



Nachberichterstattung Krankenhaus-Kooperationsveranstaltung Bündnis Neurokognitive Störungen StädteRegion Aachen 25.04.2024

„Mit Herz, Verstand und nicht alleine“

Sechste Krankenhaus-Kooperationsveranstaltung des Bündnisses Neurokognitive Störungen nahm vor allem die pflegenden Angehörigen in den Fokus

In Deutschland sind rund zwei Millionen Menschen an Demenz erkrankt. In der Städteregion Aachen sind es 30.000. „30.000 Menschen – das entspricht der Einwohnerzahl von Baesweiler“, ordnete Helmut Etschenberg, ehemaliger Städteregionsrat, diese Zahl bei der sechsten Krankenhaus-Kooperationsveranstaltung des Bündnisses Neurokognitive Störungen in seiner Eröffnungsrede beeindruckend ein. In diesem Jahr trafen sich Experten und Expertinnen aus Medizin und Pflege, Betroffene und ihre An- und Zugehörigen im Ökumenischen Gemeindezentrum in Stolberg. 30.000 Erkrankte sind umgeben von Ehepartnern, Kindern und Enkeln, Verwandten und Freunden. Diese An- und Zugehörigen erleben die demenziell bedingte Veränderung bei ihrem Gegenüber manchmal tagtäglich. Sie müssen damit umgehen, dass der Partner nicht mehr allein zuhause bleiben kann, dass man sich ständig darum sorgt, dass der angelassene Herd einen Wohnungsbrand verursacht, dass sich der Erkrankte verfolgt und bedroht fühlt – manchmal von der eignen Person. 84 Prozent der Menschen mit Pflegebedarf werden zuhause versorgt (Stand 2021). Die Menschen, die dies leisten – die pflegenden An- und Zugehörigen – standen im Mittelpunkt der Krankenhaus-Kooperationsveranstaltung mit dem Titel „Mit Herz, Verstand und nicht alleine“.

„Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen.“ Das Zitat des griechischen Philosophen Aristoteles stellte Alfred Wilbertz, Neuropsychologe und Vorstandsmitglied in der Alzheimer Gesellschaft StädteRegion Aachen e.V., an den Beginn seines Impulsvortrags zum Thema Resilienz. „Die einen zerbrechen schier an den Herausforderungen, andere sind wahre Stehaufmännchen. Wie können wir zum Stehaufmännchen wer-den?“, fragte er. Bewegung hilft, gesunde Ernährung und soziale Kontakte, „aber vor allem verstehen sich resiliente Menschen als aktive Gestalter ihres Lebens, sie erinnern sich in schwierigen Situationen an erfolgreiche Bewältigungsstrategien und sie sind aufmerksam für eigene Bedürfnisse und Grenzen“, erläuterte er weiter. Wilbertz machte auch deutlich: „Resilient wird man nicht geboren. Es ist erlernbar.“



Marisa Gabler und Arndt Brandl, Neuropsychologen in der Neuropsychologischen Praxis Dr. Vohn in Würselen, verglichen resiliente Menschen mit einem alten, aber gesunden Baum: „Er ist tief verwurzelt, was ihn Stürme gut überstehen lässt. Es bricht mal ein Ast ab, aber seine Verletzungen heilen. Und er kann seine Wuchsform anpassen, um schweren Wettern in der Zukunft besser zu trotzen“, erläuterte Gabler.

Was für die Resilienz von pflegenden Angehörigen eher kontraproduktiv wirkt, ist Einsamkeit. Deshalb wurde auch das bei der Krankenhaus-Kooperationsveranstaltung des Bündnisses Neurokognitive Störungen zum Thema gemacht. „Einsamkeit ist ein schmerzhaftes Gefühl. Sie unterscheidet sich vom Alleinsein. Sie kann auch auftreten, wenn andere Menschen da sind“, erklärte Dr. Kling. „Und sie macht krank.“ Auslöser im Alter könne der Verlust von Hör- und Sehvermögen sein, eingeschränkte Mobilität, der Verlust von Bezugspersonen durch Tod oder Wegzug, ein Schamgefühl wegen Inkontinenz oder nachlassender Merkfähigkeit und nicht zuletzt Armut. „In der Städteregion gibt es für Senioren und Seniorinnen ein breites Hilfsangebot“, setzte Dr. Thea Laurentius, Oberärztin an der Klinik für Altersmedizin am Uniklinikum, dem eine Liste mit Anlaufstellen von der Alzheimer Gesellschaft bis zum SeniorInnen-Telefonen entgegen.

Für die Stärkung der eigenen Resilienz hilft auch die Erkenntnis, dass man nicht alle Herausforderungen im Leben allein meistern muss. Eine möglichst frühe Diagnose ist eine gute Möglichkeit, sich gemeinsam auf die Erkrankung einzustellen und sich einen Unterstützerkreis aufzubauen. Wie Demenz in seinen verschiedenen Formen diagnostiziert wird, erläuterte Dr. Alexa Häger, Fachärztin für Neurologie, und Dr. Ana Sofia Costa, Neuropsychologin von der Klinik für Neurologie im Universitätsklinikum Aachen. Dort ist auch die Gedächtnisambulanz verortet. Besonders dem Aufspüren bestimmter Biomarker für Demenz durch neuartige Blutuntersuchungen maßen die beiden Medizinerinnen große Hoffnung bei. „Acht Jahre vor sichtbaren Veränderungen im Gehirn lassen sich Veränderungen im Blut ermitteln“, erklärte Dr. Häger. „Das braucht noch Entwicklung, aber die Forschung ist vielversprechend.“

Denn zwar bleibe die Krankheit unheilbar, aber 40 Prozent der Risikofaktoren, die ihren Verlauf bestimmen, seien sehr wohl beeinflussbar. Dazu gehörten der Schutz vor traumatischen Hirnverletzungen, aber auch Verhinderung von Übergewicht, Bluthochdruck, Hörverlust, aktivem oder passivem Rauchen. Ausreichend Schlaf, wenig Alkohol, gesunde Ernährung, soziale Aktivität und Bildung – vor allem vor dem 45. Lebensjahr – wirken sich positiv aus. Um der Krankheit noch weiter auf die Spur zu kommen, baut die Gedächtnisambulanz ein nationales Demenzregister auf. „Dafür suchen wir noch Studienteilnehmer“, warb Dr. Costa.

Ein wichtiges Thema des Nachmittags war auch Delir – ein plötzlicher Verwirrheitszustand, den Dr. Ingrid Kling, Oberärztin im Alexianer Zentrum für seelische Gesundheit, mit Goethes Ballade vom Erlkönig verglich: „Wie auch der Sohn in dem Gedicht kann man am Delir sterben. Es ist ein ernstzunehmendes Syndrom. Die Mortalität von 30 Prozent ist hoch“, machte sie in einer Interviewrunde, geleitet von Claudia Liepertz, Netzwerkkoordinatorin der Alzheimer Gesellschaft, deutlich, dass der Zustand nicht verharmlost werden sollte und nicht selten vorkommt: „Zehn bis 15 Prozent der Menschen ab 65 Jahren in der Notaufnahme haben ein Delir – ausgelöst zum Beispiel durch Demenz, aber auch durch einen Schlaganfall, durch Parkinson, zu wenig Flüssigkeit, Medikamente, Vitaminmangel und vielem mehr.“



„Delir gehört damit zum klinischen Alltag“, bestätigte Dr. Farahnaz Haddadi, Chefärztin für Akutgeriatrie am Rhein-Maas-Klinikum in Würselen. Auch sie betonte die Wichtigkeit von schnellem Eingreifen bei dieser akuten und plötzlichen Gedächtnisstörung, die anders als bei Demenz nicht über Monate und Jahre zunimmt, sondern sich über Stunden entwickelt. „Wenn Sie Veränderungen sehen, greifen Sie schnell ein. Umso besser ist das Delir behandelbar.“ Und noch mehr könnten die Angehörigen tun: „Packen Sie eine Notfalltasche mit wichtigen Informationen: Welche Medikamente nimmt der Patient? Welche Befunde gibt es? Legen Sie auch alte Arztbriefe dazu“, riet Dr. Haddadi. „Die wirken auf die Kollegen, wenn sie den Aussagen der Angehörigen weniger vertrauen.“

Wie wichtig die Mithilfe von Angehörigen bei einer stationären Behandlung eines an Demenz erkrankten Menschen ist, betonte auch Demenzexpertin Claudia Hausmann von der Familialen Pflege des Bethlehem Gesundheitszentrums Stolberg: „Deshalb haben wir ein eigenes Schulungskonzept für unsere Pflegekräfte entwickelt, damit Angehörige ernst genommen werden. Sie sind Experten im Umgang mit dem Erkrankten.“ Das gelte vor allem auch im Erkennen von existenziellen Bedürfnissen wie Hunger, Durst, Harndrang oder Angst. „Manchmal können wir ein Delir auch nichtmedikamentös behandeln, wenn wir hier für Linderung sorgen“, sagte sie im Interview.

Ganz praktisch wurde es dann noch bei der Verkostung hochkalorischer Nahrungsmitteln, die Angehörigen den Stress nehmen, dass der Erkrankte nicht genug Nahrung zu sich nimmt. Auch Catherine Backes, Diätetik-Fachkraft am Bethlehem Gesundheitszentrum Stolberg, hatte einige Tipps vom ästhetischen Anrichten pürierter Nahrung bis zur Einrichtung von Esseninseln in der Wohnung parat. Die 110 Besucher und Besucherinnen der Tagung konnten sich außerdem an Ständen der Alzheimer Gesellschaft, der Familialen Pflege des Sankt Antonius Hospitals in Eschweiler, des Marienhospitals Aachen und des Bethlehem Gesundheitszentrum Stolberg sowie des Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz und des Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe informieren. Die Bücher-stube am Rathaus Stolberg hatte viele Sachbücher und Romane zum Thema auf einem stets umlagerten Bücher-tisch aufgebaut.

Bei Elisabeth Seeger, Leiterin der Ergotherapie und Logopädie am Luisenhospital in Aachen, konnten die Besucher und Besucherinnen das Training „go4cognition“ testen – ein kombiniertes Gruppentraining körperlicher und gedanklicher Beweglichkeit, das die Abteilung für Menschen mit leichten kognitiven Störungen anbietet. „Man sollte sich frühzeitig mit der Krankheit befassen. Hilfe ist möglich“, hatte Etschenberg schon zu Beginn nicht zu viel versprochen.

Text und Fotos: Rauke Xenia Bornefeld, Alzheimer Gesellschaft StädteRegion Aachen e.V.

