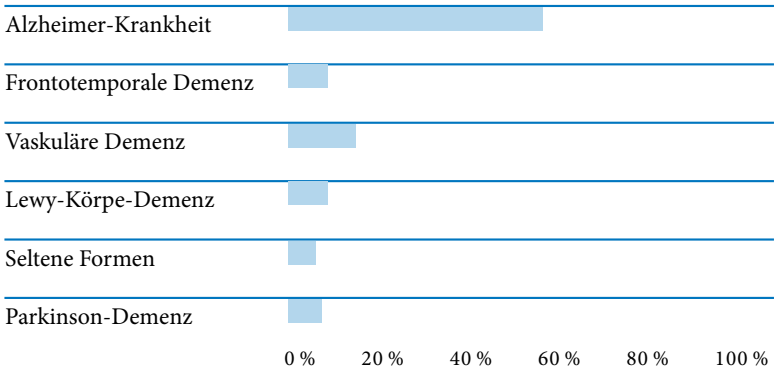


kungen setzen sich aus etwa siebzig zum Teil sehr seltenen Erkrankungsformen und Ursachen zusammen, von denen ein Teil heute jedoch gut behandelbar ist (etwa Demenzen, die durch Funktionsstörungen innerer Organe oder einen Tumor ausgelöst werden).

ABBILDUNG 2

Verteilung der Demenzformen



Ursachen, Diagnostik und medizinische Behandlung

Normale geistige Veränderungen im Alter

Viele Veränderungen, die auf eine Demenz hinweisen können, sind anfangs häufig schwer von einer altersgemäß nachlassenden Lern-, Konzentrations- und Aufmerksamkeitsleistung zu unterscheiden. Auch ist eine häufige und durchaus plausible Erklärung für auftretende Vergesslichkeit und andere geistige Leistungseinschränkungen, dass der Betroffene momentan seelisch belastet oder geistig sehr gefordert ist. Tatsächlich kann psychischer Stress zeitweise zu deutlichen geistigen Einschränkungen wie Unkonzentriertheit und Vergesslichkeit führen.

Insbesondere ältere Menschen reagieren oft sehr deutlich auf Stresssituationen, da sie weniger geistige Reserven besitzen, um eine Stresssituation auszugleichen. So kann zum Beispiel ein Orts- und Wohnungswechsel bei einem älteren Menschen zeitweise zu auffällender Desorientiertheit führen. Ebenso kann eine veränderte Lebenssituation etwa nach dem Tod des Partners große geistige Anpassungsleistungen erfordern.

Auch emotionale Belastungen wie eine starke Trauerreaktion können zu geistigen Einschränkungen in der Art führen, dass die Gedanken einseitig nur um ein Thema kreisen und andere Dinge kaum aufgenommen oder schnell wieder vergessen werden. Bei einer ausgeprägten Depression können als Begleitsymptomatik eine erhebliche Verlangsamung im Denken und eine hohe Unkonzentriertheit auftreten.

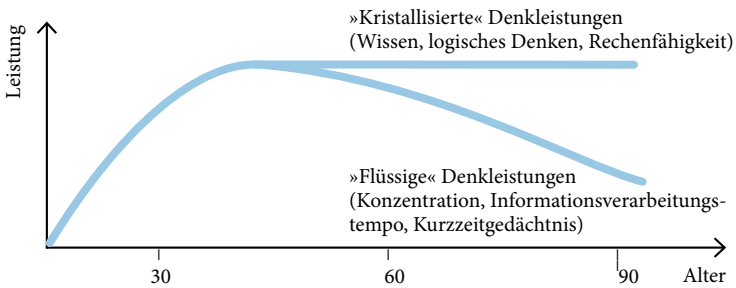
Um zu entscheiden, ob bei einer Person seelische Belastungen zu den geistigen Beeinträchtigungen führen oder ob eine beginnende De-

menzerkrankung verantwortlich ist, muss der Rat erfahrener und kompetenter Fachleute eingeholt werden.

Das folgende Schaubild zeigt, dass bereits etwa ab einem Alter von 35 Jahren sogenannte »flüssige Intelligenzleistungen« natürlicherweise nachlassen. Das sind vor allem die Konzentration, das Informationsverarbeitungstempo und das Kurzzeitgedächtnis. Das heißt, bei uns allen lassen bestimmte Fähigkeiten mit dem Älterwerden nach. Allerdings kann sich beispielsweise die Wissensmenge bis ins hohe Alter hinein erweitern.

ABBILDUNG 3

Denkleistung im biografischen Verlauf



Ursachen der Alzheimer-Krankheit

Man geht heute davon aus, dass es nicht die *eine* Ursache für die Alzheimer-Krankheit gibt; wahrscheinlich existieren viele Faktoren, deren Zusammenwirken eine große Rolle spielt.

Die meisten Menschen (etwa 80 Prozent) besitzen vermutlich Erbfaktoren, die das Auftreten einer Alzheimer-Erkrankung möglich machen. Die Kombination unterschiedlicher genetischer Faktoren führt je nach Häufung und Zusammenwirken dazu, dass einige Menschen ein geringes, andere ein erhöhtes Erkrankungsrisiko in sich tragen. Eine Voraussage ist derzeit noch nicht möglich und das Erkrankungsrisiko

wird auch nicht einfach vererbt, sondern ist individuell sehr komplex (individuelle genetische Konstitution). Lediglich in 1–3 Prozent aller Krankheitsfälle wird die Alzheimer-Krankheit durch bestimmte bekannte Genveränderungen autosomal-dominant vererbt. Das bedeutet, dass ein Kind mit fünfzigprozentiger Wahrscheinlichkeit die Genveränderung von einem Elternteil übernimmt und dann mit Sicherheit in einem bestimmten Alter (meist zwischen fünfzig und sechzig) erkrankt. Eine Faustregel besagt: Erst wenn drei Familienmitglieder in direkter Linie (Eltern, Geschwister oder Kinder) von einer eindeutig diagnostizierten Alzheimer-Krankheit betroffen sind oder waren, wird von einem vermutlich erhöhten biologischen Krankheitsrisiko in der Familie ausgegangen.

Umwelteinflüsse bzw. die Lebensgestaltung können das Auftreten einer Alzheimer-Erkrankung in gewissen Grenzen ebenfalls beeinflussen oder zumindest den Zeitpunkt des Krankheitsbeginns um einige Jahre vorziehen oder nach hinten verschieben.

Ungünstig wirken sich vermutlich starkes Rauchen, übermäßiger Alkoholkonsum, dauerhafte geistige Unterforderung, zurückliegende schwere Hirnschädigungen, Bluthochdruck und eventuell auch anhaltender psychischer Stress und Schlafmangel sowie eine Depression aus.

Der wichtigste allgemeine Risikofaktor für die Alzheimer-Krankheit ist und bleibt das Alter. Je älter wir werden, desto höher wird auch das Risiko, an Alzheimer zu erkranken.

Eine wirksame Vorbeugung gibt es bisher nicht. Es wird jedoch vermutet – unter anderem durch retrospektive Studien, die allerdings in ihrer Aussagekraft vorsichtig beurteilt werden sollten –, dass die folgenden Faktoren Einfluss auf das individuelle Krankheitsrisiko haben oder den Beginn einer Erkrankung um einige Jahre hinauszögern:

- geistige Beweglichkeit,
- vitaminreiche und gesunde (etwa mediterrane) Ernährung,
- körperliche Bewegung.

Molekularbiologische und biochemische Veränderungen

Bei der Alzheimer-Krankheit treten Veränderungen in den Nervenzellen des Gehirns wie auch an deren Verbindungsstellen (Synapsen) sowie in der Umgebung der Zellen auf. Diese Veränderungen führen zu zunehmenden Funktionseinschränkungen und schließlich zum vollständigen Niedergang der Nervenzellen. Diese Schädigung geht im Wesentlichen von veränderten körpereigenen Eiweißstoffen aus, den sogenannten Beta-Amyloid-Proteinen und den Tau-Fibrillen. Diese in übermäßiger Zahl durch eine Fehlsteuerung im natürlichen molekularebiologischen Kreislauf in den Nervenzellen und um sie herum. Die genauen Ursachen für diese Fehlsteuerung sind noch nicht bekannt, obwohl der Entstehungsprozess auf molekularbiologischer Ebene bereits in vielen Teilen nachvollziehbar und beschreibbar ist.

Der Krankheitsprozess beginnt wohl bereits zwanzig bis dreißig Jahre vor dem Auftreten erster deutlicher Krankheits Symptome. Das heißt, die Alzheimer-Krankheit beginnt auf molekularbiologischer Ebene lange bevor die ersten Krankheitszeichen bemerkbar sind. Gesunde Nervenzellen können zunächst den Verlust funktionseingeschränkter Zellen über längere Zeit ausgleichen. Erst wenn im Lauf der Jahre mehr als 30–40 Prozent aller Nervenzellen stark geschädigt sind, gelingt dieser Ausgleich nicht mehr und es treten erste Symptome auf.

Diagnostik

Die meisten Menschen gehen am häufigsten zu ihrem Hausarzt. Hausärzte sollten daher in der Lage sein, die Symptome einer Demenzerkrankung frühzeitig zu erkennen. Leider ist dies häufig nicht der Fall, da es schwierig ist, im Rahmen eines üblichen kurzen Gesprächskontakts