

Verdacht auf Demenz: Abklärung und Diagnose

Information für Angehörige
und Betroffene

Die Erkenntnis, dass sich die eigene geistige Leistungsfähigkeit oder die eines Angehörigen in den letzten Monaten oder Jahren deutlich verschlechtert hat, ist zumeist ein längerer, mit vielen Befürchtungen und Ängsten verbundener Prozess. Viele Menschen, vielleicht gehören auch Sie dazu, zögern deshalb eine Untersuchung viel zu lange hinaus. Denn für die von Ihnen festgestellten Veränderungen kann es verschiedene Ursachen geben; vielleicht sind sie weniger schwerwiegend, als Sie befürchten, vielleicht sind sie auch Begleitsymptome einer leicht behandelbaren körperlichen oder psychischen Krankheit.

Das kann jedoch nur ihr Arzt bzw. Ihre Ärztin durch eine gründliche Untersuchung feststellen. Aber auch dann, wenn Sie oder ihr Angehöriger tatsächlich von einer Demenz betroffen sein sollten, ist es ganz wichtig, frühzeitig etwas zu unternehmen. Eine klare Diagnose zu einem frühen Zeitpunkt der Erkrankung hilft nicht nur Ihnen, sich rechtzeitig auf die mit der Krankheit verbundenen Veränderungen einzustellen, sondern auch den behandelnden Ärzten, eine optimal angepasste Therapie einzuleiten.

Was ist eine Demenz?

Der Begriff „Demenz“ bezeichnet keine Krankheit im engeren Sinn, sondern einen hirnganisch bedingten pathologischen Abbauprozess, der zu einer zunehmenden Beeinträchtigung geistiger Fähigkeiten und Fertigkeiten führt.

Heute sind bis zu 100 verschiedene Krankheitsbilder bekannt, die eine Demenz verursachen können und von denen einige gut behandelbar sind. Am häufigsten kommen jedoch sogenannte neurodegenerative Formen wie die Alzheimer-Krankheit vor, bei denen es zu einer fortschreitenden, irreparablen Zerstörung von Nervenzellen kommt.

Auch wenn das Risiko, an einer Demenz zu erkranken, im höheren Alter deutlich steigt, handelt es sich keineswegs um eine normale Begleiterscheinung des Älterwerdens, die jeden Menschen mehr oder weniger betrifft, sondern um eine Erkrankung, die typischerweise im Alter auftritt.

Demenz ist mehr als nur „Vergesslichkeit“!

Neben einer Beeinträchtigung der Merkfähigkeit und des Gedächtnisses müssen weitere Funktionsbereiche des Gehirns betroffen sein, wie z. B.:

- das Denkvermögen
- die Urteilsfähigkeit
- die Sprache
- die Orientierung
- die praktische Handlungsfähigkeit

Außerdem müssen die Symptome so schwerwiegend sein, dass sie zu einer deutlichen Beeinträchtigung der Alltagsbewältigung führen.

Was sind erste Warnzeichen?

Auch wenn sich die Symptome je nach Art der zugrundeliegenden Krankheit sowie individuell deutlich unterscheiden können, gibt es charakteristische Veränderungen im Erleben und Verhalten, bei denen Sie hellhörig werden sollten:

- **Probleme mit dem Gedächtnis:** Die meisten Menschen vergessen ab und zu Namen oder Termine; das ist völlig normal. Auffällig ist es dagegen, wenn solche Erinnerungslücken immer häufiger vorkommen und auch vertraute Namen oder Telefonnummern sowie kurz zurückliegende Ereignisse betreffen, wenn im Gegensatz zu früher ständig Dinge „verlegt“ oder Personen nicht wiedererkannt werden.
- **Probleme bei Routineaufgaben:** Betroffene haben zunehmend Schwierigkeiten bei der Planung und Durchführung komplexerer Handlungen und Aktivitäten im privaten oder beruflichen Bereich, z. B. der Erledigung von Bankgeschäften.
- **Probleme mit der Sprache:** Betroffenen fällt es immer schwerer, längeren Gesprächen zu folgen und den „roten Faden“ nicht zu verlieren. Sie suchen häufiger nach den richtigen Begriffen und verwenden zunehmend verfehlte oder unpassende Bezeichnungen, Umschreibungen und Füllwörter (z. B. das „Dingsda“).
- **Sozialer Rückzug:** Betroffene ziehen sich immer mehr von ihrem Freundes- und Bekanntenkreis zurück und nehmen weniger an gemeinsamen Aktivitäten teil, die ihnen vorher Freude bereitet haben.

- **Probleme bei der Orientierung:** Im Gegensatz zu früher zeigen sich häufiger Schwierigkeiten beim Zurechtfinden in einer fremden, später auch in der gewohnten Umgebung. Fragen nach dem aktuellen Datum (Wochentag, Monat, Jahr) oder der Uhrzeit führen vermehrt zu unsicheren oder falschen Antworten.
- **Veränderungen der Persönlichkeit und Stimmung:** Betroffene wirken antriebslos und unruhig, zeigen weniger Eigeninitiative, vernachlässigen ihre Hobbies oder treffen ungewöhnliche Entscheidungen. Die Stimmung ist häufig depressiv getönt, es kann zu starken Stimmungsschwankungen kommen.

Stellen Sie bei sich oder Ihrem Angehörigen mehrere dieser Warnzeichen fest, sollten Sie nicht zögern, mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt darüber zu sprechen. Sie können sich mit ihren Fragen auch jederzeit an die Servicestelle Demenz wenden und bei Bedarf einen Termin für ein persönliches Beratungsgespräch vereinbaren.

Wie wird eine Demenz diagnostiziert?

Die Abklärung einer Demenz in einem frühen Krankheitsstadium ist in der Regel ein mehrstufiger Prozess, bei dem unterschiedliche Untersuchungsmethoden eingesetzt werden, um eine sichere Diagnose stellen zu können. Folgende Fragen müssen dabei beantwortet werden:

- Hat sich die kognitive Leistungsfähigkeit im Gegensatz zu früher tatsächlich verschlechtert?
- Um welche Demenzform handelt es sich? (z. B. Alzheimer-Demenz, vaskuläre Demenz, Lewy-Body-Demenz)

- Sind die Symptome so gravierend, dass ein begründeter Verdacht auf eine Demenzerkrankung besteht, oder handelt es sich z. B. um eine leichte kognitive Störung, bei der nur die Merkfähigkeit beeinträchtigt ist?
- Werden die Symptome möglicherweise durch eine andere Krankheit verursacht, wie z. B. eine Depression, Stoffwechselerkrankung, Infektion, den Missbrauch von Alkohol oder Nebenwirkungen von Medikamenten?
- Wie weit ist die Erkrankung bereits fortgeschritten? Welche medikamentösen und nicht-medikamentösen Therapien sind in diesem Krankheitsstadium am besten geeignet, den weiteren Verlauf positiv zu beeinflussen
- **Bildgebende Verfahren:** Darunter versteht man Techniken wie die Computertomographie (CT) oder Magnetresonanztomographie (MRT), die die anatomische Struktur des Gehirns im Querschnitt abbilden und Veränderungen, die charakteristisch für eine Demenz sind, sichtbar machen können. In Einzelfällen, z. B. bei Verdacht auf eine seltene Demenzform, werden auch aufwändigere, sogenannte funktional bildgebende Verfahren eingesetzt, die Stoffwechselprozesse im Gehirn bildlich darstellen und wichtige zusätzliche Informationen liefern können (PET, SPECT).
- **Neuropsychologische Verfahren:** Neuropsychologische Tests spielen eine zentrale Rolle bei der Abklärung eines Demenzverdachts, der Bestimmung des Demenz Schweregrades, der Differentialdiagnostik sowie der Therapieplanung. Mit den eingesetzten Testverfahren werden gezielt verschiedene kognitive Funktionen wie Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Sprache, Orientierung oder die Bewältigung komplexer Situationen überprüft.

Ihr Hausarzt bzw. Ihre Hausärztin kann in der Regel durch einfache Untersuchungen klären, ob die Symptome krankheitswertig sind oder nicht. Dazu gehört ein ausführliches Gespräch mit dem Betroffenen und Angehörigen bzw. nahestehenden Personen, die mit der Situation gut vertraut sind. Ihr Arzt bzw. Ihre Ärztin wird dann verschiedene körperliche Untersuchungen, eine Blutanalyse und wahrscheinlich auch einen kurzen Test zur Überprüfung des Gedächtnisses durchführen.

Bei einem auffälligen oder unklaren Befund sollte immer eine genauere Abklärung durch zusätzliche Untersuchungen bei den entsprechenden Fachärzten oder in einer spezialisierten Gedächtnisambulanz erfolgen. Hier arbeiten Fachleute aus verschiedenen Disziplinen eng zusammen, z. B. Psychiater, Neurologen, Psychologen und Geriater. Zu den wichtigsten Untersuchungsverfahren gehören:

Wenn die Ergebnisse aller Untersuchungen vorliegen, kann eine Demenz sicher diagnostiziert werden. Die Demenzform dagegen lässt sich heute zwar mit hoher Wahrscheinlichkeit, aber nicht mit absoluter Sicherheit bestimmen; das ist nur durch eine Autopsie möglich.

Warum ist eine frühe Diagnose so wichtig?

Ein wichtiges Ziel der Frühdiagnostik ist der Ausschluss anderer, ursächlich behandelbarer Erkrankungen: Demenztypische Symptome wie Gedächtnisstörungen, Schwierigkeiten bei der Alltagsbewältigung, Orientierungsprobleme oder Stimmungsveränderungen können auch als Begleitsymptome verschiedener psychiatrischer, neurologischer oder internistischer Krankheiten auftreten.

Wird dagegen eine Demenz diagnostiziert, lassen sich die Symptome mit den zur Verfügung stehenden medikamentösen und nichtmedikamentösen Therapien umso wirksamer behandeln, je eher damit begonnen wird: Ein frühzeitiger Behandlungsbeginn sowie eine konsequente Therapie können nachweislich den Krankheitsverlauf verzögern, und verbessern zumeist deutlich die Lebensqualität.

Wird eine Demenz bereits im Anfangsstadium als solche erkannt, hat die betroffene Person ausreichend Zeit, sich über ihre Erkrankung zu informieren und mit der Diagnose auseinanderzusetzen, solange sie dazu noch kognitiv in der Lage ist.

Sie kann gemeinsam mit ihren Angehörigen nach einem für alle Beteiligten gangbaren Weg suchen, der ihnen hilft, mit den vorhandenen und zukünftigen Einschränkungen so gut wie möglich zurechtzukommen; und es ist für sie jetzt auch noch möglich, selbstständig die notwendigen Entscheidungen für die Zeit treffen, in der sie zunehmend abhängiger von der Unterstützung und Betreuung anderer Menschen werden wird.

Mag.a Isabel Flamme
Klinische und Gesundheitspsychologin