



# Alzheimer: Hoffen auf Impfung

Alzheimer ist die Krankheit, die die größten Ängste auslöst und viele Fragen aufwirft. Zum heutigen Welt-Alzheimerstag liefern wir Antworten.

Von Sonja Saurugger

## 1. Demenz, Alzheimer – was ist der Unterschied?

**ANTWORT:** Demenz ist der Überbegriff: Demenz bedeutet, dass die intellektuellen Fähigkeiten nachlassen. Die häufigste Ursache dafür ist Alzheimer, die daher auch Alzheimer-Demenz genannt wird. Andere Ursachen für Demenz können zum Beispiel Durchblutungsstörungen im Gehirn sein.

## 2. Was ist die Ursache für Alzheimer?

**ANTWORT:** In und zwischen den Nervenzellen lagert sich Eiweiß ab: Dadurch gehen Gehirnzellen zugrunde, die Weiterleitung der Signale zwischen den Nervenzellen funktioniert nicht mehr. Die Folge ist, dass im Verlauf der Erkrankung sehr viel Hirngewebe verloren geht.

## 3. Ich weiß nicht, wo der vergessene einen Namen: Ist das schon ein Zeichen für Alzheimer?

**ANTWORT:** Vergesslichkeit ist das Hauptsymptom von Alzheimer, aber dabei geht es vor allem um das Vergessen von Dingen, die man selbst erlebt hat. Auch Veränderungen in der Persönlichkeit und Orientierungsstörungen können ein Anzeichen sein. Peter Dal-Bianco,

Präsident der Alzheimergesellschaft, sagt: „Man ist für sich selbst der beste Vergleichsfall.“ War man schon immer ein „Schussel“, der aufgrund von Unkonzentriertheit Dinge vergisst, ist das kein Alarmzeichen. Hat man sich aber im Vergleich zu vor einem Jahr verändert, hat die Zeit, die man täglich mit dem Suchen von Dingen verbringt, zugenommen, erzählt man anderen immer wieder die gleiche Geschichte und das war früher nicht so, können das Alarmsignale sein.

## 4. Warum gibt es noch keine effektiven Therapien?

**ANTWORT:** Bisher verfügbare Therapien können die Ursachen der Erkrankung nicht beheben, sie können nur den Verlauf etwas hinauszögern. Aktuell konzentriert sich die Forschung darauf, die Erkrankung früher als heute zu erkennen. Denn: Treten die ersten Symptome auf, ist schon sehr viel Schaden im Gehirn passiert. Schon viele Jahre vor den ersten Symptomen verläuft die Krankheit „stumm“: Laut Dal-Bianco gibt es wohl schon ab dem 30. Lebensjahr krankhafte Veränderungen im Gehirn, die aber noch keine Symptome verursachen. Nun ist das Ziel der Forschung, schon in dieser frühen Phase in den Krankheitsverlauf einzugreifen.

## Alzheimer

Die Krankheit des Vergessens sorgt für große Ängste: welche Anzeichen es gibt, was die Krankheit mit Menschen macht.

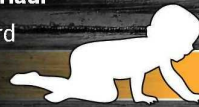
### Prognosen

Aufgrund der höheren Lebenserwartung wird sich die Zahl der Demenzkranken in den nächsten Jahrzehnten mehr als verdoppeln.



### Krankheitsverlauf

Alzheimer wird als Rückentwicklung ins Stadium eines Säuglings beschrieben.



Vom Baby bis zum jungen Erwachsenen

12 Jahre

Entwicklung der wichtigsten intellektuellen Fähigkeiten



## 5. Wann wird es Therapien geben?

**ANTWORT:** Führende Alzheimer-Spezialisten gehen heute davon aus, dass es bis zum Jahr 2025 eine Impfung geben wird, die die Eiweißablagerungen im Gehirn verhindern kann. Entscheidend wird aber sein, Betroffene früh genug zu finden und zu behandeln. Dafür sollen Hochrisikopatienten, die Alzheimerfälle in der Familie haben, mittels Hirnscans untersucht werden. Heute sind solche Vorsorgeuntersuchungen aber noch nicht ausgereift und auch nicht sinnvoll, da es keine wirksamen Therapien gibt.

## 6. Kann ich mich vor Alzheimerschützen?

**ANTWORT:** Es ist möglich, sein eigenes Demenzrisiko zu senken: Forscher haben berechnet, dass die weltweiten Demenzfälle um ein Drittel gesenkt werden könnten, wenn neun Risikofaktoren bekämpft werden. Dazu zählen mangelnde Schulbildung, Schwerhörigkeit und Rauchen (siehe oben). Ein gesunder Lebensstil mit Bewegung und gesunder Ernährung ist die Grundlage für geistige Fitness. Darüber hinaus kann das Gehirn wie ein Muskel trainiert werden, durch geistige Aktivität. Fordern Sie Ihr Gehirn heraus, durch immer neue Vokabel in einer Fremdsprache oder das Erlernen eines Musikinstruments. Nutzen Sie Ihr Gedächtnis, indem Sie ohne Liste einkaufen gehen oder ohne Na-





INTERVIEW

# „Pfleger werden selbst krank“

Volkshilfe-Chef über Mängel in der Pflege.

## Warum ist die Pflege von Demenzpatienten besonders herausfordernd?

**ERICH FENNINGER:** Demenz ist eine Krankheit, die große Ängste auslöst, bei Betroffenen und Angehörigen. Sie wissen nicht, was auf sie zukommt. Außerdem gehen mit der Krankheit Verhaltensweisen wie Aggressivität einher, die pflegende Angehörige persönlich nehmen und sie sehr belasten.



**Erich Fenninger, Volkshilfe** APA

### Was brauchen Betroffene?

Betroffene sollten so lange wie möglich selbstständig bleiben, man soll ihnen nicht alles „abnehmen“. Aufgaben im Haushalt sollten mit Unterstützung weiterhin gemacht werden. Auch dürfen Betroffene nicht auf die Krankheit reduziert werden: Es ist noch immer die Mama oder der Opa, den man liebt. Im Laufe der Erkrankung ändert sich auch die Kommunikation: von der Sprache hin zu Berührungen und Gesten.

### Und was brauchen pflegende Angehörige?

Wichtig ist, Information über die Krankheit zu bekommen, um die Verhaltensweisen zu verstehen und sie als Teil der Erkrankung zu erkennen. Außerdem müssen pflegende Angehörige entlastet werden, durch Tagesbetreuungen und spezielle Coachings, um mit der Belastung umgehen zu können. Sonst werden die Pflegenden selbst krank.

vigationsgerät unterwegs sind. Und bleiben Sie sozial aktiv: Einsamkeit ist ein Risikofaktor für Demenz.

## 7. Wie steht es um die Pflege von Betroffenen in Österreich?

**ANTWORT:** 80 Prozent der Pflegebedürftigen in Österreich werden zu Hause gepflegt, von Töchtern, Söhnen oder Partnern. Die Belastung für die Angehörigen ist immens, gleichzeitig fehlt die Unterstützung: Laut Volkshilfe mangelt es an Einrichtungen für Tagesbetreuung, damit sich Angehörige eine Auszeit nehmen können. Auch fehlt es an Informationen, um mit dieser Krankheit umgehen zu können (siehe rechts).

## Hilfe und Informationen

**Kontakte** zu Selbsthilfegruppen in Österreich findet man unter [www.alzheimer-selbsthilfe.at](http://www.alzheimer-selbsthilfe.at)  
**Infomaterial** für pflegende Angehörige: [www.alzheimer-hilfe.at](http://www.alzheimer-hilfe.at)  
**Volkshilfe** bietet unter [www.demenz-hilfe.at](http://www.demenz-hilfe.at) Infomaterial und Hilfsangebote.

**Kostenlose Hilfe** gibt es am Pflegetelefon: Tel. 0 800 20 16 22.  
**Unterstützung** für Betroffene und Angehörige bei gerontopsychiatrischen Zentren: [gfs.at](http://gfs.at)  
**Demenzservicestellen** in Deutschlandsberg: [www.sozialverein-deutschlandsberg.at](http://www.sozialverein-deutschlandsberg.at)

## NAMENSGEBER

### Alois Alzheimer

Im Jahr 1901 begegnete der deutsche Arzt Alois Alzheimer der Patientin Auguste Deter, die zur Patientin seines Lebens werden sollte. „Ich habe mich sozusagen verloren“, sagt Deter zu Alzheimer. An ihr beschrieb er erstmals die „Krankheit des Vergessens“, wie er sie nannte – und die seither seinen Namen trägt.

