

kompakt.

GESUNDAKTIV
älter werden

DEMENZ DER WEG ZUR DIAGNOSE



BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Warum ist die Diagnose einer Demenz wichtig?

Der Begriff Demenz bezeichnet eine **dauerhafte, fortschreitende Störung der geistigen Leistungsfähigkeit**, die es den Betroffenen zunehmend schwierig bzw. unmöglich macht, ihren Alltag eigenständig zu bewältigen. In Deutschland leben ca. 1,8 Millionen Menschen mit einer Demenzdiagnose.

In 60 bis 65 Prozent der Fälle ist die Demenz Folge der **Alzheimer-Krankheit**. An zweiter Stelle folgen **Durchblutungsstörungen des Gehirns** (die zu einer vaskulären Demenz führen können) und Demenz aus dem Bereich der **Parkinsonerkrankungen** (wie die Lewy-Körperchen Demenz). Bei jüngeren Menschen treten selten **frontotemporale Demenzen** auf. Eine Heilung ist bei diesen Erkrankungen bislang noch nicht möglich.

In etwa 5 Prozent bis 10 Prozent der Fälle sind u. a. **Vitaminmangel, Alkoholmissbrauch, Hormonstörungen, Nebenwirkungen von Medikamenten** oder **depressive Episoden** die Ursache für demenzähnliche Symptome. Bei frühzeitiger Behandlung ist es in diesen Fällen häufig noch möglich, dass sich die Symptome verringern.



Um Gewissheit zu erlangen und die bestmögliche Behandlung einzuleiten, sind die **frühe Diagnose** einer Demenz und die **Kenntnis der auslösenden Erkrankung bzw. Faktoren** sehr wichtig.



Wie erkenne ich Hinweise auf eine Demenz?

Wenn Sie bei sich oder einem Ihnen nahestehenden Menschen bemerken, dass neue Informationen nicht mehr so gut erinnert werden wie früher oder gewohnte Handlungen nicht mehr routiniert durchgeführt werden, können dies erste Anzeichen einer beginnenden Demenz sein.

Frühe Alltagsanzeichen für eine mögliche Demenz:

- **Vergesslichkeit** und **sprachliche Probleme** (z. B. häufiges Verlegen von Alltagsgegenständen, stetes Wiederholen kurz zuvor gestellter Fragen)
- **Orientierungsschwierigkeiten** (z. B. wiederholte Verwechslung des Datums, Schwierigkeiten sich an gut bekannten Orten zurechtzufinden)
- **Aufmerksamkeits-, Planungs-, Problemlösungsschwierigkeiten** (z. B. Schwierigkeiten beim Rasen mähen, Auswahl der Kleidung, Wechselgeld zählen)
- **Verhaltensveränderungen** (z. B. sozialer Rückzug, Stimmungsschwankungen, erhöhte Reizbarkeit)

Ziehen Sie in jedem Fall eine Ärztin oder einen Arzt zu Rate, wenn Sie **andauernde und fortschreitende Veränderungen** der geistigen Leistungsfähigkeit **über mehrere Wochen oder Monate** beobachten. Besonders zu Krankheitsbeginn treten die Symptome oft nicht permanent auf, teilweise können sie von Betroffenen auch überspielt werden. Gerade wenn man sich selten sieht, nehmen andere Menschen erste Anzeichen oft nicht als auffällig wahr.

An wen kann ich mich wenden?

Die erste Anlaufstelle ist für gewöhnlich **die Hausärztin oder der Hausarzt**. Falls eine tiefergehende Abklärung nötig ist, werden Sie an eine Praxis für Neurologie, Psychiatrie, Geriatrie oder eine Gedächtnisambulanz überwiesen.

Wie verläuft der Weg zur Diagnose?

Beim **ersten Gespräch** wird Ihre behandelnde Ärztin oder Ihr behandelnder Arzt versuchen, ein umfassendes Bild zu gewinnen: Dazu fragt er bzw. sie nach Beschwerden und Vorerkrankungen, zu aktuell eingenommenen Medikamenten und möglicherweise zu Ihrem Alltag und Ihrem Lebensumfeld. Am besten lassen Sie sich von einer nahestehenden Person begleiten, die zusätzliche Informationen liefern kann. Die Ärztin oder der Arzt wird daraufhin gemeinsam mit Ihnen entscheiden, welche weiteren Untersuchungen nötig sind.

Überblick über mögliche weitere Untersuchungen

Ausführliche Untersuchung der Gedächtnisleistung: Bei der neuropsychologischen Testung werden unterschiedliche Bereiche der geistigen Leistungsfähigkeit untersucht. Hierzu zählen Aufgaben, die das Gedächtnis überprüfen, ebenso die Aufmerksamkeit, die sprachlichen Fähigkeiten, die Orientierung und die Fähigkeit, Situationen im Kopf durchzuspielen und zu planen. Mithilfe der Ergebnisse kann die geistige Leistungsfähigkeit objektiv beurteilt werden.

Mit der Magnetresonanztomographie (MRT) oder Computertomographie (CT) werden Aufnahmen Ihres Gehirns erstellt. Anhand der Bilder können Veränderungen im Gehirn erkannt und als krankhaft oder gesund eingeordnet werden. Auch Durchblutungsstörungen lassen sich hiermit beurteilen.

Eine Blutuntersuchung sollte durchgeführt werden, um verschiedene Erkrankungen zu erkennen bzw. auszuschließen, die zu Gedächtnisstörungen führen können. Hierzu gehören auch Schilddrüsenwerte oder Vitaminspiegel (z. B. Vitamin B12).



Untersuchung der Gehirnflüssigkeit: Unser Gehirn und unser Rückenmark (Zentralnervensystem) sind von einer klaren und farblosen Flüssigkeit umgeben. In dieser Gehirn-Rückenmarksflüssigkeit (Liquor cerebrospinalis), kurz Liquor genannt, lassen sich unter anderem bestimmte Eiweiße bestimmen, die als Nachweis der Alzheimer-Krankheit dienen. Sollten Sie sich zusammen mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt für eine Liquorentnahme (Lumbalpunktion) entscheiden, wird Ihnen mit einer dünnen Nadel aus Ihrem Rückenmarkskanal eine geringe Menge dieser Flüssigkeit entnommen und im Labor untersucht. Nebenwirkungen wie starke Kopfschmerzen sind heute durch feinere Instrumente selten geworden.

Nuklearmedizinische Untersuchungen: Hierbei handelt es sich auch um Bild Darstellungen des Gehirns. Durch schwach radioaktiv markierte Kontrastmittel kann der Stoffwechsel der Gehirnzellen dargestellt werden.

Genetische Blutuntersuchung: Bei den meisten Demenzformen handelt es sich nicht um genetisch bedingte Krankheiten im engeren Sinn. Daher werden genetische Untersuchungen in der Regel nicht durchgeführt. Bei einem sehr geringen Anteil der Betroffenen (besonders mit mehreren Erkrankten in einer Familie oder bei Erkrankungsbeginn in jungem Alter) kommen jedoch Veränderungen in speziellen Genen vor. Sollte Ihre Ärztin oder Ihr Arzt diese Vermutung haben, kann Ihnen zu einer genetischen Blutuntersuchung geraten werden.



Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Falls die Untersuchungen das Vorliegen einer Demenz bestätigen, stehen je nach Ursache unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung. Ist die Alzheimer-Krankheit Ursache, kann mit **verschiedenen Medikamenten** (Antidementiva) behandelt werden:

- **Acetylcholinesterase-Hemmer** können bei leichten und mittelschweren Stadien zu einer (wenn auch zeitlich begrenzten) Stabilisierung des geistigen Abbaus führen.
- In späteren Stadien kann auch das Medikament **Memantin** eingesetzt werden.

Die Wirkung der Medikamente auf den Krankheitsverlauf unterscheidet sich von Person zu Person; stoppen oder heilen können beide die Alzheimer-Krankheit jedoch nicht.

Besprechen Sie mit Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem behandelnden Arzt, ob und welche Medikamente in Frage kommen. Unter Umständen muss im Laufe der Erkrankung die Behandlung angepasst werden.

Begleitsymptome wie Depressivität oder Schlafstörungen können ebenfalls behandelt werden. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wird Sie auch über die Möglichkeiten von Ergotherapie, Gedächtnisstimulation und Angebote für Angehörige aufklären. Außerdem sind **körperliche Bewegung** und **Kontakte mit anderen Menschen** wichtig. In den Faltblättern „DEMENZ-DER DIAGNOSE MUTIG BEGEGNEN“ und „DEMENZ-BETROFFENE ACHTSAM BEGLEITEN“ finden Betroffene und Ihre Angehörigen weitere Informationen.



Welche möglichen Anlaufstellen gibt es?

Gedächtnisambulanzen sind Zentren, die auf die Früh- und Differentialdiagnostik von Störungen der geistigen Leistungsfähigkeit spezialisiert sind und häufig von Krankenhäusern betrieben werden. Gebräuchlich sind auch die Begriffe **Gedächtnissprechstunde** und **Memory Clinic**. Durch ihre Spezialisierung auf den steigenden Bedarf an Früherkennung und die Vorhersage von Krankheitsverläufen sind sie bei der Diagnostik von Menschen mit Demenz besonders wichtig. Gedächtnisambulanzen bieten Betroffenen häufig zusätzlich die Möglichkeit, an klinischen Studien zu neuen, noch nicht zugelassenen Medikamenten teilzunehmen. Zudem leisten sie durch die eigene Forschungsarbeit einen Beitrag dazu, diagnostische Methoden und Behandlungsansätze zu verfeinern oder die Lebensqualität von Menschen mit Demenz zu verbessern.

Anlaufstellen in Ihrer Nähe finden Sie z. B. hier:

- Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V.: www.deutsche-alzheimer.de
- Alzheimer Forschung Initiative e. V.: www.alzheimer-forschung.de
- Deutsche Gesellschaft für Gerontopsychiatrie und -psychotherapie e. V.: <https://dggpp.de/gedaechtnissprechstunden.htm>
- Deutsches Netzwerk Gedächtnisambulanzen: www.dng-verein.de

Weiterführende Informationen und Anlaufstellen

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. Selbsthilfe Demenz

Alzheimer-Telefon 030 259 37 95 14 (kostenlos)

E-Mail info@deutsche-alzheimer.de

www.deutsche-alzheimer.de



Deutsche Alzheimer
Gesellschaft e.V.
Selbsthilfe Demenz

Deutsches Netzwerk Gedächtnisambulanzen (DNG)

Tel. 089 709 55 58 63, www.dng-verein.de

Deutsches Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen e. V. (DZNE)

Tel. 0228 43302-0, www.dzne.de



Kölner Alzheimer Präventionszentrum (KAP)

E-Mail praevention-alzheimer@uk-koeln.de

<https://psychiatrie-psychotherapie.uk-koeln.de/...>



UNIKLINIK
KÖLN

Entwickelt im Rahmen der Nationalen Demenzstrategie

www.nationale-demenzstrategie.de



Nationale
Demenzstrategie

Weitere Informationen und Faltblätter zum Thema **Demenz** finden Sie auf
www.gesund-aktiv-aelter-werden.de



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Maarweg 149-161, 50825 Köln

Telefon 0221 8992-0, Fax 0221 8992-300

E-Mail poststelle@bzga.de

www.bzga.de

Bestellnummer: 60582315

Stand: Juli 2022