

Nur eine Verzögerung der Verschlechterung ist möglich

„Alles um eine Memoryklinik“ hiess der Titel des diesjährigen Arztvortrags, organisiert vom Samariterverein Birmensdorf. Der Referent Martin Ott, Co-Leiter der Memory-Klinik Entlisberg in Zürich, deckte alles über die Krankheit des Vergessens, die Demenz, auf.

An einem Röntgenbild machte er schon zu Beginn die Unterschiede zum gesunden Gehirn klar: kranke Neuronen, amyloide Plaques. Mehr als 8% der über 65-Jährigen zeigten Symptome der Demenz: Das seien 120'000 Personen in der Schweiz, aber viele noch nicht diagnostiziert. Ott sagte, 2030 werde die Zahl auf 200'000, 2050 auf 300'000 steigen. Wenn man weiterhin mit 28'000 Neuerkrankungen pro Jahr rechne. Dabei leben 50 bis 60% der Patienten zu Hause, gestützt von Angehörigen.

Der normale Verlauf des Alterns gehe mit einer zunehmenden geistigen Einschränkung einher, einer Abnahme der geistigen Leistungsfähigkeit. Diese Hirnleistungsschwäche, Verlangsamung im Denken und Handeln, schnelle Erschöpfung und schlechtere Funktion der Sinnesorgane, wird Demenz genannt. Das hat negative Auswirkungen im Alltag, sei es in der Sprache, im Handeln und Erkennen der ausführenden Funktionen. Allgemein berge das zunehmende Lebensalter das Risiko für die Demenzerkrankung, sagt der Arzt. Und man könne sagen, je grösser die Gedächtnisleistung im Leben war, desto grösser sei später die Kompensationsfähigkeit und die Zeit zur Demenzschwelle.

Alle Nervenzellen gehen irgendwann zugrunde. Otts Tipp für die Prävention: mediterrane Kost und Bewegung, geistige und körperliche Aktivität, soziale Beziehungen pflegen. „Das Hirn ist nicht überbeanspruchbar“, sagt Ott. Plötzlich klagen Patienten über Vergesslichkeit (das Langzeitgedächtnis ist in Ordnung), oder die Umgebung stellt eine Gedächtnisstörung fest (Wortschatz wird immer kleiner, Hilfe beim Ankleiden ist nötig, Stuhlinkontinenz, nicht mehr fähig, im Alltag zu bestehen. Schwierigkeiten beim Kochen oder Einzahlungen machen, Unsicherheiten bei Entscheidungen fallen auf ). Das führt oft zu sozialem Rückzug oder Aggression wegen Überforderung. Dann gehen Betroffene zum Hausarzt, der sie in die Memoryklinik überweist. Dort werden verschiedene Tests durchgeführt, zum Beispiel der Mini-Mental-Status-Test oder der Uhrentest, eine neuropsychologische Abklärung, und eine Bildgebung des Gehirns wird erstellt (MRI). In der Memoryklinik findet die Standortbestimmung statt, Beratung wird erteilt und Tipps werden gegeben, Fachpersonen stellen sich vor. Auch entlastet die Memoryklinik Betreuende, indem sie sich vorübergehend um demente Patienten kümmert. Dort beginnt für den Patienten ein Hirnleistungstraining, aber auch psychosoziale Betreuung. Aber eine Heilung ist nicht zu erwarten, ein Stopp unmöglich, nur eine Verzögerung der Verschlechterung. Neue Medikamente, die die Plaque auflösen sollen, sind laut Co-Leiter der Memoryklinik Martin Ott erst in der Studienphase.

Heinz Stocker

Bildlegende: Im Laufe des Lebens nimmt die geistige Leistungsfähigkeit immer mehr ab, sagt Martin Ott von der Memory-Klinik.