



Alzheimer Gesellschaft  
Baden-Württemberg e.V.

## Wie verläuft die Alzheimer Demenz?

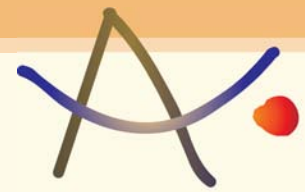
Landläufig wird die Alzheimer Demenz in drei Krankheitsphasen eingeteilt – gemeint sind hier nur die so genannten manifesten Stadien, also die Zeit nach der Diagnose bzw. wenn eindeutige Krankheitssymptome vorliegen. Statistisch gesehen dauert die Alzheimer Krankheit ca. 8-10 Jahre – das ist aber nur ein rechnerischer Mittelwert: Ein alter Mensch, der mit 80 Jahren eine Alzheimer Diagnose bekommt und mit 85 Jahren stirbt, hat eben nur fünf Jahre Alzheimer. Ein körperlich gesunder jüngerer Alzheimer Kranker mit siebzig Jahren kann dagegen durchaus auch fünfzehn oder mehr Jahre mit seiner Krankheit leben müssen.

**Die erste Phase** ist von auffälliger und zunehmender Vergesslichkeit gekennzeichnet. Fragen werden immer wieder gestellt, Dinge werden nicht gefunden, Kleinigkeiten im Alltag werden nicht mehr bewältigt. Die Betroffenen versuchen meist das zu verstecken und zu bemänteln, häufig sind auch Schuldzuweisungen an andere Familienmitglieder. Mehr oder weniger „heimliche“ Notizzettel werden geschrieben, die als deutliche Warnhinweise für das Umfeld gelten müssen. Die Kranken nehmen ihre eigenen Defizite sehr wohl wahr und sind meistens irritiert und besorgt.

Häufig werden die Probleme aber verdrängt und nach außen hin verleugnet, weil sie große Angst machen. Insofern leidet auch der demente Mensch selbst oft sehr unter seiner Krankheit, wenngleich er es selten nach außen hin zugibt. Hier gilt es, den Betroffenen Mut zu machen und ihnen zu sagen, dass nur ein aktiver, offener und möglichst positiver Umgang mit der Erkrankung Sinn macht: Alzheimer ist keine Schande, sondern eine Krankheit wie viele andere Krankheiten auch! Vieles kann und muss gerade in der ersten Phase geklärt und geregelt werden – solange es vom geistigen Zustand her eben noch geht!

Viele Menschen mit einer Alzheimer Erkrankung zeigen auch deutliche Persönlichkeitsveränderungen. Je nach Typus werden aggressive oder depressive Verhaltensweisen beobachtet, Wahnvorstellungen können hinzukommen. Auch Rückzugstendenzen sind ein Warnsignal. Die Kranken spüren ihre Defizite und isolieren sich immer mehr. Das eigene Zuhause ist der einzig relativ sichere und vertraute Ort, an dem am wenigsten „schief gehen“ kann.

Leider reagiert der Freundes- und Bekanntenkreis meist auch mit Rückzug. Man versteht die Verhaltensweisen des Kranken nicht mehr und sieht auch seine Not nicht. Zudem herrscht große Hilflosigkeit, wie man denn nun „richtig“ mit dem Betroffenen umgehen soll. In der Folge vereinsamen viele demente Menschen mitsamt ihren pflegenden Angehörigen – eine zusätzliche Belastung für die betroffenen Familien, die eigentlich ein Höchstmaß an Zuspruch und Unterstützung bräuchten!



**Alzheimer Gesellschaft**  
Baden-Württemberg e.V.

Besonders schwierig ist die erste Krankheitsphase deshalb, weil viele Störungen und Auffälligkeiten erst in der Rückschau der Krankheit zugeordnet werden können. Bis dahin gibt es zunehmende Irritationen und Konflikte, die zu Zerreißproben auch für langjährig stabile Beziehungen werden können. Vieles wird als vermeintlich böser Wille oder Schikane des kranken Partners bzw. Familienmitglieds interpretiert, auf die die Angehörigen über lange Strecken hinweg unwillig und verurteilend reagieren.

Erst die Diagnose bzw. das Erkennen der Erkrankung führt oft wieder zu einer Entspannung und Annäherung. Allerdings ist es auch jetzt noch ein weiter Weg bis zu einem verständnisvollen, demenzgerechten Umgang mit dem Betroffenen, der seine pflegenden Angehörigen vor ständig neue Probleme und Herausforderungen stellt.

**Die zweite Phase** verstärkt alle Symptome. Die Bewältigung des Alltags wird deutlich schwieriger und ist ohne Hilfe von außen kaum mehr zu leisten. Für einen gesunden Menschen einfache Handlungen wie sich anziehen, einkaufen, essen usw. werden zu unlösbaren Problemen. Es herrscht eine starke Vergesslichkeit vor, die Orientierungsstörungen nehmen in allen Bereichen zu. Auch die Sprache wird in Mitleidenschaft gezogen – Gegenstände werden nicht mehr richtig erkannt und benannt, das sprachliche Ausdrucksvermögen schränkt sich immer mehr ein. Die Persönlichkeit zeigt oft deutliche Veränderungen. Der Betroffene verhält sich für den uninformierten Beobachter sehr verwirrt und oft ungeheuer schwierig. In der Krankheitslogik ist das auffällige Verhalten aber durchaus oft nachvollziehbar. So zum Beispiel, wenn der demente Mensch versucht, sich die Haare mit einer Gabel zu kämmen. Hier wird immerhin noch das Prinzip der Zinken, wie beim Kamm, richtig erkannt.

Typisch für die zweite Phase ist eine große körperliche Unruhe bzw. gesteigerte Motorik. Viele Menschen mit Demenz haben ein enorm großes Laufbedürfnis, das man, soweit irgend möglich, auch erfüllen sollte. Dabei ist zu bedenken, dass die enorme körperliche Anstrengung einen entsprechend hohen Bedarf an gehaltvoller Nahrung bedingt. Das ist in der Praxis aber oft nur schwer zu gewährleisten. Viele demente Menschen sind stark unterernährt, zumal sie auch das Essen einfach vergessen.

Der demente Mensch lebt immer mehr in seiner Vergangenheit und in seiner eigenen Welt, zu der die Anderen wenig Zugang haben. Meist erlebt der Betroffene sich selbst als relativ jungen Menschen und ordnet dementsprechend auch sein Umfeld ein. So kann er durchaus die eigenen Kinder als Eltern oder den Ehepartner als Großelternanteil oder völlig Fremden erleben – schließlich kann ja die alte Frau, die da um mich ist, wohl kaum meine Partnerin sein, wenn ich mich als 25-Jähriger fühle... Diese Verschiebungen in der Wahrnehmung der Realität erleben die jeweils pflegenden Angehörigen oft als sehr schmerzhaft und kränkend.



**Alzheimer Gesellschaft**  
Baden-Württemberg e.V.

**Die dritte Phase** bedeutet den endgültigen geistigen Abbauprozess, nun auch begleitet von zunehmenden körperlichen Symptomen. Die Sturzgefahr nimmt zu, die schon in der zweiten Phase aufgetretenen Inkontinenzprobleme werden zur Regel, die Sprache verkümmert immer mehr. Eine Verständigung über Worte ist kaum mehr möglich. Allerdings bleibt die Gefühlswelt bis zuletzt erhalten – das heißt, der demente Mensch empfindet intensiv Gefühle und nimmt sie auch bei anderen Menschen wahr. Entsprechend reagiert er auch auf Wertschätzung, Anerkennung und Zuneigung – ebenso wie auf Ablehnung und Aggression.

In dieser letzten Phase ist der Alzheimer Kranke rundum auf Pflege und Versorgung von außen angewiesen. Er ist, auf sich alleine gestellt, vollkommen hilflos. So zum Beispiel wird auch Nahrung nicht mehr als solche erkannt, und selbst der Schluckreflex kann im Endstadium gänzlich ausbleiben.

Viele demente Menschen sind organisch erstaunlich robust, selbst wenn sie bereits hoch verwirrt sind. Sofern sie nicht altersbedingt bzw. an anderen Krankheiten sterben, bricht gegen Ende aber meist das Immunsystem zusammen – 80 % aller Alzheimer Patienten sterben an den Folgen einer Lungenentzündung.

*Sylvia Kern, Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg*