

# „Bewusster und respektvoller Umgang ist sehr wichtig“

MAS Demenzservicestellenleiterin Karin Laschalt über den richtigen Umgang mit Betroffenen

**RIED.** Es gibt weit über 70 verschiedene Formen von Demenz – die häufigste und bekannteste ist mit rund 60 Prozent die Alzheimer-Demenz. Ebenfalls häufige Formen sind die Vaskuläre Demenz und die Lewy Body Demenz (beide rund 15 Prozent). „Wir fühlen uns für alle Formen der Demenz zuständig“, sagt MAS Demenzservicestellenleiterin Karin Laschalt. Aber egal, um welche Form es sich auch handelt: Demenz verläuft immer fortschreitend und kann aktuell nicht geheilt werden.

## 147.000 Menschen betroffen

Derzeit sind in Österreich zirka 147.000 Menschen von einer Demenz – die in verschiedene Stadien eingeteilt wird – betroffen. Häufig wird von leichter, mittelschwerer und schwerer Demenz gesprochen. Die MAS Alzheimerhilfe arbeitet nach dem 7-Stadien-Modell von Reisberg. In diesem Modell wird der gesunde Mensch miteinbezogen, da der Abbau im Gehirn bereits beginnt, lange bevor erste Symptome auftreten. Die Trainingsgruppen werden sta-

diengerecht zusammengestellt, die Einstufung der Stadien erfolgt durch eine der Psychologinnen vor Trainingsbeginn.

Das Ziel des MAS Ressourcetrainings ist es, das Fortschreiten der Demenz zu verzögern, späte



Karin Laschalt

Foto: MAS Alzheimerhilfe

Stadien hinauszuschieben und somit die Lebensqualität aufrechtzuerhalten. „Zur Demenzvorbeugung beziehungsweise um das Demenzrisiko zu senken, empfehlen wir ausreichend Bewegung, gesunde Ernährung, möglichst nicht rauchen und auf übermäßigen Alkoholkonsum verzichten. Wichtig ist es auch, Blutdruck und Blutzucker unter Kontrolle zu halten, regelmäßig zu Vorsorgeuntersuchungen zu gehen, Depressionen behandeln lassen und – nicht zu vergessen – soziale Kontakte pflegen sowie lebenslanges Lernen. Also das Gehirn bewusst fit halten“, weiß Laschalt.

## Je älter, desto höher das Risiko

Je höher das Lebensalter, umso größer ist das Risiko, an einer Demenz zu erkranken. Gut 40 Prozent aller Menschen mit Demenz sind 90 Jahre oder älter. Weiteren 40 Prozent aller Betroffenen sind zwischen 80 und 90 Jahre alt. Von jungen Menschen mit Demenz spricht man, wenn die Symptome vor dem 65. Lebensjahr eintreten – das sind weniger als zwei Prozent.

Und doch gibt es diese Fälle, wenn auch extrem selten. „Die jüngste Betroffene, die wir bei MAS aktuell betreuen, ist 32 Jahre alt“, sagt Karin Laschalt, der im Umgang mit an Demenz Erkrankten ein paar Dinge extrem wichtig sind: „Viele denken bei Demenz an Menschen, die hilflos im Bett liegen und in allen Belangen auf die Hilfe ihrer Umgebung angewiesen sind. Dies trifft aber nur auf sehr späte Stadien der Demenzerkrankung zu. Menschen mit beginnender, aber auch mit mittelschwerer Demenz haben noch viele Fähigkeiten. Und diese Fähigkeiten gilt es so lange wie möglich zu erhalten. Und das ist durch medizinische Behandlung, bewusste Lebensführung, psychosoziale Unterstützung der ganzen Familie und durch gezieltes Training möglich. Auch Menschen mit schwerer und sehr schwerer Demenz haben noch Fähigkeiten und bekommen oft mehr mit, als man denkt. Daher ist ein sehr bewusster und höchst respektvoller Umgang auch mit Menschen in sehr fortgeschrittenen Stadien der Demenz wichtig.“