

Welt-Alzheimer-Tag

Alzheimer - Demenz

Die Demenz zählt zu den häufigsten Gesundheitsproblemen im höheren Lebensalter. Als „Demenz“ bezeichnet man in der Medizin einen andauernden oder fortschreitenden Zustand, bei dem die Fähigkeiten des Gedächtnisses, des Denkens und/ oder anderer Leistungsbereiche des Gehirns beeinträchtigt sind. Oft kommt es auch zu Veränderungen des zwischenmenschlichen Verhaltens und des Antriebs. Damit unterscheidet sich die medizinische Verwendung des Begriffs deutlich von der Übersetzung des Ausdrucks aus dem Lateinischen („Fehlen des Verstands“).

Der Begriff „Demenz“ beschreibt ein bestimmtes Muster von Symptomen („Syndrom“). Er steht selbst nicht für eine bestimmte Krankheit.

Demenzkrankungen können viele Ursachen haben, wobei die Alzheimer-Krankheit (benannt nach dem Psychiater Alois Alzheimer) die häufigste ist: rund 60 Prozent aller Demenzen werden durch sie hervorgerufen. Sie führt dazu, dass in bestimmten Bereichen des Gehirns allmählich Nervenzellen und Nervenzellkontakte zugrunde gehen.

In Deutschland sind etwa 1,6 Millionen Menschen von einer Demenzerkrankung betroffen (Stand: 2020). Die meisten sind 85 Jahre und älter.

Die Häufigkeit von Demenzerkrankungen nimmt mit dem Lebensalter zu: sind in der Altersgruppe von 70 bis 74 Jahre noch unter 4 Prozent betroffen, so sind es bei den 80 bis 84-jährigen bereits mehr als 12 Prozent, bei den über 90-jährigen mit knapp 41 Prozent sogar rund zwei Fünftel. In Einzelfällen können aber auch unter 65-jährige an einer Demenz erkranken (im Alter von 45 bis 65 Jahren etwa 0,1 Prozent).

Da die Anzahl der alten Menschen in den nächsten Jahren weiter wachsen wird, ist davon auszugehen, dass die Zahl der Demenzerkrankten bis zum Jahr 2050 auf 2,4 bis 2,8 Millionen steigen wird, sofern kein Durchbruch in der Therapie gelingt.

Vaskuläre Demenz

Die vaskuläre Demenz kann **aufgrund von Durchblutungsstörungen** entstehen. Hier kann es zu plötzlichen Verschlechterungen der Hirnleistung und zur schlaganfallartigen Symptomatik kommen.

Primäre Demenzformen

Die primären Formen **treten am häufigsten auf und machen 90 Prozent aller Demenzfälle** bei über 65-Jährigen aus. Es liegen neurogenerative oder vaskuläre Veränderungen vor. Spezialisten unterscheiden, ob die **Nervenzellen des Gehirns „degenerieren“**, also ohne äußerlich erkennbare Ursache untergehen – wie bei der Alzheimer-Krankheit oder ob sie z.B. **wegen Durchblutungsstörungen schwere Schäden** erlitten haben (eine solche Form wird als **vaskulärer** Demenztyp bezeichnet). Mit zunehmendem Alter treten häufig **Mischformen** der vaskulären und neuodegenerativen Demenzen auf.

Sekundäre Demenzen

Sekundäre Demenzen werden durch **nicht-hirnorganische Grunderkrankungen** hervorgerufen. Bei erfolgreicher Behandlung der Grunderkrankungen können sich die Gedächtnisstörungen zurückbilden. Ursachen für eine sekundäre Demenz können z.B. *Stoffwechselstörungen, Schilddrüsenerkrankungen oder ein Mangel an Vitamin B12, Alkoholismus oder andere chronische Vergiftungen und Infektionskrankheiten wie Hirnhautentzündungen, AIDS oder die Creutzfeldt-Jakob-Krankheit sein oder Folge einer anderen organischen Erkrankung wie einer Hirnverletzung, einem Hirngeschwulst oder einer Herz-Kreislauf-Krankheit.* **Wenn die Grunderkrankung wirksam behandelt wird, Giftstoffe das Gehirn nicht mehr belasten oder Verletzungen geheilt sind, normalisiert sich meist die geistige Leistungsfähigkeit.**

Vorbeugung:

Bislang gibt es leider keinen Schutz davor, an Alzheimer zu erkranken. Es gibt aber einige Faktoren, die das Risiko zu erkranken verringern können.

Dazu gehören:

- geistige, körperliche und soziale Aktivität,
- ausgewogene Ernährung mit viel Obst und Gemüse, reich an Vitamin C, E und Beta-Karotin,
- fett- und cholesterinarme Ernährung, möglichst ungesättigte Fettsäuren und
- die Behandlung von Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen und Diabetes Mellitus.

Informationen unter: <https://www.deutsche-alzheimer.de/>

www.welt-alzheimertag.de