

## Krankheitserleben im Frühstadium einer Demenz

Elisabeth Stechl  
Dr. phil. Dipl.-Psych.

Kontakt:  
Dr. phil. Dipl.-Psych. Elisabeth Stechl  
Evangelisches Geriatriezentrum Berlin  
Reinickendorfer Str. 61  
13347 Berlin  
E-mail: elisabeth.stechl@charite.de

0

## Demenz – Frühes Stadium I

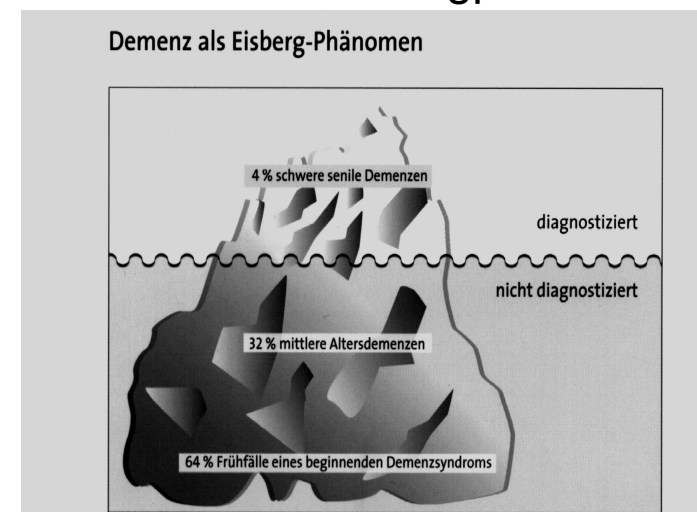
- **Gedächtnis:**  
*Das Gedächtnis lässt nach. Vor allem neue Informationen können nur schwer behalten werden.*
- **Aufmerksamkeit:**  
*Mehrere Sachen können nicht mehr gleichzeitig erledigt werden.*
- **Sprache:**  
*Begriffe werden nicht mehr gefunden und Satzformulierungen können schwer fallen. Betroffene beteiligen sich dann weniger an Unterhaltungen.*
- **Denkvermögen:**  
*Komplexere Zusammenhänge werden nicht so schnell erfasst, Schlussfolgern und Urteilsfähigkeit lassen nach.<sup>1</sup>*

## Demenz im Frühstadium II

- **Zeitliche und räumliche Orientierung:**  
*Termine einhalten wird ohne Notizen und Kalender sehr schwierig. In einer neuen Umgebung kann es für den Betroffenen schwer sein, sich zurechtzufinden.*
- **Aktivitäten:**  
*Komplizierte Aktivitäten im Haushalt oder in der Freizeit werden aufgegeben oder durch einfachere ersetzt. Sozialer Rückzug.*
- **Gefühle:**  
*Die nachlassende geistige Leistungsfähigkeit führt zu Missgeschicken im Alltag, die Defizitkonfrontation kann zu negativen Gefühlen wie Niedergeschlagenheit, Resignation oder Gereiztheit führen.*

2

## Demenz als Eisbergphänomen (Quelle:



3

## Wahrnehmung der Gedächtnisstörungen und Alltagsbezug

- *Ja, das ich was vergesse, dass merk ich ja selbst, nicht? Den früher hat sie zu mir gesagt: „Geh mal schnell zu Kaisers und hol mal des“ und so. Da braucht ich keinen Zettel und jetzt .. muss ich mir alles aufschreiben. (Herr EB, 76 Jahre)*
- *Ich habe es .. da bemerkt, als ich zurückdachte .. an ganz frühe Zeiten .. sind mir Dinge leicht eingefallen. .. Aber was jetzt gestern war .. vor einer Stunde war. (Frau CB, 77 Jahre)*
- *Wenn ich irgendwas suchen muss. Und ich finde das nich. Und ich weiß, ich hab's. Dann werd ich ganz kribbelig. (Frau HB, 84 Jahre)*

4

## Vorstellungen über die Ursachen von Gedächtnisstörungen

- Gedächtnisstörungen werden oft auf das Alter zurückgeführt – also als normal eingeschätzt
- ABER: Altersbedingte geistige Einschränkungen wirken sich nie auf die Selbstständigkeit im Alltag aus
- Jüngere Menschen mit Demenz führen als Ursache für ihre Defizite z. B. Stress am Arbeitsplatz, Alkohol oder die Wechseljahre an

5

## Die Betroffenen kommen zu Wort

- *Ach Gott .. also andere Leute haben das auch. Des ist eben doch ... eine Alterserscheinung (Frau DB, 79 Jahre, MMSE: 26)*
- *... das sind die Wechseljahre. Hab ich nu öfters mal gehört, dass irgend'ne Frau da bei ausgerastet is, und danach war's wieder gut. (Frau KB, 54 Jahre, MMSE: 26)*
- *Ich finde des entsetzlich. .. Also für mich die Alzheimer .. Ist die schlimmste Erkrankung. (Frau AB, 74 Jahre; MMSE: 18)*
- *Ja, ... er nimmt an, dass ... es nicht unbedingt die Alzheimer-erkrankung ist ... aber eben eine Demenzerkrankung. (Herr EB, 78 Jahre, MMSE: 24)*

## Nicht wahr haben wollen!!!

- Menschen mit Demenz haben die gleichen Vorstellungen über Alter, Gedächtnisstörungen und Demenz wie gesunde Menschen. Das ist eine Barriere für die Früherkennung und fördert die Angst ausgegrenzt oder als „verrückt abgestempelt“ zu werden.
- Erklärungsversuche wie Alter, Alkohol oder Stress haben eines gemeinsam: Sie wirken emotional entlastend und lassen sich z. T. auch kontrollieren.
- Die vermeintlich fehlende Krankheitseinsicht im Frühstadium stellt einen Selbstschutz dar. Die Diagnose Demenz wird verdrängt.

7

## Was macht Betroffenen Angst und wie gehen sie damit und?

- Angst vor Konfrontation mit Fehlern und Unvermögen  
Reaktion: Verleugnen, bagatellisieren, sich zurückziehen
- Angst den Lebensstil und die Selbständigkeit aufgeben zu müssen  
Reaktion: Vertuschen von Fehlern, Hilfe verweigern

8

## Was macht Betroffenen Angst und wie gehen sie damit um?

- Angst davor nur noch als „Dementer“ und Patient mit all seinen Defizite wahrgenommen und behandelt zu werden  
Reaktion: Positive Selbstdarstellung, Aufbau einer Fassade
- Angst davor die Kontrolle über ihr Leben zu verlieren – nicht mehr ernst genommen oder „entmündigt“ zu werden  
Reaktion: vehementer Widerstand, Hilfe verweigern

9

## Die Betroffenen kommen zu Wort

- *Ich weiß, dass ich mich verrückt mache. Dass ich Angst habe, dass ich was vergesse. Weil ich's mir eigentlich auch nicht leisten kann. Rein beruflich. (Frau LB, 54 Jahre)*
- *Nee, es gab ein lustiges Ding. Wenn ich Zeit habe, les' ich sehr gerne. Dann kam der Oberarzt rein und ich hatte 'n Buch in der Hand und da sagt er zu mir: „Sie lesen? Wozu? Sie vergessen's doch sowieso.“ (lachend) Da dacht ich, das is heftig. (Frau LB, 54 Jahre)*
- *Ja, ... Selbstvertrauen hat gelitten. Immer wenn sie jemand treffen .. sie verpassen den. Und ich hab dir doch dies gesagt und ich hab dir doch das gesagt .. und so. (Frau AB, 74 Jahre)*
- *Ja, was ich als ganz furchtbar auch am Anfang empfand, das is dieser Kontrollverlust. (Frau KB, 54 Jahre)*

10

## Krankheitsbewältigung

- Verteidigung der Autonomie und Erhalt des psychischen Wohlbefindens (Selbstschutz) sind Grundbedürfnisse – auch von Menschen mit einer Demenz.
- Anpassung an die demenzbedingten Defizite und Veränderungen ist ein fortwährender Prozess
- Demenz stellt Selbstbewusstsein und psychisches Wohlbefinden ständig vor neue Herausforderungen
- Krankheitsbewältigung wird von Gefühlen wie Angst, Scham, Frustration, Resignation, Hilflosigkeit, Wut und Trauer begleitet

11

## Tiefe Einblicke

**Die hauptsächlichsten Probleme sind ebendieses Vergessen. Heute ist das Sieb so löchrig geworden, dass wenn es einmal weg ist, .. denn is es wirklich weg. Das mussten wir auch erst begreifen lernen. (Frau KB, 54 Jahre)**

**Aber ich finde es entsetzlich. Also ich würde sagen, .. für mich ist die Alzheimer die schlimmste Erkrankung. Obwohl ja Krebs bestimmt schlimmer ist. Wissen sie, da verliert man echt die Lust zum Leben. (Frau AB, 74 Jahre)**

## Eine Krankheit – zwei Sichtweisen

Angehörige:

*Is ja Alzheimer is ja genau det gleiche. Und dass die ... Menschen leben mit ihre Welt und noch jesund sind, da ham nur die Angehörigen. Die werden krank. Die werde dadurch krank. Wat 'n anderer Mensch, der Krebs hat, der dit hat, da leiden die Menschen selbst. Aber er leidet nicht. (Lebensgefährtin von Herrn EB)*

Betroffener:

- *Im Gegenteil sie nimmt jetzt schon immer viel weg. Da sag ich: „Menschenskinder .. warum schickst du mich denn nun nicht einholen. Warum gehst du?“ ... „Ja, dann bringst du wieder wat falsch“. Das ist natürlich kein Aufbauprogramm für mich. (Herr EB, 76 Jahre)*
- *Wenn ich dann immer die selben Fragen stelle. Oder erzähle wieder das Gleiche ... des ist für sie ja auch stark belastend. (Herr EB, 76 Jahre)*

13

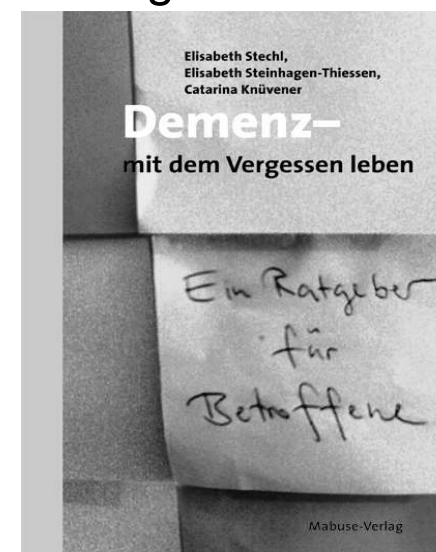
## Wie können Außenstehende helfen?

- Verständnis für die Krankheit aufbringen
- Recht auf Krankheitsverleugnung einräumen
- Konfrontation mit Fehlern vermeiden
- Recht auf Fehler einräumen bei gleichzeitiger notwendiger Fehlervermeidung
- Kompetenzgefühl vermitteln

**Eine Demenzerkrankung belastet alle Beteiligten – sie lässt sich auch nur gemeinsam (Betroffene, Angehörige und Professionelle) bewältigen**

14

## Neuerscheinung Dezember 2007



15