

Mythos Alzheimer und die Tatsachen im Alter

PD Dr. med. Albert Wettstein
Chefarzt Stadtärztlicher Dienst Zürich
Co-Leiter Zentrum für Gerontologie Uni ZH

Montag, 6. Juni 2011
Volkshaus Zürich
Vortragsreihe „Wohlbefinden im Alter“



Stadt Zürich
Stadtärztlicher Dienst

Grossvater sagte: „Kindlich werden“

Vater sagte: „Arterienverkalkung“

Wir sagten: „Alzheimer“

Wenn alte Menschen
vergesslich, verwirrt, pflegebedürftig werden

1913 beschrieb Alois Alzheimer
„eine besondere Erkrankung“,
die seinen Namen bekam

1981 entdeckte Forscher Möglichkeit für Therapie
ähnlich wie Parkinson

- ⇒ Boom der Alzheimerforschung
- an Universitäten
 - in Pharmafirmen (Pfizer, Novartis, Cibag)

„Alzheimer“ wird bekannt

- Gründung Alzheimervereinigungen
- Gründung von Memorykliniken

⇒ kriegerische Sprache:

- „Kampf gegen Alzheimer“
- „Feind besiegen“
- Alzheimer = „schlimmstes Übel“
„Verlust dessen, was Mensch zum Menschen macht“

Dabei ging unter:

Alzheimerkranke

- bleiben interessante Menschen
- leiden selber kaum
- bleiben Menschen
- verändern, aber haben weiter Persönlichkeit
- sind oft charmant
- sind nur selten aggressiv
- bleiben meist gut mobil bis zum Endstadium

Auf Hilfe angewiesen sein (wie z.B. Alzheimerkranke)
ist nichts Ungewöhnliches (Kinder, hochbetagte Gesunde!)

Auch im Alter alles selber machen zu können = Illusion

90 % aller Betagten brauchen mind. mehrere Monate
Hilfe in Selbstpflege und Haushalt vor dem Tod

Neue Fakten

Alzheimer Medikamente = teuer
= wenig wirksam
(max. einige Monate Verzögerung)

Alzheimer Vorbeugung = sehr viel wirksamer als Therapie

Gesunder Lebensstil \Rightarrow verschiebt Alzheimer ca. 7 Jahre

mit

- gesundem Essen (Mittelmeerkost)
- gesundem Trinken (1 – 2 Drink Alkohol / Tag)
- regelmässig körperliche Aktivität (1/2 Std./Tag)
- regelmässige geistige Aktivität
- regelmässige soziale Aktivität

Im Gehirn alter Menschen

Abbau

- durch Alzheimerprozess
- durch Arteriosklerose
(kleine Hirnschlägli)
- durch Schläge (k.o.)



Neubau von Verbindung
dank regelmässigem

Gebrauch

- soziale
 - geistige
 - körperliche
- } Aktivitäten

Wenn Alzheimer trotz allem auftritt

- Belastung für Angehörige grösser als für Kranke
- Angehörige brauchen:
 - Aufklärung: was ist los
 - Schulung: was ist zu tun
 - Entlastung: was, wann

⇒ frühzeitige

- Abklärung Memoryklinik
- Angehörigen Gruppe
- Beratung durch Fachpersonen (SiL)
- Entlastungsangebote nutzen!