



Fachtagung des Bundesministeriums für Gesundheit in Kooperation mit der
Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz:

**„Mehr Hilfen für Menschen mit Demenz und ihre
Angehörigen“**

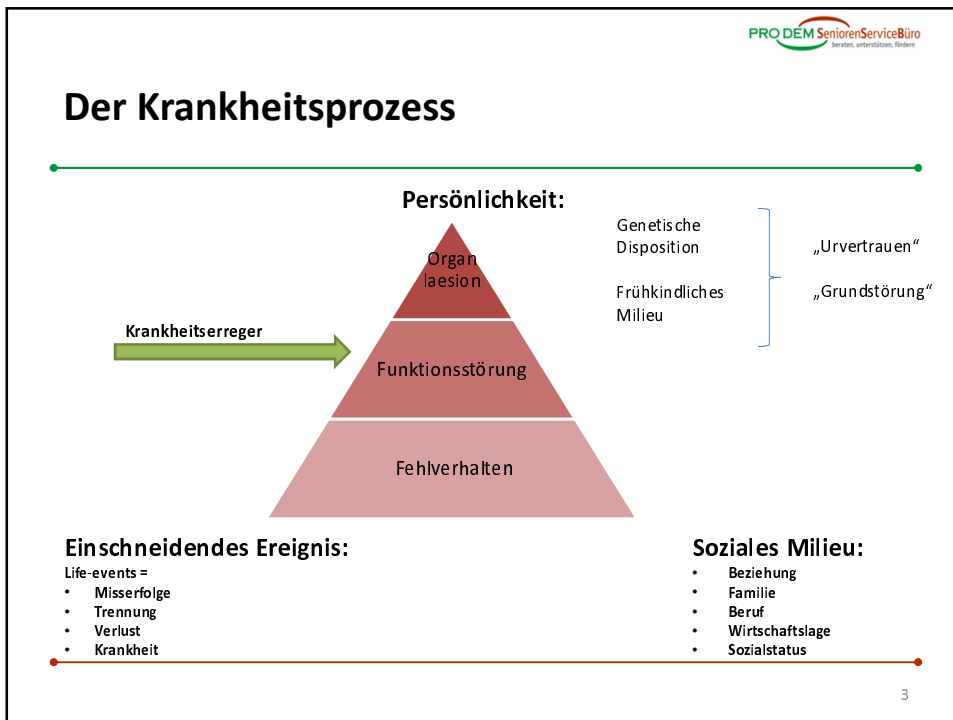
Die Hausarztpraxis – gut vernetzt bei Demenz

Dr. med. Eberhard Hesse
PRO DEM e.V.
Berlin, 15.12.2014



„Die Hausarztpraxis – gut vernetzt bei Demenz“

1. Krankheitsentstehung
 2. Warum ist die Hausarztpraxis wichtig?
 3. Vernetzung in Stuhr und Weyhe
 4. Prophylaxe ist ein Teil der Arbeit
-



PRODEM SeniorenServiceBüro
beraten, unterstützen, fördern

Ein Mensch hat...

20-100 Milliarden Nervenzellen

und jede von ihnen ist mit

10.000 anderen vernetzt – das sind

1000 Billionen Kontakte jederzeit auf

1.000.000 km Leitungsbahnen

... im Organismus.

4

Gene stehen in einem permanenten Dialog mit der Umwelt.

(J. Bauer, 2010)

5

“Im Gehirn unterliegt die Regulation zahlreicher Gene einem permanenten Einfluss von psychologisch relevanten Signalen, die aus der Außenwelt stammen, über die fünf Sinne aufgenommen und an definierte Strukturen des Gehirns weitergeleitet werden. Diese Signale werden durch Nervenzell-Netzwerke der Gehirnrinde und des Limbischen Systems bewertet und in biologische Signale umgewandelt...

Diese Steuerung der Genaktivität nennt man **Epigenetik.**“

(J. Bauer, 2010).

6

Ein bedeutsamer „Umweltfaktor“ sind unsere zwischenmenschlichen Beziehungen.

Was wir erleben wird von unserem Gehirn wahrgenommen und in biologische Signale verwandelt.

(J. Bauer, 2010)

7

“Liebevoller, zärtlicher mütterlicher Zuwendung in der Frühphase unseres Lebens aktiviert das bei der Geburt blockierte **Anti-Stress-Gen**... Es ist davon auszugehen, dass nicht nur frühkindliche, sondern auch spätere Erfahrungen sich epigenetisch auswirken (Meaney, 2005)... Neue heilende Beziehungserfahrungen haben günstigen Einfluss auf das epigenetische Muster unseres Erbgutes.

(zit nach Bauer, 2010)

8

Unser Erleben, Fühlen,
Denken und Handeln
hinterlassen strukturelle
Gedächtnisspuren im Gehirn dadurch,
dass die Synapsen sich verändern.

(M. Spitzer, 2013)

9

Das Gehirn macht aus Psychologie
Biologie.

(J. Bauer, 2010)

10

Das Gehirn ist nicht statisch
sondern eine Dauerbaustelle.

(M. Spitzer, 2013)

11

Der Hippocampus ist für das
Funktionieren des gesamten
Gehirns wesentlich.

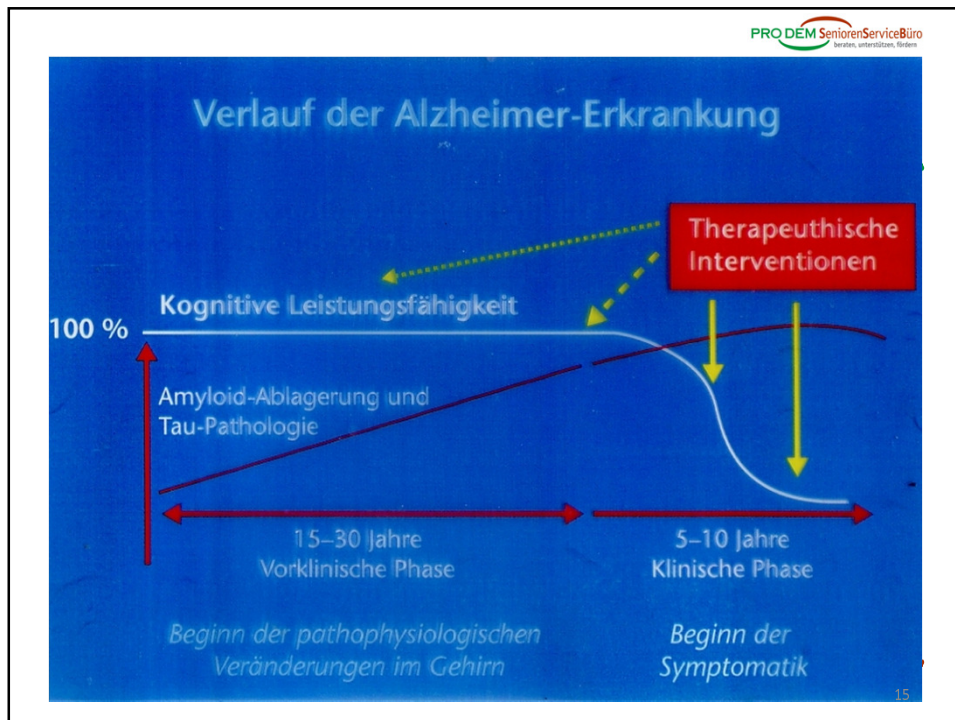
12

Der Hippocampus hat eine Schlüsselfunktion bei der Bildung neuer Gedächtnisinhalte und er ist von der Alzheimerschen Krankheit sehr früh betroffen.

13

In der frühen Pathologie der AD bildet sich in der Hippocampusregion eine zunehmend große Anzahl an Plaques und Neurofibrillen - wohl untergegangene Nervenzellen.

14



PRODEM SeniorenServiceBüro
beraten, unterstützen, fördern

Neuronale Netzwerke funktionieren selbst dann noch völlig unauffällig, wenn bereits **70%** der Nervenzellen ausgefallen sind.

Erst wenn mehr als **90%** der Nervenzellen zerstört sind, funktioniert das Netzwerk nur noch wenig

- Kognitive Reservekapazität

(Spitzer, 2012).

16

Aufgaben des Gesundheitssystems

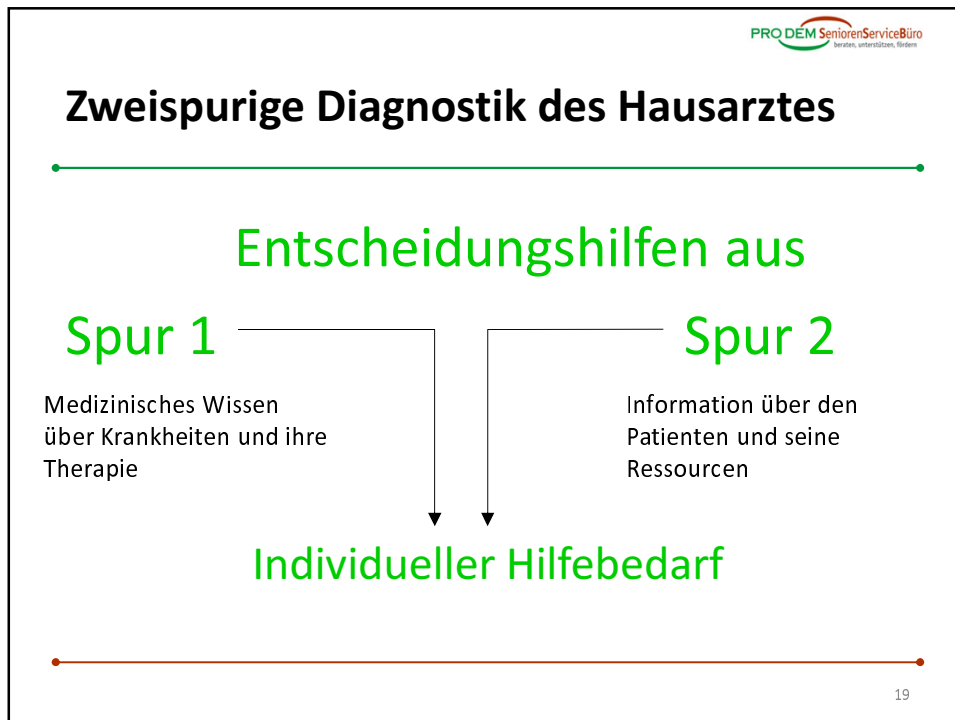
- Krankheiten möglichst im Entstehen verhindern durch richtig verstandene Gesundheitsförderung
 - akute Krankheiten in möglichst frühen Stadien erkennen und behandeln
 - chronisches Kranksein lebbar und
 - unheilbares Kranksein und Sterben menschlich und erträglich zu machen
-

17

Der Hausarzt kennt die Hälfte
seiner Patienten länger als die
Hälfte seiner Niederlassungszeit.

(Sturm et al.)

18



PRODEM SeniorenServiceBüro
beraten, unterstützen, fördern

Die zeitliche, örtliche und personale Orientierung gehört zu unseren geistigen Grundfähigkeiten.

Bei Patienten mit Demenz nimmt sie in genau dieser Reihenfolge ab.

(M. Spitzer, 2013)

20

Stress hängt davon ab, wie wir das Ausmaß unserer Kontrolle über die jeweilige Situation erleben.

21

Stress erhöht nicht nur das Risiko von

- Bluthochdruck
- Herzinfarkt
- Magengeschwüren
- Hormonproblemen
- Drosselung des Immunsystems

sondern führt auch zum **Absterben von Nervenzellen** im Hippocampus!

(Sapolski, 1992)

22

Persönlichkeitsveränderungen im Frühstadium der AD

Abnahme

der Extroversion
der Gewissenhaftigkeit
der Offenheit für neue Erfahrungen
der Verträglichkeit

Zunahme

des Neurotizismus

23

Die Mechanismen der Anpassung und Bewältigung

(Coping)

- Psychischer und sozialer Rückzug
 - Depressive und ängstliche Verarbeitung von Defiziten
 - Wahnhafte Verleugnung und Schaffung psychotischer Ersatzrealitäten
 - Expansive und aversive Verhaltensweisen, die in Aggression münden können
-

24

„Red Flags“ der Früherkennung einer Demenz

1. Gedächtnisstörung
 2. Wortfindungsstörung
 3. Orientierungsstörung
- erfordern in der Hausarztpraxis eine gezielte Handlungsweise wie z.B. das Symptom „Blut im Stuhl“

25

Hausärztliche Aufgaben bei an Demenz erkrankten Patienten

- Früherkennung im Team
- Einbeziehung der pflegenden Angehörigen
- gezielte Diagnostik
- Maßgeschneiderte stadiengerechte Therapie bis zum Ende des Krankheitsprozesses

26

„Die Grundvoraussetzung für eine erfolgreiche Behandlung eines Demenzkranken ist neben einer möglichst frühzeitigen Diagnose ein therapeutisches Gesamtkonzept, welches je nach Schwere der Erkrankung medikamentöse, sozio- und psychotherapeutische Maßnahmen sowie Angehörigenbetreuung einbezieht.

Dieses Konzept sollte - entsprechend dem Erkrankungsstadium - vom Patienten, seinen Angehörigen, den Ärzten sowie den beteiligten Therapeuten, Pflegern und sozialen Diensten gemeinsam verantwortlich und sich ergänzend getragen werden.“

(nach der Deutschen Gesellschaft für Gerontopsychiatrie und –psychotherapie, 2001)

27

Standardisierte Interviews ergaben:

- 70% der pflegenden Angehörigen fühlen sich durch die Pflege „stark“ oder „sehr stark“ belastet
 - Nur 49% erfahren Unterstützung durch Familienangehörige
 - 56% betreuen Tag und Nacht
-

28

Angehörigengruppen - Gruppenprinzip

- Offenes Gespräch
- Spontaneität
- Selbstbeobachtung
- Selbstaktualisierung
- Kathartische Entlastung
- Informationen

- Teamvorteil
 - Milieuvorteil
-

29

Aufgaben der PRO DEM-Koordinatorinnen

1. Arbeit mit Patienten und Angehörigen
 2. Zusammenarbeit mit den Ärzten
 3. Gemeindenahe Vernetzung
-

30

PRO DEM Leistungen zur verbesserten Erfassung der Patienten

- Erstellen der Pflegeanamnese - mit Hausbesuch
 - Feststellung des individuellen Hilfebedarfs - mit Hausbesuchen
 - Abstimmung des Therapieziels mit Betroffenen, Angehörigen und Behandlern
 - Erstellen eines Betreuungskonzeptes - evtl. in Absprache mit dem Haus- und Nervenarzt
-

31

PRO DEM - Fallkonferenz

Teilnehmer

- Hausärzte
 - Nervenärzte
 - fachkundige Arzthelferinnen
 - PRO DEM Koordinatorinnen
 - Pflegedienste
 - Logopäden
 - Physiotherapeuten
 - Tagespflege
 - stationäre Pflege
-

32

PRO DEM - Fallkonferenz

Aufgaben:

- Maßgeschneiderte Diagnose und Therapie
 - Verlaufsbeobachtung
 - Erkennen der Versorgungslücken
 - Gegenseitige Information
 - Fortbildung
 - Qualitätssicherung
-

33

PRO DEM Gesprächsgruppe für Betroffene (Fitten-Gruppe)

Gesprächsinhalte:

- **Veränderung** des Erlebens
 - der Stimmungen
 - der Wahrnehmung eigener Defizite
 - **Ängste vor** Autonomieverlust
 - Abhängigkeit vom Wohlwollen Anderer
 - Zerstörung der Lebenspläne
 - **Einschränkungen** sozialer Kontakte
 - des Bewegungsradius
 - **Einsatz von Gedächtnishilfen**
-

34

Betreuungsgruppen mit ehrenamtlichem Fahrdienst

Zielsetzung

- Begegnung in der eigenen Gruppe, Interaktionsfähigkeit stärken
 - Selbstwertgefühl stärken
 - Geborgenheit fühlen
 - Den Bewegungsstörungen entgegenarbeiten und motorische Unruhe abbauen
 - Den Sinn für Ästhetik nutzen und fördern (Blumen, Kräuter, Musik, Tanz, Malen...)
-

35

GesellschafterInnen in der häuslichen Betreuung

- mindern die zeitliche Belastung der pflegenden Angehörigen
 - entlasten die emotionale Belastung der pflegenden Angehörigen
 - unterstützen durch eigene Ideen
-

36

Das PRO DEM Handlungskonzept: Dementia quality of life instrument

- das Selbstwertgefühl steigern
- positive Emotionen fördern
- negative Emotionen vermeiden
- gefühlte Geborgenheit
- Sinn für Ästhetik nutzen
- Interaktionsfähigkeit erhalten

(BROD 1999)

37

Testergebnisse in MMST-Werten

PRO DEM

Teilnehmer 20,2 nach 13 Monaten: 19,7 = **- 0,5 Punkte**
 (n = 29)

Nicht-Teilnehmer

(n=22) 21,4 18,9 = **- 2,5 Punkte**

38

Ergebnisse nach 5 Jahren

- 21% im Heim
- 23% zu Hause verstorben
- 56% werden zu Hause auch mit Pflegestufe drei versorgt

(n = 403)

39

Ergebnisse 2013

- Angehörigengruppen: 2
- Betreuungsgruppen: 21
- Tagesbetreuung: 5
- Häusliche Betreuung: 108 GesellschafterInnen
- Fahrer: 13

Insgesamt: **36.000 Stunden Betreuung**

95.000 gefahrene Km

- 17 angestellte Mitarbeiter
- ca. 30.000 Kontakte
- ca. 200 demenziell Erkrankte und deren Angehörige

40

Quartierskonzept

- mit deutlicher Unterstützung der politischen Gemeinden
 - 16 von ca. 25 Quartieren sind gebildet
 - 101 Ansprechpartner der Nachbarschaft
 - Frühwarnsystem „über den Gartenzaun“
= verbesserte Früherkennung
-

41

Durch regelmäßige körperliche Aktivität (z.B. Laufen oder Spazieren gehen) entstehen im Gehirn neue Neuronen und neue Vernetzungen.

42

Im Hippocampus - und fast nur da -
werden besonders lernfähige
Nervenzellen und Synapsen neu
gebildet.

(M. Spitzer, 2013)

43

Die neuen Nervenzellen müssen nach
ihrer „Geburt“ richtig herausgefordert
werden, um am Leben zu bleiben.

(M. Spitzer, 2013)

44

Altern ist bedingt durch:

die genetische Disposition zu 30%

durch Umwelteinflüsse und
unser Verhalten zu 70%

„Wer mit sich und der Welt
gewissenhaft umgeht, wer sich im Griff
hat und immer weiß, wo es langgeht,
lebt nicht nur besser - er lebt auch
länger!

(M. Spitzer, 2013)

Kontakt

PRO DEM e.V

Dr. med. Eberhard Hesse

Bremer Str. 7

28816 Stuhr

Tel.: 0421 – 898 33 44

info@prodem-stuhr-weyhe.de

www.prodem-stuhr-weyhe.de
