

# Alzheimer : Behandlungsmöglichkeiten

Viele der im Zusammenhang mit der Demenz vom Alzheimer-Typ auftretenden Beschwerden können mit den derzeit zur Verfügung stehenden medizinischen Mitteln erleichtert werden, eine grundsätzliche Heilung ist jedoch noch nicht möglich. Durchblutungsfördernde und den Gehirnstoffwechsel anregende Mittel können zumindest eine Besserung bewirken. Um den Demenz-Kranken wirkungsvoll unterstützen zu können und dadurch den geistigen Abbau etwas hinauszuzögern, sollte die Diagnose möglichst früh gestellt werden.

Bei der Behandlung der die Alzheimer-Krankheit begleitenden Störungen, wie Unruhe- oder Erregungszustände, Depressionen, Schlafstörungen oder Inkontinenz (Verlust der Blasen- und Darmentleerungskontrolle) sind Medikamente von entscheidender Bedeutung.

Eine psychotherapeutische Betreuung ist von großer Wichtigkeit. Eine Stärkung der noch vorhandenen Fähigkeiten sowie geistige Anregung vermitteln dem Dementen Erfolgserlebnisse und verringern so die Gefahr sozialer Isolation. Besonders wichtig ist es, im Anfangsstadium der Erkrankung eine Atmosphäre der Zuwendung und Verständnisbereitschaft zu schaffen, damit der Alzheimer-Kranke über seine Ängste und Gefühle sprechen kann. Dies ermöglicht zu einem späteren Zeitpunkt – wenn eine sprachliche Verständigung nicht mehr möglich ist – dann auch Kommunikation und Zuwendung über die Körpersprache.

Ein Realitäts-Orientierungs-Training – das ist ein Gedächtnis unterstützendes Verfahren – kann dem Alzheimer-Kranken helfen, sich in seiner Umgebung besser zurecht zu finden. Auch Informationen über die Erkrankung sowie Beratung und Stützung, aber auch psychotherapeutische Begleitung der

pflegenden Angehörigen sind wichtige Hilfsangebote.

Eine Behandlungsmethode, die desorientierten Menschen dazu verhelfen kann, Spannungen abzubauen, stellt die Validation dar. Die Validation geht davon aus, dass der demente Mensch ernst zu nehmen und zu akzeptieren ist, ganz egal, wie er sich zeigt. Großes Einfühlungsvermögen des Betreuers, Eingehen und Reagieren auf Gefühle des Dementen, anstatt Fehler zu korrigieren, stehen im Mittelpunkt. Die nachfolgenden Beispiele sollen diese Methode verständlicher machen:

- Eine demente Frau vermeint im eigenen Spiegelbild ihre Schwester zu erkennen. Der Betreuer geht nun so vor, die Frau nicht auf ihren Irrtum aufmerksam zu machen, sondern reagiert, indem er die Frage stellt: „Freut es Sie, dass Ihre Schwester da ist und Sie nicht allein sind?“
- Oder eine Frau spricht mit einer Puppe, die sie immer bei sich hat, als sei diese ihre bereits im Kindesalter verstorbene Tochter. Auch hier wird nicht korrigiert, indem man die Frau mit dem Tod ihres Kindes konfrontiert, sondern der Betreuer lässt die Demente von deren Tochter erzählen.

Die Validationsmethode stellt nicht die Wirklichkeit in den Mittelpunkt, sondern die Erlebniswelt des Kranken und es wird versucht, auf die auftretenden Gefühle einzugehen.

Physiotherapie beeinflusst zwar nicht die Veränderungen im Gehirn, verbessert jedoch die Beweglichkeit sowie ein eventuell gestörtes Zusammenspiel der Bewegungen und wirkt sich dadurch auch günstig auf das Wohlbefinden des Kranken aus. Zusätzliche Anregungen zu Aktivitäten helfen, die selbständige Lebensgestaltung so lange wie möglich zu erhalten und tragen dazu bei, Komplikationen, die bei länger dauernder körperlicher

Inaktivität auftreten können, wie Kreislaufschwäche, Embolien (Verlegung eines Blutgefäßes durch ein in die Blutbahn verschlepptes Gebilde), Muskelschwund oder Knochenentkalkung (Osteoporose), weitgehend zu vermeiden.

Kaum eine andere Erkrankung zeichnet sich durch so unterschiedliche Erscheinungsformen aus, wie die Alzheimer-Demenz. Neben allgemein gültigen Hinweisen für den Umgang mit Alzheimer-Kranken wird es daher erforderlich sein, auf die jeweils individuelle Situation speziell einzugehen. Von großer Wichtigkeit sind Zuwendung, Verständnis, Akzeptanz und ein liebevoller Umgang mit dem Erkrankten, denn das „Gefühlsleben bleibt erhalten“.

Die Kranken nehmen die ihnen entgegengebrachten Gefühle bis zum Ende wahr. Alles was Angst macht und negative Gefühle auslöst, sollte vermieden werden. Verlangen Sie dem Kranken keine Leistung ab, die er nicht erbringen kann, nehmen Sie ihm aber auch nichts ab, was er noch selbst zu tun vermag. Für manche Handlungen benötigt er oft nur „Starthilfe“. Der Kranke weiß z. B. mit einer Zahnbürste nichts mehr anzufangen. Zielführend ist zur Unterstützung, seine, die Zahnbürste haltende Hand, zum Mund zu führen und ihm so zu zeigen, dass die Zahnbürste zur Reinigung der Zähne benutzt wird. Dies wird dazu beitragen, dass der Kranke sich oft noch sorgfältig selbst die Zähne putzen kann.

Ähnlich verhält es sich auch bei anderen Tätigkeiten, wie beim Essen oder beim Trinken – hier könnte eventuell Zutreten ein Startsignal sein –, bei der Körperpflege, beim An- und Ausziehen und bei vielen anderen Routinetätigkeiten. Man könnte dies mit einem „Filmriss“ im Kino vergleichen: Wird der Film geklebt, dann läuft das gewohnte Programm problemlos weiter.

Nehmen Sie den Alzheimer- Kranken ernst und behandeln Sie ihn wie einen Erwachsenen. Vermeiden Sie Bevormundung, denn dadurch fühlt der Kranke sich in die Enge getrieben und reagiert mit Wutanfällen oder kapselt sich ab. Der Alzheimer-Kranke hat nur begrenzte Möglichkeiten, Reize, das sind Einflüsse, die über die Sinnesorgane auf den Organismus einwirken, zu verarbeiten. Es ist daher ratsam, alle beteiligten Sinne auf nur ein Objekt zu lenken. Symptome verstärken sich, wenn zu viel auf den Kranken eingeredet wird und großes Durcheinander herrscht. Dem Kranken ist es dann nicht mehr möglich, darauf zu reagieren, da er die Situation nicht mehr überschauen kann. Er versteht nicht, was gemeint ist und kann daher die Erwartung nicht erfüllen. Es ist unbedingt erforderlich, ruhige, einfache und klare Anweisungen zu geben. So sollte vermieden werden, mehrere Dinge gleichzeitig vom Alzheimer-Kranken zu verlangen. Greifen Sie noch vorhandene Fähigkeiten auf, unterstützen und fördern Sie diese, um so lange wie möglich die Selbständigkeit zu erhalten. Gehen Sie dem Alzheimer-Kranken taktvoll zur Hand. Wenn er zum Beispiel seine Brille nur mehr in einer bestimmten Tasche seiner Kleidung sucht, dann sorgen Sie dafür, dass die Brille immer in dieser Tasche ist. Für den Alzheimer- Kranken bedeutet das, dass alles in Ordnung und er der „alte“ ist.

Verhelfen Sie dem Alzheimer-Kranken zu Erfolgserlebnissen. Geben Sie ihm das Gefühl, wertvolle Mithilfe zu leisten. Beziehen Sie ihn nach Möglichkeit ins tägliche Leben mit ein, übertragen Sie ihm Tätigkeiten im Haushalt, die er noch bewältigen kann.

Anregungen zu Aktivitäten ergeben sich oft aus der Lebensgeschichte des Kranken. Welchen Beruf übte er aus, welchen Vorlieben und Hobbys ist er nachgegangen? Es gibt eine Vielfalt an Möglichkeiten: So hat der eine Alzheimer-Kranke

noch Freude am Klavierspielen, ein anderer erfreut sich am Schreibmaschineschreiben. Auch Tischtennis, Sticken, Stricken, Kuchenteig kneten, Betreuung von Tieren oder einfache handwerkliche Tätigkeiten verschiedenster Form eignen sich, um den Tagesablauf zu gestalten. Gesellschaftsspiele, sofern diese vom Kranken auch in früheren gesunden Zeiten gespielt wurden, machen oft noch viel Freude. Lieblingslieder, Melodien sowie Blumen u.a.m. können angenehme Gefühle auslösen.

Wenn auch die Erinnerung an ein Ereignis in der Vergangenheit verloren gegangen ist, so bleibt doch oft das damit verbundene Gefühl bestehen. Manche Kranke können ganze Liedertexte singen, auch dann, wenn sie nicht mehr sprechen können. Sicherheit ist für Alzheimer-Kranke ein zentrales Problem, denn Gedächtnisverlust, Orientierungs- und Wahrnehmungsstörungen führen zu Existenzängsten und zum Verlust von Geborgenheit. Am sichersten fühlt sich der Alzheimer-Kranke in seiner gewohnten Umgebung zu Hause mit einem überschaubaren und einfachen, möglichst immer gleichen Tagesablauf. Ein Umgebungswechsel bedeutet weiteren Verlust an Orientierung und Zeitgefühl. Auch kleine Veränderungen, wie das Verstellen von Möbeln oder minimale Abweichungen vom gewohnten Tagesablauf können eine verstärkte Desorientierung zur Folge haben.

Eine schwache Nachtbeleuchtung hilft dem Demenz-Kranken, sich bei vorzeitigem Erwachen zurecht zu finden. In der Dunkelheit gehen die räumlichen Orientierungspunkte verloren; der Kranke kann sich nicht daran erinnern, wie das Schlafzimmer ausgesehen hat und reagiert darauf mit Angst. Türen offen zu lassen und in Rufkontakt zu bleiben, verringern Ängste und vermitteln mehr Sicherheit. Mit Fortschreiten der Erkrankung tritt der komplette Verlust der Sprache ein. Dem Kranken ist es dann nicht mehr möglich sich sprachlich auszudrücken. Enorme Entlastung bringt unter

anderem, wenn Sie in Worte fassen, was der Kranke versucht durch die Körpersprache auszudrücken, z. B. „Ich glaube, das gefällt dir nicht“. Versteht der Kranke auch den Inhalt von Gesprochenem nicht mehr, so merkt er doch am Tonfall, wie etwas oder was gemeint ist, z. B. Ungeduld oder Ärger in der Stimme der Pflegeperson. Alzheimer-Kranke sind sehr feinfühlig und daher häufig beschämt oder verletzt. Nonverbale Kommunikation (Verständigung ohne Sprechen) ist für das Wohlbefinden des Alzheimer-Kranken sehr wichtig. Sie erfordert viel Einfühlungsvermögen und Geduld sowie Einfallsreichtum der pflegenden Person. Gestik, Mimik und Tonfall werden vom Alzheimer-Kranken intensiv wahrgenommen und interpretiert. Mit der Abnahme der sprachlichen Ausdrucksfähigkeit geht eine Zunahme der Sensibilität für die Echtheit von ungesprochenen Botschaften einher. Körperkontakt oder die Hand zu halten sollten daher mit echter Aufmerksamkeit und Zuwendung verbunden sein und nicht nur der Erleichterung von Pflegehandlungen dienen. Augen- und Körperkontakt vermitteln Sicherheit, Wohlbefinden und Geborgenheit. Alzheimer-Kranke sind einerseits durch Beeinträchtigungen in ihrer Bewegungsfähigkeit und andererseits durch ihr eingeschränktes Urteilsvermögen extrem unfallgefährdet. Es wird daher erforderlich sein, den Lebensraum an diese Situation anzupassen. Hinterlegen Sie Wohnungsschlüssel bei Freunden, Nachbarn oder Verwandten, da der Kranke sich einschließen könnte, ohne in der Lage zu sein, selbst aufzusperren. Sorgen Sie für ausreichende Beleuchtung. Entfernen Sie gefährliche Hindernisse und befestigen Sie Teppiche auf jeden Fall mit Doppelklebebandern. Damit verhindern Sie ein Hängenbleiben an umgeschlagenen Ecken oder Kanten und vermeiden auch das Wegrutschen mit dem Teppich. Rutschfeste Auflagen auf Stiegen, in der Dusche und Badewanne sowie die Montage von Haltestangen in Bad und WC bewähren sich und tragen maßgeblich zur Vermeidung von Stürzen bei. Auch ungesicherte Fenster und Balkontüren können eine Gefahr darstellen. Schließen Sie gefährliche Produkte, wie Haushaltsreiniger, Blumendünger aber auch Medikamente weg. Durch das

beeinträchtigte Urteilsvermögen sowie den gestörten Geruchs- und Geschmackssinn kann es vorkommen, dass der Kranke diese gesundheitsschädlichen Substanzen einnimmt.

Fernsehsendungen können auf den Alzheimer-Kranken belastend wirken. Oft kann der Kranke auch zwischen Film und Wirklichkeit nicht mehr unterscheiden und wird auf bedrohliche Filmszenen oder Katastrophenberichte mit Angst reagieren. Geeigneter wären z. B. Familien- oder Musiksendungen, aber auch Videoaufzeichnungen mit Lieblingsfilmen sowie Filme über Familienfeste oder Urlaube.

Informieren Sie auch Besucher darüber, dass zeitweise auftretendes „eigenartiges“ oder „unhöfliches“ Benehmen des Alzheimer-Kranken nicht ein gewolltes böses Verhalten oder ein vor den Kopf stoßen bedeutet, sondern eine Folge der Erkrankung des Gehirns ist. Ersuchen Sie diese, auch mit dem Kranken nicht über aktuelle Ereignisse, sondern über gemeinsame Erlebnisse aus der weiter zurückliegenden Vergangenheit zu sprechen. Im mittleren und späten Stadium kann zunehmende Bewegungsunruhe dazu führen, dass der Kranke von zu Hause „ausreißt“. Dies stellt eine sehr belastende Situation für die Betreuenden dar und wird nur durch eine dauernde Kontrolle und Versperren der Haustür sowie Verstecken des Schlüssels wirksam verhindert. Möglicherweise könnte das Verdecken der Haustüre, unter anderem durch einen Vorhang oder Wandschirm oder auch das „Umpolen“ der Türschnalle – die Tür öffnet sich nicht beim Niederdrücken sondern beim Hochdrücken der Schnalle – Abhilfe schaffen. Eine Karte mit Namen, Adresse und Telefonnummer sollte der Kranke bei sich tragen. Alzheimer-Kranke können – wie erwähnt – im Verlauf der Erkrankung die Kontrolle über Harn und Stuhl verlieren. Der unkontrollierte Abgang von Harn und Stuhl (Inkontinenz) kann verschiedenste körperliche und seelische Ursachen haben. Ob eine Medikamentennebenwirkung, Infektion oder eine andere behandelbare Ursache vorliegt, sollte vom Arzt abgeklärt werden.

Es kann aber auch sein, dass der Kranke den Weg zur Toilette nicht mehr findet. Inkontinenz könnte aber genauso ein Protest

gegen die Lebenssituation sein oder dazu dienen, Zuwendung und Aufmerksamkeit zu erhalten. Bei sehr fortgeschrittener Demenz wird es kaum mehr möglich sein, ein Training zur Kontrolle der Harn- und Stuhlentleerung durchzuführen. Hier bleibt dann nur mehr die Versorgung mit Windeln und Windelhosen als Lösungsmöglichkeit.

Bedenken Sie, dass Handlungs- und Denkprozesse beim Alzheimer-Kranken langsamer und schleppender verlaufen. Versuchen Sie sich seinem Tempo anzupassen. Dies ist sicher sehr schwierig und auch nervenaufreibend.

Scheuen Sie sich nicht, fachliche Hilfe, aber auch Hilfe jeglicher Art in Anspruch zu nehmen. Es wird notwendig sein, dass Sie Ihren ganzen Erfindungsreichtum einsetzen, denn auch der beste Fachmann wird nicht für jedes Problem eine Lösung anbieten können.

Sollten Sie, geschätzte Leser, weitere Hilfe und Information benötigen, rufen Sie unter Tel. 0316/822130 an. Wir können Ihnen Kontaktadressen bzw. Infos über weiterführende Literatur zu Demenzerkrankungen geben.

LAbg. Gregor Hammerl  
Aufsichtsratsvorsitzender des Hilfswerk Steiermark  
LGF des Steirischen Seniorenbundes  
8010 Graz, Karmeliterplatz 6  
Fax 0316/822130-5  
E-Mail: [seniorenbund@stvp.at](mailto:seniorenbund@stvp.at)  
[www.seniorenbund.stvp.at](http://www.seniorenbund.stvp.at)