

„Die goldene Pille gibt es nicht“

Winnenden Der Altersmediziner Rainer Kortus erklärt, wie sich Demenz erkennen und behandeln lässt. *Von Annette Clauß*

Herr Kortus, wann ist Vergesslichkeit ein Grund zur Sorge?

Es gibt eine gutartige Altersvergesslichkeit, die Gedächtnisstützen wie Zettel nötig macht, aber die Alltagsfähigkeit nicht beeinträchtigt. Wenn einem alten Menschen das korrekte Datum nicht einfällt, ist das kein Grund zur Panik. Wenn er sich aber bei der aktuellen Jahreszahl um mehrere Jahre irrt, ist das keine normale Vergesslichkeit, und er sollte sich von einem Arzt untersuchen lassen.

Und was versteht man unter einer Demenz?

Derzeit definieren wir den Begriff Demenz als Störung der Hirnleistungsfähigkeit, die länger als sechs Monate andauert, fortschreitend ist und den Betroffenen im Alltag beeinträchtigt und für die es keine andere Ursache gibt, wie etwa einen Hirntumor oder eine Vergiftung durch Medikamente. Mit der Definition sind wir aber nicht glücklich, weil sie eine Behandlung im Frühstadium behindert.

Wie lässt sich Demenz nachweisen?

Neben dem klinischen Eindruck gibt es gute und ziemlich sichere Testverfahren. Darüber hinaus brauchen wir ein bildgebendes Verfahren wie die Kernspintomografie oder die Computertomografie. Auf diesen Bildern sieht man eine Schrumpfung des Gehirns in dem Bereich, wo die Erinnerungsfunktion stattfindet, im sogenannten Hippocampus. Das ist ein guter und wichtiger Hinweis, der mit überall zugänglichen Methoden nachweisbar ist.

Was ist die Ursache der Erkrankung?

Eine einzelne Ursache ist noch nicht gefunden, es kann auch mehrere Ursachen geben.

Was geschieht im Gehirn eines Demenzkranken?

Es gibt verschiedene Vorstellungen, vor allem werden wohl im Hirn falsche Ei-

weiße gebildet, welche die Nervenzellen schädigen. Dadurch gehen diese zugrunde, die Übertragung funktioniert nicht richtig und die Kommunikation bricht zusammen.

Welche Behandlungsmethoden gibt es?

Die goldene Pille gegen Demenz gibt es nicht. Aber man kann wirklich viel tun – vorbeugend und auch dann, wenn die Krankheit bereits ausgebrochen ist.

Welche vorbeugenden Mittel gibt es?

Das klingt furchtbar banal, aber eine gesunde Ernährung, wenig Genussgifte wie Alkohol und Zigaretten und ausreichend Bewegung sind Dinge, die einen heilsamen Effekt haben, wenn man sie für eine längere Zeit regelmäßig befolgt. Auch geistige Betätigung ist wichtig. Ich sage bei Vorträgen: „Lernen Sie Chinesisch.“ Aber auch tanzen, kegeln, musizieren oder Geselligkeit sind wichtig – eben alles, was uns fordert. Das zahlt sich aus, als Prävention und auch wenn die Krankheit schon begonnen hat.

Wie behandelt man eine Demenz?

Es gibt Medikamente, Antidementiva, die bei 50 bis 70 Prozent der Erkrankten das Krankheitsbild verzögern können. Dann unterstützende Therapien wie die Ergotherapie oder Musiktherapie. Und wir haben festgestellt, dass körperliche und geistige Aktivitäten eine große Rolle spielen und den Krankheitsverlauf verlangsamen können. Sport sorgt für eine bessere Durchblutung und Sauerstoffversorgung.

DIE ALTERSPSYCHIATRIE IST SEIN SPEZIALGEBIET



Chefarzt Rainer Kortus

Foto: certified Stoppel

Rainer Kortus ist seit 2002 Chefarzt der Klinik für Alterspsychiatrie im Zentrum für Psychiatrie Winnenden. 1989 hat er die Deutsche Alzheimer-Gesellschaft mitbegründet, die Erkrankte, Angehörige und Fachleute vertritt.

Generell gilt: Jemand, der fit ist, hat ein geringeres Risiko, dement zu werden.

Was bedeutet die Pflege von Demenzkranken zu Hause für die Angehörigen?

Die Pflege eines Demenzkranken und der verständnisvolle Umgang mit ihm stellen hohe Anforderungen an die Angehörigen. Ein großes Problem ist, dass die Erkrankung oft spät diagnostiziert wird – der Weg von den frühen Symptomen bis zur Diagnose dauert oft drei Jahre oder mehr. Häufig glauben die Angehörigen, dass der Erkrankte einfach widerborstig oder altersstarrsinnig ist. Erst wenn die Diagnose Demenz feststeht, werden sie verständnisvoller.

Welche gesundheitlichen Folgen hat die Pflege für die Angehörigen?

Sie sind oft überlastet, bekommen Depressionen und körperliche Erkrankungen. Sie müssen lernen, mit der Krankheit umzugehen, sich Hilfe zu holen und den Austausch mit anderen zu suchen.

Was bringt die Zukunft?

Der Anteil der Kranken steigt mit dem Alter an. Bei den 65- bis 69-Jährigen sind rund fünf Prozent an Demenz erkrankt, bei den über 90-Jährigen mehr als 30 Prozent. Wir werden in den kommenden Jahren also deutlich mehr Demenzkranke bekommen – im Jahr 2050 voraussichtlich rund 2,6 Millionen.

Was sind Ihre Ziele?

Wichtig ist, die Demenzerkrankungen aus dem Bereich der Hoffnungslosigkeit herauszuholen. Wir können medizinisch eine ganze Menge tun, um den Verlauf der Krankheit hinauszuzögern, und wir können Kranken Mut machen.

Im Förderverein Demenz

Rems-Murr ist Kortus erster Vorsitzender. Dessen Ziel ist es, neue Hilfsprojekte anzustoßen und zu unterstützen. Infos zum Verein gibt es montags von 18 bis 20 Uhr unter 01 73/4 08 08 52. *anc*

Ein riesiger Graubereich

Die Demenz-Fachberatung berät und vermittelt kostenlos. *Von Annette Clauß*

Mit der im Jahr 2002 eingerichteten Demenz-Fachberatungsstelle hat der Rems-Murr-Kreis eine zentrale Anlaufstelle für Privatleute und Institutionen geschaffen, die Fragen zur Demenz haben – eine Besonderheit, die nur wenige Landkreise bieten. Die Demenz-Fachberaterin Monika Amann informiert und berät kostenlos Hilfesuchende: Sie klärt mit Vorträgen über Demenzerkrankungen auf, hilft Angehörigen bei Anträgen, vermittelt ambulante Unterstützung, eine Kurzzeitpflege, betreute Urlaube oder einen Heimplatz. Im Rems-Murr-Kreis gibt es zwölf spezielle Demenzstationen.

Einrichtungen wie Altenpflegeheime können sich von Amann beraten lassen. Auch konzeptionelle Fragen oder die Schulung von Pflegepersonal sind Aufgabe der Demenz-Fachberaterin, die keinen Hehl daraus macht, dass sie nichts von „Alibiprojekten“ hält, die wenige Jahre gefördert werden, um im Sande zu verlaufen. „Nachhaltig und solide“ – so sollen die Projekte aussehen, deren Aufbau sie unterstützt und begleitet.

Mindestens 6000 Demenzkranke leben im Kreis, hinzu kommt laut Monika Amann „ein riesiger Graubereich“, der vermutlich einige Tausend Kranke mehr umfasst. Die Mehrheit der Demenzkranken, rund zwei Drittel, leidet an der Alzheimerkrankheit, die besonders die Altersgruppe der über 65-Jährigen betrifft. Doch auch jüngere Menschen erkranken an Demenz, zum Beispiel an vaskulärer Demenz, bei der Blutgefäße des Gehirns geschädigt sind. Diese jüngeren Kranken dürften nicht vergessen werden und brauchten spezielle Angebote, sagt Amann. Das Angebot für Ältere müsse weiter ausgebaut und stabilisiert werden.

Informationen zum Thema Demenz gibt Monika Amann unter 0 71 51/ 5 01 11 80.