungsfähigkeit wieder.

### **i** GUT ZU WISSEN

#### **Pseudodemenz**

Jeder Siebte mit Gedächtnis- oder Denkstörungen leidet an einer Pseudodemenz, die bei fachgerechter Diagnose meist erfolgreich behandelt und oft geheilt werden kann.

#### **Ist eine frühe Diagnose sinnvoll?**

Die Antwort könnte nicht klarer ausfallen: Wenn Sie bestimmte Warnzeichen bemerken (→ Seite 33), dann sollten Sie nicht abwarten, sondern baldmöglichst gemeinsam

mit der oder dem Betroffenen ärztlichen Rat einholen. Die Diagnose sollte in einem frühen Stadium erfolgen, weil eine Grunderkrankung vorliegen könnte, die behandelt werden kann.

Wenn die Symptome Ihres Angehörigen tatsächlich auf eine Demenz zurückzuführen sind, können Sie frühzeitig Hilfe in Anspruch nehmen. Gerade im Anfangsstadium gibt es einige Behandlungsmöglichkeiten, die positiv auf Gedächtnisverlust und Alltagskompetenz wirken, dadurch die Lebensqualität länger erhalten und die Pflegebedürftigkeit hinauszögern können. Außerdem sind die Betroffenen in der Frühphase meist noch fähig, rechtliche, finanzielle und medizinische Entscheidungen unabhängig von anderen zu treffen (→ Seite 151). Zusammen mit Ihnen als sorgendem Angehörigen kann die Zukunft geplant und die Chance wahrgenommen werden, die Zeit intensiv zu nutzen, solange die Symptome noch mild ausgeprägt sind.

*„Hätten wir die korrekte Diagnose für meine Frau zwei Jahre früher gehabt, hätten wir mehr Zeit gehabt, um Dinge zu tun, die wir schon immer zusammen machen wollten.“*

*Reinhold T.*

## Besuch beim Hausarzt

Die erste Anlaufstelle bei dem Verdacht auf eine Demenz sollte der vertraute Hausarzt der oder des Angehörigen sein. Der ausschlaggebende Vorteil gegenüber dem Besuch in einer Facharztpraxis oder Gedächtnisambulanz ist, dass bereits ein Vertrauensverhältnis besteht und die betroffene Person in der Regel über viele Jahre bekannt ist. Besonders bei einer beginnenden Demenz kann der Hausarzt besser einschätzen, ob es sich nur um Vergesslichkeit oder ein wenig Schusseligkeit handelt, die akzeptabel für das Alter sind, oder ob sich bereits Anzeichen einer Demenz andeuten können.

### → TIPP

Wenn Ihnen bei Ihrem Angehörigen Symptome auffallen, möchten Sie verständlicherweise gern wissen, woran Ihr Ehemann oder Ihre Mutter leidet. Trotz der besonderen Situation steht Ihrem verständlichen Interesse die ärztliche Schweigepflicht entgegen. Ärzte dürfen Dritten eine Diagnose nur dann mitteilen, wenn der Patient damit einverstanden ist oder eine entsprechende Vollmacht vorliegt.

Falls sich die oder der Betroffene einverstanden zeigt, ist es für den Arzt und sie oder ihn durchaus sinnvoll, den Befund, dessen ab-

sehbare Folgen und Therapiemöglichkeiten zusammen mit Ihnen zu besprechen.

Die Diagnose einer Demenz ist eine komplexe Angelegenheit. Die Diagnoseverfahren, die einer Hausärztin zur Verfügung stehen, sind oft auf die Anamnese, Gedächtnistests und Blutuntersuchungen beschränkt. Spätestens wenn Medikamente nötig sind, die zur Behandlung psychischer Erkrankungen verschrieben werden, zum Beispiel Antidepressiva oder Neuroleptika, sollten Sie eine zweite ärztliche Meinung einholen. Sie sollten dann auf eine Überweisung zu einem Facharzt bestehen, beispielsweise zu einer Neurologin oder einem Psychiater. Diesen ist aufgrund ihrer speziellen Kenntnisse, wie Gehirn und Gedächtnis funktionieren, und zusätzlicher Diagnoseverfahren eine differenziertere Beurteilung möglich. Wenn niedergelassene Fachärzte nicht in der Nähe erreichbar sind, sind Gedächtnisambulanzen oder -sprechstunden sowie Kliniken mit spezialisierten Abteilungen wie zum Beispiel einer Geriatrie oder einer Gerontopsychiatrie mögliche Alternativen.

## Notwendige Untersuchungen

Eine Demenz wird in einer Art Ausschlussverfahren diagnostiziert. Bei dem ersten Gespräch mit dem Angehörigen wird sich die Ärztin erkundigen, seit wann die Symptome

aufzutreten. Möglicherweise wird sie auch Sie befragen, welche Veränderungen Ihnen aufgefallen sind und ob Sie diese zeitlich eingrenzen können. Auch die Familiengeschichte kann einen wichtigen Anhaltspunkt für die Diagnose geben. Anhand der Untersuchung der geistigen Verfassung, die aus einfachen Fragen und Aufgaben besteht, kann die Ärztin mit etwas Erfahrung bereits einschätzen, ob eine Demenz vorliegt.

#### → TIPP

Diagnostische Maßnahmen dürfen nur mit dem Einverständnis des Betroffenen vorgenommen werden. Wenn er der Untersuchung nicht mehr zustimmen kann, ist eine Vollmacht erforderlich, um stellvertretend die Einwilligung zu geben. Deshalb ist es wichtig, frühzeitig eine Vorsorgevollmacht zu erstellen (→ Seite 152).

Für eine Basisdiagnostik sind nicht alle der nachfolgenden Untersuchungen nötig. Welche letztlich durchgeführt werden, ist eine ärztliche Entscheidung.

#### 1. Krankengeschichte (Anamnese)

Der Arzt wird Fragen zu biografischem und sozialem Hintergrund, Vorerkrankungen und aktuellen gesundheitlichen Problemen, Krankengeschichte der Familie, Medikamenteneinnahme sowie zu Problemen mit dem Gedächtnis, Denken oder Verhalten stellen. Gegebenenfalls werden auch Sie als Angehörige oder das Pflegepersonal durch den Arzt befragt (Fremdanamnese).

#### 2. Körperliche Untersuchung

Die körperliche Untersuchung umfasst unter anderem eine Überprüfung der Herz- und Lungenfunktion, der Sinnesfunktionen und der Bewegungskoordination.

#### 3. Kognitive Tests und neuropsychologische Untersuchungen

Kognitive Tests wie der Mini-Mental-Status-Test (MMST) werden durchgeführt, um das Kurzzeitgedächtnis sowie Aufnahme und längerfristiges Behalten neuer Informationen im Langzeitgedächtnis zu überprüfen. Häufig werden sie in Kombination mit



Abb. 9: Uhrentest: Beispiele für Fehler im Verlauf einer Demenzerkrankung. Links: Hinweis auf beginnende Demenz. Rechts: Hinweis auf eine schwere Demenz.

dem Uhrentest (→ Seite 40, Abb. 9) durchgeführt, um die Diagnose des kognitiven Tests zu bekräftigen. Außerdem werden Sprache, Aufmerksamkeit und die Fähigkeit, Probleme zu lösen, getestet. Manchmal ist eine detaillierte neuropsychologische Untersuchung nötig. Diese fachärztlichen Methoden decken alle wichtigen geistigen Funktionen einschließlich der allgemeinen Stimmung ab. Sie helfen dabei, Demenz von Altersvergesslichkeit, einer leichten kognitiven Störung oder einer Depression zu unterscheiden.

Beim Uhrentest soll der Patient in einen Kreis das Uhrenzifferblatt und eine bestimmte Uhrzeit (im Beispiel 11.10 Uhr) zeichnen. Je nachdem, wie die Aufgabe durchgeführt wurde, gibt sie Hinweise auf visuell-räumliche Orientierungsprobleme. Die Art der Fehler gibt auch Hinweise zur Abgrenzung einer Demenz von anderen Krankheitsbildern. Zeichnet etwa jemand trotz Nachfrage nur eine halbe Uhr von 12 bis 6 und findet er daran nichts Ungewöhnliches, so ist dies ein Hinweis darauf, dass der Patient seine linke Gesichtsfeldhälfte vernachlässigt – was wiederum eher auf einen zurückliegenden Schlaganfall als auf eine Demenz hindeutet.

#### 4. Psychiatrische Befundung

Es sollen behandelbare psychische Erkrankungen erkannt und von einer Demenzerkrankung abgegrenzt werden, insbesondere Depressionen oder eine vorübergehende Störung des Bewusstseins und der Orientierung (Delir).

#### 5. Laboruntersuchungen

Hierzu zählen Blut- und Urintests zur Feststellung von Krankheiten, die für kognitive Störungen und andere demenzielle Symptome verantwortlich sein könnten.

#### 6. Liquor-Analyse („Nervenwasseruntersuchung“)

Es wird die Konzentration des Amyloid-Proteins und des Tau-Proteins (→ Seite 25) im Liquor (Nervenwasser) bestimmt. Die Analyse wird besonders bei Verdacht auf eine Alzheimer-Demenz durchgeführt oder wenn der geistige Abbauprozess sehr schnell fortschreitet.

#### 7. Bildgebende Verfahren

Hinweise auf Hirnschädigungen geben Magnetresonanztomografie (MRT) oder Computertomografie (CT). Durch diese Verfahren können der Ort und das Ausmaß der Schädigung abgebildet und auch Tumore oder Blutgerinnsel im Gehirn als Ursachen für die Symptome ausgeschlossen werden. In Ausnahmefällen oder zur Feindiagnostik kann