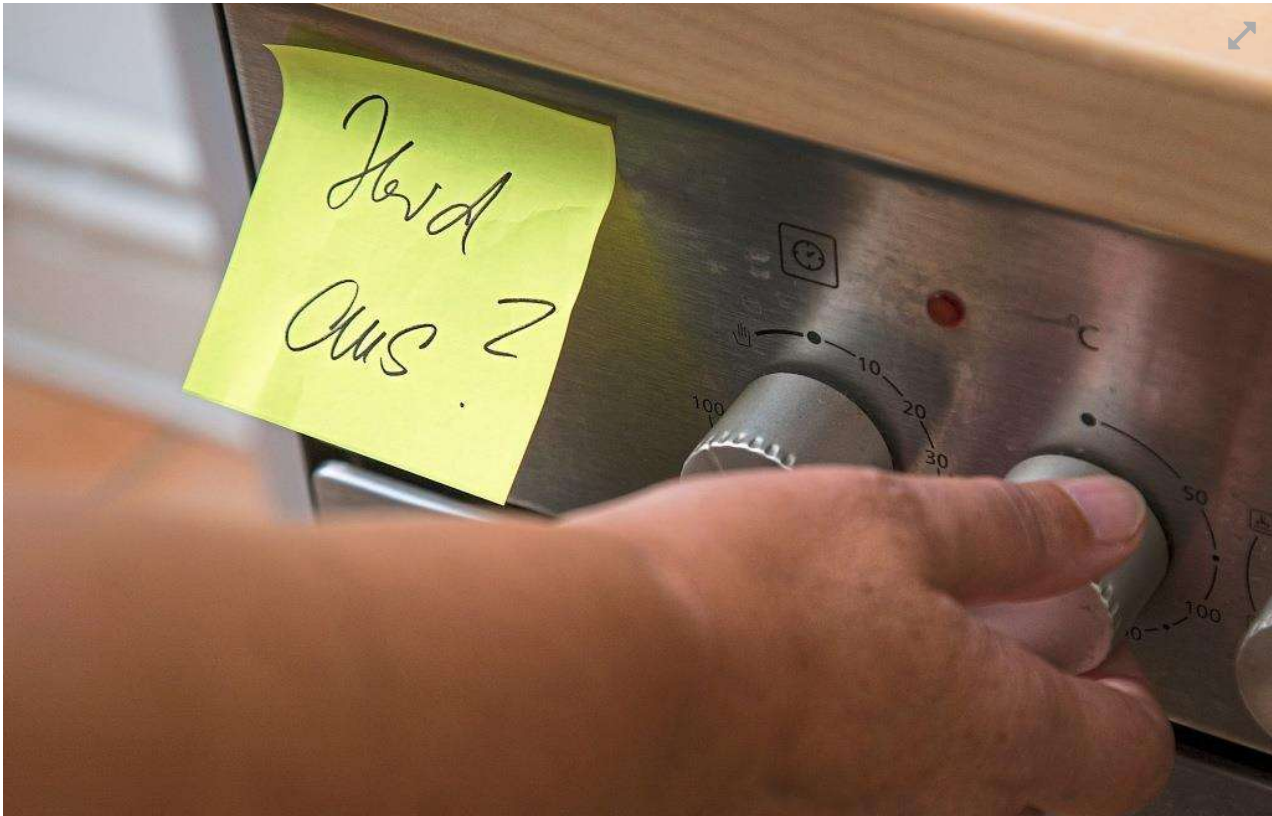


Dem „Gespenst Demenz“ den Schrecken nehmen: Expertin gibt betroffenen Familien Tipps

01.11.2022 | Stand 01.11.2022, 14:35 Uhr

Magdalena Zurek



Ein Zettel als Gedächtnisstütze, dass man den Herd ausschaltet; Menschen mit Demenz werden unter anderem zunehmend vergesslich. Barbara Bardong von der Pfaffenhofener Alzheimergesellschaft klärt über erste Symptome auf. Symbolbild: Klose, dpa

Rund 1,7 Prozent der Deutschen sind von Demenz betroffen. Tendenz steigend. Doch wie kann man dem „Gespenst Demenz“, das in vielen Familien unsichtbar für Ängste sorgt, den Schrecken nehmen? Die Antwort treibt Barbara Bardong und ihre Mitstreiter in der Alzheimer Gesellschaft Pfaffenhofen um.

Im April zur Vorsitzenden gewählt, möchte die Pflegesachverständige die bisherige Arbeit des kreisweit tätigen Vereins intensivieren. Worin dabei die Ziele und Herausforderungen bestehen, umreißt sie im Interview mit der Heimatzeitung.

„Ich hab’ da mal eine Frage zu Vergesslichkeit...“ ist der erste Vortrag überschrieben, den Sie in Ihrer neuen Rolle als Vorsitzende gehalten haben. Werden Sie mit diesem Satz häufig konfrontiert?

Barbara Bardong: Die Frage, ob sie selber oder ein naher Angehöriger Demenz haben könnten, treibt tatsächlich viele Menschen um. Das zeigt sich schon daran, dass zum Vortragsabend am 20. September in Pfaffenhofen rund 30 Zuhörer kamen, von denen am Folgetag noch einige in unsere offene Sprechstunde anlässlich des Welt-Alzheimer-tages geschaut haben.

Wann ist denn die Sorge, es könnte Demenz sein, berechtigt?

Bardong: Der Bezugspunkt ist der jeweilige Mensch, so wie er bisher gewesen ist. Wenn ein leidenschaftlicher Kaffeetrinker nicht mehr weiß, wie er die eigene Kaffeemaschine zu bedienen hat, dann wäre das zum Beispiel Anlass zu Besorgnis. Nehmen alltagsrelevante Konsequenzen kognitiver Einschränkung zu und dauern mehr als sechs Monate an, sollte man das fachlich abklären lassen. Denn Klarheit hilft, vom Angstraum in den Aktionsraum zu treten. Auch wenn Heilung heute noch nicht möglich ist, lässt sich im Frühstadium nämlich vieles tun, um den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen.

Wo finden betroffene Menschen eine erste Hilfe?

Bardong: Eine erste Anlaufstelle kann unsere Selbsthilfe Demenz sein. Mein Stellvertreter Richard Zeitler und ich sind berechtigt, anerkannte Tests wie den Minimal-Mental-Status-Test MMST für eine Erstorientierung durchzuführen. Erhärten sich die Verdachtsmomente, leiten wir für die konkrete Diagnose an Fachärzte weiter.

Wer sind solche Fachleute?

Bardong: Generell sind das Neurologen oder Psychiater. Im Zentrum für psychische Gesundheit Ingolstadt gibt es zudem eine Gedächtnissprechstunde. Das Problem: Die Wartezeiten sind sehr lang und können über ein halbes Jahr betragen. Warnen möchten wir vor Doktor Internet. Online angebotene Selbsttests entsprechen zwar teilweise dem wissenschaftlichen Standard. Aber sie lassen die Menschen mit dem Ergebnis allein. Das sehen wir problematisch.

Und was ist mit dem eigenen Hausarzt?

Bardong: Der Hausarzt des Vertrauens kann ein erster Ansprechpartner sein. Als Verein würden wir uns sogar eine verstärkte Zusammenarbeit und Vernetzung mit Praxen wünschen, weil sich daraus Synergieeffekte – auch zur Entlastung der Ärzte – ergeben könnten. Leider hat sich unserem Team aber bisher noch kein Allgemeinmediziner angeschlossen.

Wie kann die Alzheimergesellschaft unterstützen?

Bardong: Persönliche Beratungen und die Vermittlung von Wissen zu Formen, Risiken und Behandlungsmöglichkeiten der Demenz (von denen Alzheimer nur eine ist) gehören zu unserem Angebot. Zugleich möchten wir auf breiterer Ebene für das Thema sensibilisieren, um eine Stigmatisierung Betroffener zu vermeiden und ihre Inklusion zu fördern – wozu es auch gehört, mit statt nur über Menschen mit Demenz zu reden. Für die Angehörigen bieten wir überdies eine Begleitung in Form von Gesprächskreisen und speziellen Schulungen zur Verbesserung der Kommunikation an. Und wir schenken Momente der Normalität – etwa beim „Café Vergissmeinnicht“ jeden ersten Samstag im Monat im Hofbergsaal. Darüber hinaus haben wir noch viele weitere Anliegen und Ideen.

Als da wären?

Bardong: Am Herzen liegt uns etwa das Schließen der Versorgungslücke im Bereich qualifizierter Angebote zur Entlastung von Angehörigen wie Tagesbetreuung, Ambulante Versorgung und ähnliches. Bis dahin ist es noch ein weiterer Weg. Andere Projekte scheitern ebenfalls an den passenden Rahmenbedingungen. Zunächst einmal bräuchten wir größere Räumlichkeiten, um Schulungen wie die „EduKation Demenz Partnerschaft“ durchführen zu können. Ein Garten wäre schön, weil uns ein inklusives Projekt zum Urban Gardening vorschwebt. Für Regelangebote wie „Sport und Bewegung trotz(t) Demenz“ suchen wir nach Kooperationspartnern. Und natürlich möchten wir über die bisherigen 70 Mitglieder hinaus zusätzlich Aktive werben. Bleibt noch die kommunale Politik zu erwähnen. Ohne deren Einsicht in die Wichtigkeit unseres Engagements – schließlich sind schon jetzt nach seriösen Schätzungen rund 2030 Menschen im Landkreis von der Diagnose Demenz betroffen – kämpfen wir langfristig auf verlorenem Posten. Bevor wir all diese Baustellen gezielt angehen, steht aber erst einmal die Vorbereitung der Veranstaltungen für unser Zehnjähriges im kommenden Jahr an.