



RHAPSODY

research and strategy for dementia in the young

Online Ratgeber für Angehörige
von jüngeren Menschen mit Demenz

www.ratgeber-junge-demenz.de

Kapitel 1 zum Nachlesen

Was bedeutet Demenz
im jüngeren Lebensalter?

Inhaltsverzeichnis

1	Was bedeutet Demenz im jüngeren Lebensalter?	3
2	Beispiel: Zubereitung einer Mahlzeit	4
3	Ursachen der Demenz und ihre Symptome.....	7
4	Zusammenfassung	9

1 Was bedeutet Demenz im jüngeren Lebensalter?

Demenz ist ein Oberbegriff für Zustandsbilder, bei denen im Vergleich zum früheren Leistungsstand eine Minderung von Gedächtnis, Aufmerksamkeit, Denkvermögen, Sprache oder Orientierungsvermögen eingetreten ist. Zusätzlich können Schwierigkeiten beim Erkennen und Handhaben von Gegenständen bestehen. Diese Fähigkeiten nennt man kognitive Funktionen.

Für die Diagnose einer Demenz muss die Minderung kognitiver Fähigkeiten so ausgeprägt sein, dass sie Einschränkungen bei üblichen Alltagstätigkeiten hervorrufen. Anspruchsvolle Aufgaben sind zuerst betroffen, beispielsweise im Beruf oder bei der Organisation des Haushalts. Einfache Tätigkeiten wie sich eigenständig anzuziehen oder das Einnehmen von Mahlzeiten werden erst später in Mitleidenschaft gezogen. Durch die Beeinträchtigung des täglichen Lebens unterscheidet sich die Demenz vom normalen Alter.

Die Verschlechterung der kognitiven Fähigkeiten und der Alltagstätigkeiten werden meistens begleitet von Veränderungen des Verhaltens. Zum Beispiel kann es sein, dass die Betroffenen weniger Antrieb und Initiative haben, sich impulsiv oder distanzlos verhalten, sich weniger in andere Menschen einfühlen können oder soziale Regeln missachten.

Zusammengefasst ist die Demenz ein komplexes Gefüge von Symptomen. Jedes einzelne Symptom, und besonders natürlich eine Kombination von mehreren Symptomen, kann die Fähigkeit zur Ausführung von Alltagstätigkeiten einschränken – und diese sind in der modernen Welt immer komplexer. Sie können sich leicht vorstellen, dass besonders große Probleme für Menschen auftreten, die jünger sind, körperlich leistungsfähig, und die aktiv im Leben stehen.

2 Beispiel: Zubereitung einer Mahlzeit

Am Beispiel der Zubereitung einer Mahlzeit soll erläutert werden, was eine Demenz bedeuten kann. Das Beispiel soll Ihnen dabei helfen, klarer zu sehen, worin die Schwierigkeiten der Person bestehen, die Sie versorgen.

Wahrscheinlich sind Sie der Meinung, dass die Zubereitung einer Mahlzeit eine einfache Aufgabe ist. Sie werden sehen, dass das nicht so ist.



Es fängt damit an, dass Sie den Vorsatz fassen müssen, eine Mahlzeit zuzubereiten. Wenn Sie die Initiative nicht ergreifen, wird nichts passieren.



Anschließend müssen Sie entscheiden, was sie kochen wollen. Sie müssen einen Plan entwickeln.



Vielleicht möchten Sie ihre Idee mit ihren Angehörigen besprechen und herausfinden, was sie davon halten. Für diese Verständigung müssen Sie in der Lage sein, sich sprachlich zu äußern Sprache und die Sprache anderer zu verstehen.



Sobald die Entscheidung fest steht, müssen Sie sich darüber klar werden, welche Zutaten Sie brauchen. Vielleicht wissen Sie das auswendig oder Sie sehen in einem Rezept nach. Sie müssen sich auch vergewissern, was Sie im Haus haben und was Sie besorgen müssen. Dazu brauchen Sie Ihr Gedächtnis, und natürlich müssen Sie Ihren Plan im Kopf behalten.



Wenn Sie zum Einkaufen gehen, müssen Sie den Weg zu den Geschäften kennen und wissen, welche Tageszeit gerade ist.



Im Geschäft müssen Sie die gewünschten Gegenstände erkennen, in die Hand nehmen und in Ihren Einkaufskorb legen.



Bei Ihrem Rundgang durch den Laden kann es vorkommen, dass Sie in Versuchung geraten, von den wunderschönen frischen Erdbeeren zu kosten, die ausgestellt sind. Aber Sie werden diesem Impuls widerstehen.



An der Kasse ist es nötig, dass Sie den Preis der Sachen zusammenrechnen, die Sie kaufen möchten, und die entsprechende Summe bereit halten. Auch müssen Sie prüfen, ob das Rückgeld korrekt ist.



Wenn Sie dann zu Hause mit der Zubereitung der Mahlzeit anfangen, müssen Sie Gegenstände wie einen Kochlöffel benützen und Handlungen ausführen wie zum Beispiel das Öffnen einer Dose.

Das Beispiel hat gezeigt, wie kompliziert Alltagstätigkeiten sind und wie viele kognitive Funktionen und andere Fähigkeit zusammen kommen müssen, um eine Aufgabe korrekt auszuführen. Eine Demenz betrifft viele, wenn nicht alle dieser Fähigkeiten und deswegen gibt es zahllose Möglichkeiten für Fehler und Pannen.

3 Ursachen der Demenz und ihre Symptome

Lassen Sie uns nun betrachten, welche Ursachen eine Demenz haben kann, um zu verstehen, warum sie so viele Funktionen des Gehirns gleichzeitig betrifft.

Eine Demenz kann durch viele verschiedene Krankheiten des Gehirns hervorgerufen werden. Bei den meisten davon kommt es nach und nach zu einem Verlust von Nervenzellen zu einer sogenannten "Neurodegeneration". Die Nervenzellen gehen zugrunde weil - vereinfacht gesagt - bestimmte Eiweiße oder Proteine umgewandelt werden, so dass sie ihre üblichen Funktionen verlieren und sozusagen verklumpen und damit lebenswichtige Vorgänge der Nervenzellen blockieren. Eine weitere Gemeinsamkeit dieser Krankheiten ist, dass sie große Teile des Gehirns betreffen, die für komplexe Funktionen wie Gedächtnis, Sprache oder soziale Fähigkeiten verantwortlich sind.

Die häufigsten Neurodegenerationen sind die Alzheimer-Krankheit, Frontotemporale Degenerationen und die Lewy-Körper-Krankheit.

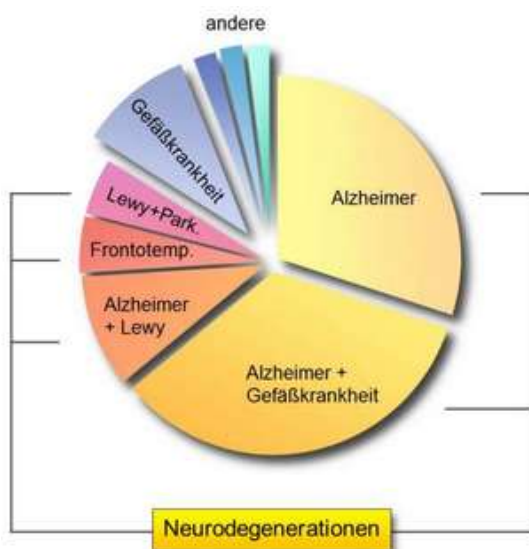


Abb. 1 Ursachen der Demenz (adaptiert aus: Schneider et al., *Neurology* 69: 2197-2204, 2007)

Eine weitere wichtige Ursache der Demenz sind Veränderungen an kleinen Blutgefäßen innerhalb des Gehirns. Eine Verengung oder Verschluss dieser Gefäße schränkt die Blutzufuhr ein, vor allem in den tief liegenden Teilen des Gehirns. Die Folge davon ist ein örtlich begrenzter Untergang von Hirngewebe. Wenn ein ausgedehnter Bereich betroffen ist, nennt man das einen Hirninfarkt. Eine weitere Folge der verminderten Blutzufuhr ist eine ausgedehnte Schädigung von Nervenfasern, die verschiedene Teile des Gehirns miteinander verbinden. Bei älteren Menschen sind Gefäßkrankheiten und Neurodegenerationen oft gleichzeitig vorhanden.

Mehr über die häufigsten demenzverursachenden Krankheiten können Sie im Abschnitt 2 des Programms erfahren.

Die Symptome einer Demenz hängen davon ab, welche Teile des Gehirns betroffen sind. Beispielsweise werden Schwierigkeiten mit dem Gedächtnis, vor allem mit dem Kurzzeitgedächtnis, durch die Schädigung des mittleren Abschnitts einer Hirnregion hervorgerufen, die als Schläfenlappen oder Temporallappen bezeichnet wird. Sprachprobleme werden vor allem durch Krankheiten verursacht, die den vorderen Teil des Temporallappens und den davor liegenden Abschnitt des Stirnhirns betreffen. Störungen des Sprachverständnisses

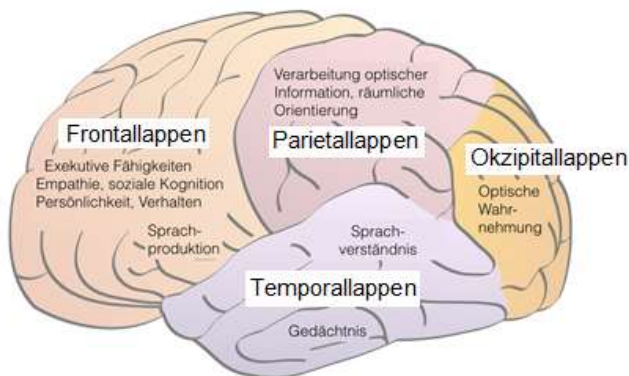


Abb. 2 Regionen des Gehirns

sind mit Veränderungen im rückwärtigen Teil des Temporallappens verbunden. Schwierigkeiten mit dem Erkennen und Umgehen mit Gegenständen, aber auch Probleme mit der räumlichen Orientierung hängen mit einer Schädigung einer Hirnregion zusammen, die als Scheitellappen oder Parietallappen bezeichnet wird. Die Verarbeitung von optischen Sinneseindrücken findet in einem rück-

wärtigen Teil des Gehirns statt, den man Okzipitallappen nennt. Veränderungen von Planen und Organisieren, Motivation, Persönlichkeit, Einfühlungsvermögen, sozialen Verhaltensweisen und Impulskontrolle stehen in Zusammenhang mit Krankheiten, die das Stirnhirn, die sogenannten Frontallappen in Mitleidenschaft ziehen.

Lassen Sie uns nun einen Blick auf die Häufigkeit der Demenz im jüngeren Lebensalter werfen.

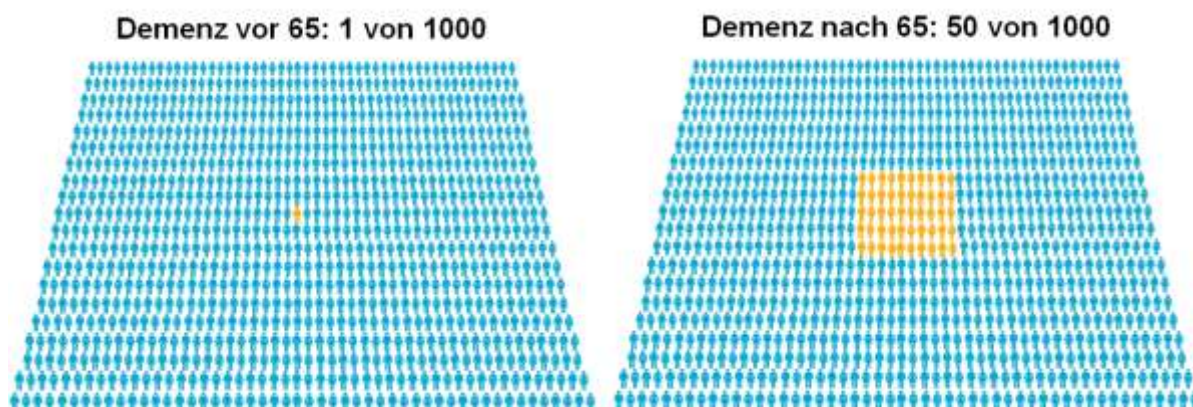


Abb. 3 Häufigkeit von Demenz mit frühem Beginn und mit spätem Beginn

Bei Menschen im Alter zwischen 45 und 65 Jahren kommt eine Demenz nur selten vor. In dieser Altersgruppe ist nur eine von 1.000 Personen betroffen. In der Bevölkerung über 65 Jahre dagegen haben 50 von 1.000 Personen eine Demenz. Das bedeutet, dass die Demenz in dieser Altersgruppe 50 mal häufiger ist als bei jüngeren Menschen.

Die Demenz hat immer dramatische Folgen für die Betroffenen und für ihre Angehörigen, unabhängig vom Alter. Wenn sie aber bei verhältnismäßig jungen Menschen auftritt, hat sie ganz besonders schwer wiegende Auswirkungen in allen Lebensbereichen. Die Betroffenen haben Schwierigkeiten, ihre bisherigen Rollen als Partner, Eltern oder Versorger zu erfüllen. Meist müssen sie ihren Beruf aufgeben, obwohl erhebliche finanzielle Verpflichtungen bestehen. Die Verteilung von Aufgaben und Verantwortungen in der Familie kann völlig auf den Kopf gestellt werden. Häufig betreffen die Veränderungen auch Kinder und Heranwachsende. Unter besonders großen Druck geraten Angehörige, die berufstätig sind oder pflegebedürftige Eltern haben.

4 Zusammenfassung

Die Demenz im jüngeren Lebensalter erfordert eine völlige Neuordnung des Lebens, um trotz der kognitiven und alltagspraktischen Einschränkungen wichtige persönliche Ziele und eine zufrieden stellende Lebensqualität zu erreichen. Das ist keine leichte Aufgabe. Aber Menschen mit Demenz im jüngeren Lebensalter und ihre Angehörigen können Wege finden, mit all den Schwierigkeiten fertig zu werden. Allerdings gibt es keine Lösungen von der Stange, und gegenwärtig stehen nur wenige spezifische Unterstützungsmöglichkeiten zur Verfügung. In vielen Fällen sind aber die Versorgungsstrukturen, die für ältere Menschen mit Demenz entwickelt wurden, auch für jüngere Betroffene hilfreich. Dieses Programm wurde entwickelt, um Ihnen dabei zu helfen, geeignete Lösungen und Kontakte zu finden.