

LOKALES

Gegen das Vergessen

Pfaffenhofen – Im Rahmen der Bayerischen Demenzwoche wird es auch in Pfaffenhofen eine Reihe von Veranstaltungen zu der Erkrankung geben, die Betroffene und Angehörige gleichermaßen fordert. Ab diesem Dienstag erfährt man in Vorträgen und Veranstaltungen, welche Möglichkeiten es gibt, mit Demenz und ihren Folgen umzugehen.

Seite 18

Das eigene Bewusstsein und die Betroffenen stärken

Arbeitsgruppe „Demenzfreundliche Stadt Pfaffenhofen“ : Viele Veranstaltungen zur Aktionswoche

Pfaffenhofen – Im Rahmen der Bayerischen Demenzwoche werden verschiedene Unterstützungsangebote vorgestellt. Durch vielfältige Veranstaltungen soll das Bewusstsein für Demenz gestärkt werden. Neben den bereits angekündigten landkreisweiten Veranstaltungen der Alzheimer Gesellschaft gibt es auch zahlreiche Angebote in der Stadt Pfaffenhofen, teilt die Stadtverwaltung in einer Pressemitteilung mit.

Aktive Mitglieder der Arbeitsgruppe „Demenzfreundliche Stadt Pfaffenhofen“ sind die Alzheimer Gesellschaft Landkreis Pfaffenhofen/Ilm, die Caritas Fachstelle für pflegende Angehörige und das städtische Seniorenbüro.

■ Am Dienstag, 23. September, um 14.30 Uhr findet eine **musikalische Zeitreise für Menschen mit Demenz**, ihre Angehörigen und alle Interessierten

im Hofbergsaal statt. Er klingt das Lied, laufen die Erinnerungen wie in einem Film ab. Der Musiker Rainer Berg begibt sich mit den Gästen auf eine musikalische Zeitreise in die 1950er Jahre. Für Menschen mit Demenz ist Musik oft ein Türöffner zu Erinnerungen und Emotionen. Für die Bewirtung mit Kaffee und Kuchen sorgt das Café Hofberg. Um Anmeldung wird gebeten.

■ Ebenfalls am Dienstag, 23. September, findet der Vortrag **„Essen und Trinken bei Demenz: Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“** im Caritaszentrum am Ambergerweg 3 in Pfaffenhofen statt. Dieser beginnt um 17.30 Uhr und dauert bis ca. 19 Uhr. Viele Menschen mit Demenz entwickeln im Verlauf der Erkrankung Essprobleme. In dem Vortrag werden die Auswirkungen der Demenz auf das Essverhalten erläutert und verschiedene

Anregungen für den Alltag vermittelt. Eine Anmeldung für den Vortrag ist nicht erforderlich.

■ Am Samstag, 27. September, geht es bei der **Stadtführung „Stadtmomente“** gemeinsam durch Pfaffenhofen. Bei der



Ins Gespräch kommen und gemeinsam eine schöne Zeit verbringen, das ermöglicht eine speziell entwickelte Stadtführung. Foto: Wirtschafts- und Servicegesellschaft

speziell entwickelten Führung für Menschen mit Demenz erkunden Betroffene zusammen mit einer Begleitperson oder Angehörigen die Stadt. Durch das Angebot wird versucht, an vorhandene Erinnerungen anzuknüpfen, um so den Austausch zu fördern. Auf dem rund einstündigen Rundgang gibt es ausreichend Zwischenstopps zum Rasten. Die Teilnahme mit Rollatoren oder Rollstühlen ist jederzeit möglich. Zum Abschluss des Angebots wird gemeinsam im Seniorenbüro Brotzeit gemacht. Das Angebot ist kostenfrei. Der Treffpunkt ist um 11 Uhr im Eingangsbereich des Seniorenbüros, Hofberg 7 in Pfaffenhofen. Anmeldung und weitere Informationen im Seniorenbüro unter (08441) 879 20 oder per E-Mail an seniorenbuero@stadt-pfaffenhofen.de.

■ Am Dienstag, 30. September, findet der Vortrag mit **Selbst-**

erfahrung „Demenz erleben und verstehen“ statt. Diese Veranstaltung beginnt um 17.30 Uhr und dauert bis etwa 19 Uhr. Sie bietet Hintergrundwissen und die Möglichkeit des praktischen Erlebens einer Demenzerkrankung. Im Rahmen eines kleinen Vortrags wird zunächst das Krankheitsbild Demenz mit seinen Facetten erläutert. Im Anschluss besteht an Erlebnisstationen des Demenzparcours die Möglichkeit durch spezielle praktische Aufgaben, den Alltag eines Menschen mit Demenz mit all seinen Herausforderungen zu erspüren und zu erleben. Ort der Veranstaltung ist das Caritaszentrum, Ambergerweg 3 in Pfaffenhofen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Den Flyer mit den Veranstaltungen gibt es online unter der Rubrik „Aktuelles“ auf seniorenbuero-pfaffenhofen.de oder in den beteiligten Einrichtungen. PK

Wo hab ich nur die Schlüssel hingetan?

Vergesslichkeit und Probleme bei alltäglichen Aufgabenfallen immer schwerer: Das können Hinweise auf Demenz sein

Was ist bloß mit mir los? Oft beginnt der Weg zur Demenz-Diagnose mit diesem mulmigen Bauchgefühl. Womöglich haben sich im Alltag die Vorfälle gehäuft: Namen und Termine waren wie wegradiert aus dem Kopf – und der Autoschlüssel fand sich auf einmal im Brotkasten wieder.

Demenz ist dabei nicht gleich Demenz: Dieser Oberbegriff versammelt rund 50 Erkrankungen, die das Gedächtnis und die geistige Leistungsfähigkeit beeinträchtigen, wie die Alzheimer Forschung Initiative (AFI) erklärt. Die häufigste Form: die Alzheimer-Demenz.

Wie sieht der Weg zur Diagnose aus? Und wie geht es danach weiter? Ein Überblick:

Erste Anzeichen richtig deuten

Noch alterstypische Vergesslichkeit oder schon Demenz? Gar nicht leicht, diese Frage zu beantworten. Es gibt aber Anhaltspunkte, die Betroffene und Angehörige mit ihren Beobachtungen abgleichen können.

■ Was für eine Demenz spricht:

Ein konkretes Anzeichen ist, wenn Altbekanntes zur Herausforderung wird. Zum Beispiel, wenn man Spielen oder Kochrezepten, die man gut kennt, auf einmal nicht mehr folgen kann, so die AFI.

Betroffene einer Demenz neigen zudem dazu, Gegenstände an ungewöhnlichen Stellen verlegen – weil sie vergessen, wofür sie gut sind. Auch starke Stimmungsschwankungen oder Persönlichkeitsveränderungen ohne erkennbaren Grund können laut AFI ein Anzeichen sein. Einige fühlen sich etwa an unbekannten Orten unwohl oder verhalten sich aggressiv.

■ Was eher für altersbedingte Gedächtnisprobleme spricht:



Wie kommt der Schlüsselbund ins Eierfach: Betroffene einer Demenz neigen dazu, Gegenstände an ungewöhnlichen Stellen zu verlegen – weil sie vergessen, wofür sie gut sind.
Foto: Karl-Josef Hildenbrand, dpa

Was hingegen im Alter normal sein kann: eine gewisse Zerstreuung, wenn zum Beispiel komplexe Aufgaben wie das Programmieren des Fernsehers anstehen. Auch ganz ohne beginnende Demenz-Erkrankung kann es passieren, dass ältere Menschen Namen oder Verabredungen kurzfristig vergessen oder verwechseln. Laut der AFI fallen sie einem dann aber später wieder ein.

Symptome abklären und Behandlung finden

Erste Anlaufstelle, um Gedächtnisprobleme abzuklären, ist der Hausarzt oder die

Hausärztin – und damit jemand, der die eigene Krankheitsgeschichte in aller Regel kennt. Er oder sie kann anschließend an einen Facharzt oder eine Fachärztin für Neurologie oder Psychiatrie überweisen oder an eine Gedächtnissprechstunde bzw. -ambulanz in einem Klinikum.

Die Demenz-Experten raten Betroffenen übrigens, ein Familienmitglied oder eine andere nahestehende Person zum Arzttermin mitzunehmen. Grund: Wie das Umfeld die Gedächtnisprobleme wahrnimmt, liefert wichtige zusätzliche Informationen für die ärztliche Diagnose. Die Diagnose steht – und rüttelt oft

viel auf. Heilung gibt es zwar nicht. Möglichkeiten, den Krankheitsverlauf herauszu- zögern und besser mit den Beschwerden zu leben, allerdings schon.

Etwa mit Hilfe von Medikamenten, sogenannter Antidepressiva. Zu dieser Gruppe zählen die Acetylcholinesterase-Hemmer: Sie verzögern der AFI zufolge den Abbau eines Botenstoffs, der für die Signalübertragung zwischen Nervenzellen zuständig ist.

Mit dem Antikörper Lecanemab gibt es eine Therapie, die an ursächlichen Prozessen im Gehirn ansetzt und den Verlauf der Krankheit um einige Monate verlangsamen kann.

Sie kommt allerdings nur für einen kleinen Teil der Alzheimer-Patientinnen und -Patienten infrage.

Da Betroffene oft zu Depressionen neigen, kommen auch Antidepressiva zum Einsatz. Geht die Demenz-Erkrankung mit Wutausbrüchen, Halluzinationen und Wahnvorstellungen einher, können Neuroleptika helfen. Sie wirken beruhigend.

Es gibt aber auch nicht-medikamentöse Therapien. Dazu zählen der Deutschen Hirnstimulation zufolge Gedächtnistraining, Ergotherapie, Logopädie, Physiotherapie, Verhaltenstherapie sowie Kunst- und Musiktherapien.

TIP

Ge

Jo

We bei e glück det be ler. D Karri berge bei Xi Mom ist ke eine j fristig

Koi

vor G

■ Das

unsci

auch

■ De

kann

ten, w

■ Ich

aus, d

All

rinne

sen h

tem.

dass

Aber

hoch

merk

sich ;

aber

Die

fehlt

Job-E

ten u

stelle

berge

■ Si

Mens

Die

fehlt

der U

zielle

pekt

und

Raur

■ Tr

zial

ford

ber

Bei

der

Stä

Ra

■ m

nel

sch

rät