



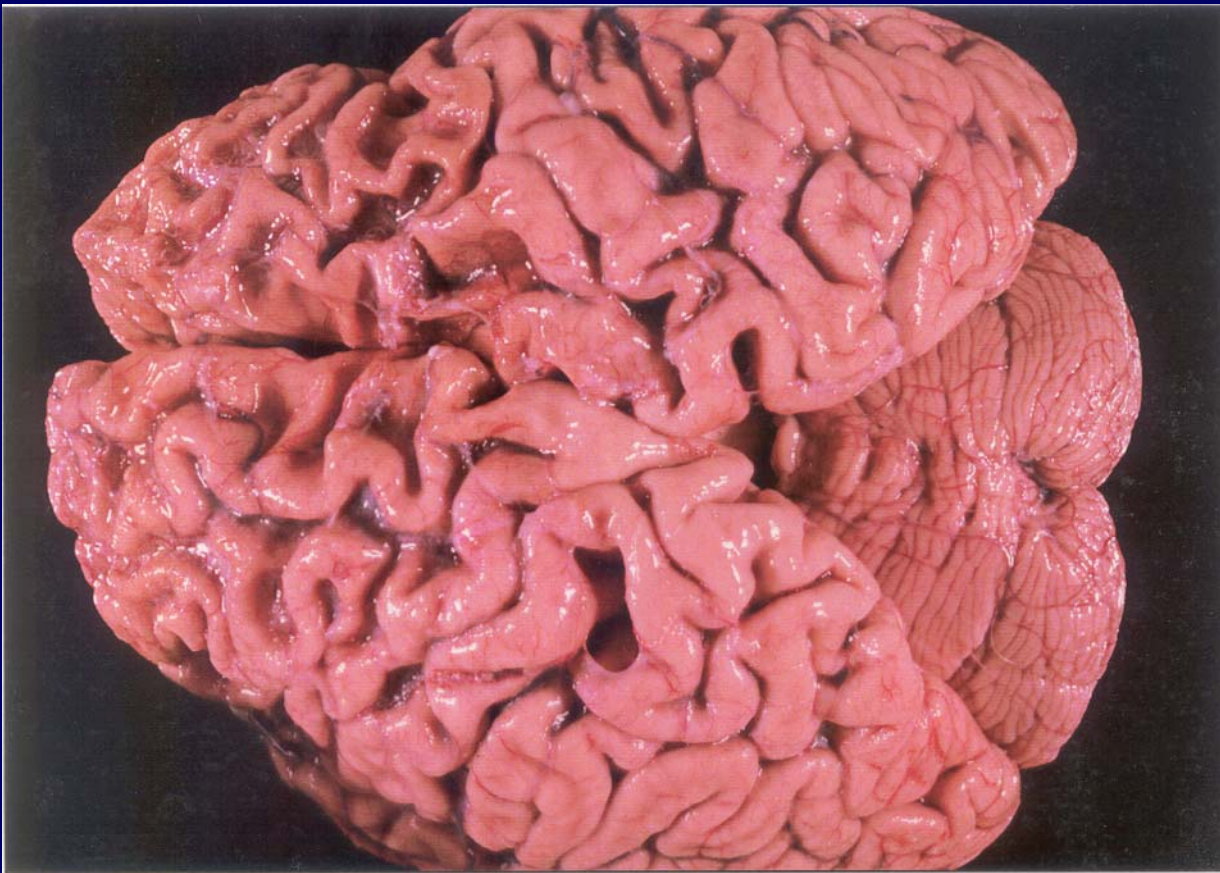
"licht.blicke - demenz.hilfe.tirol"

Wie weit ist die Medizin?

Kann Demenz verhindert werden?

Univ.-Prof. Dr. Hartmann Hinterhuber

Innsbruck, 21.1.2008



- **Alzheimer-Hirn:** deutliche Atrophie der Großhirnrinde mit schmalen Gyri und verbreiterten Sulci.



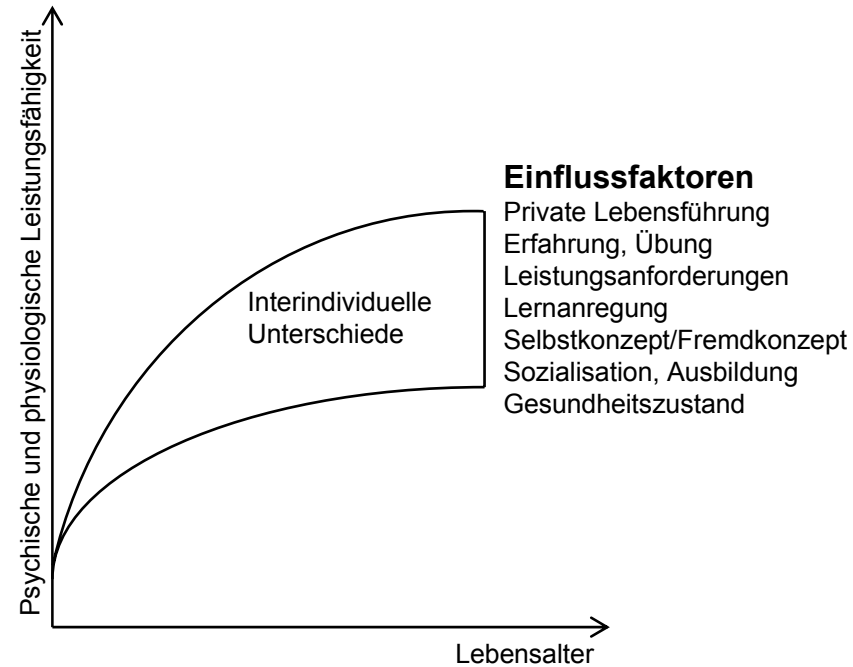
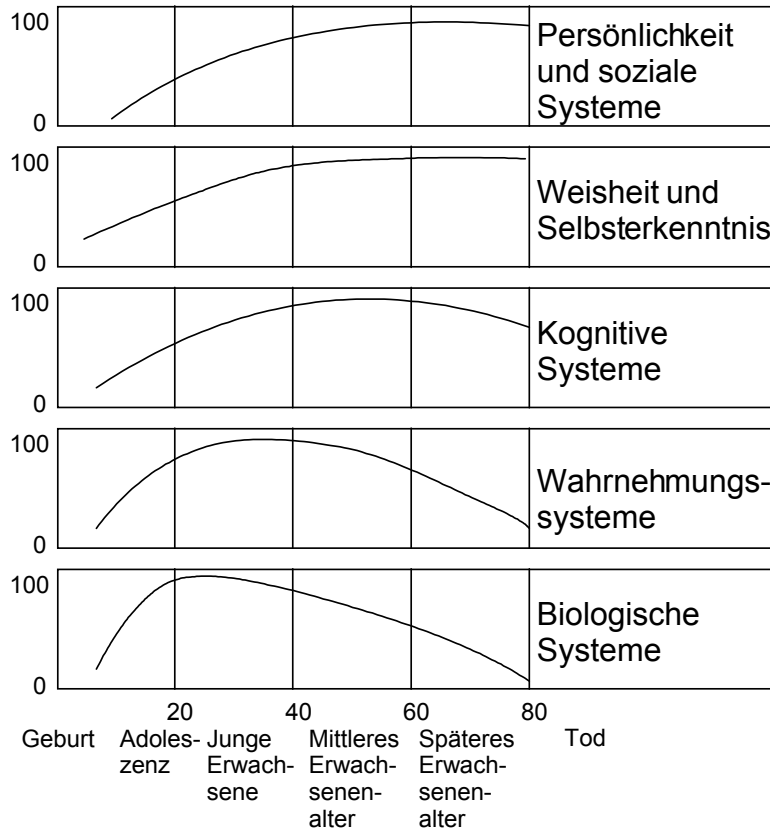
„Mein Sohn, nimm dich deines Vaters an in seinem Alter und mach ihm keinen Kummer, solange er lebt. Wenn sein Verstand abnimmt, habe Nachsicht mit ihm und verachte ihn nicht, Du, der jetzt in der vollen Kraft deines Daseins lebst.“

Jesus Sirach, 3. Kapitel, 12. Vers

Länger Leben

- ⇒ Wir leben im Durchschnitt etwa zweimal so lang wie vor 200 Jahren.
- ⇒ Die Lebenserwartung hat sich in den letzten 50 Jahren um 10 Jahre erhöht.
- ⇒ 85% der Kinder, die heute geboren werden, können erwarten, dass sie älter als 65 Jahre werden.

Leistungsfähigkeit Älterer



Es gibt keine einheitliche Definition von alt, da sich Altern in verschiedenen Bereichen bei unterschiedlichem Alter und individuell verschieden bemerkbar macht !

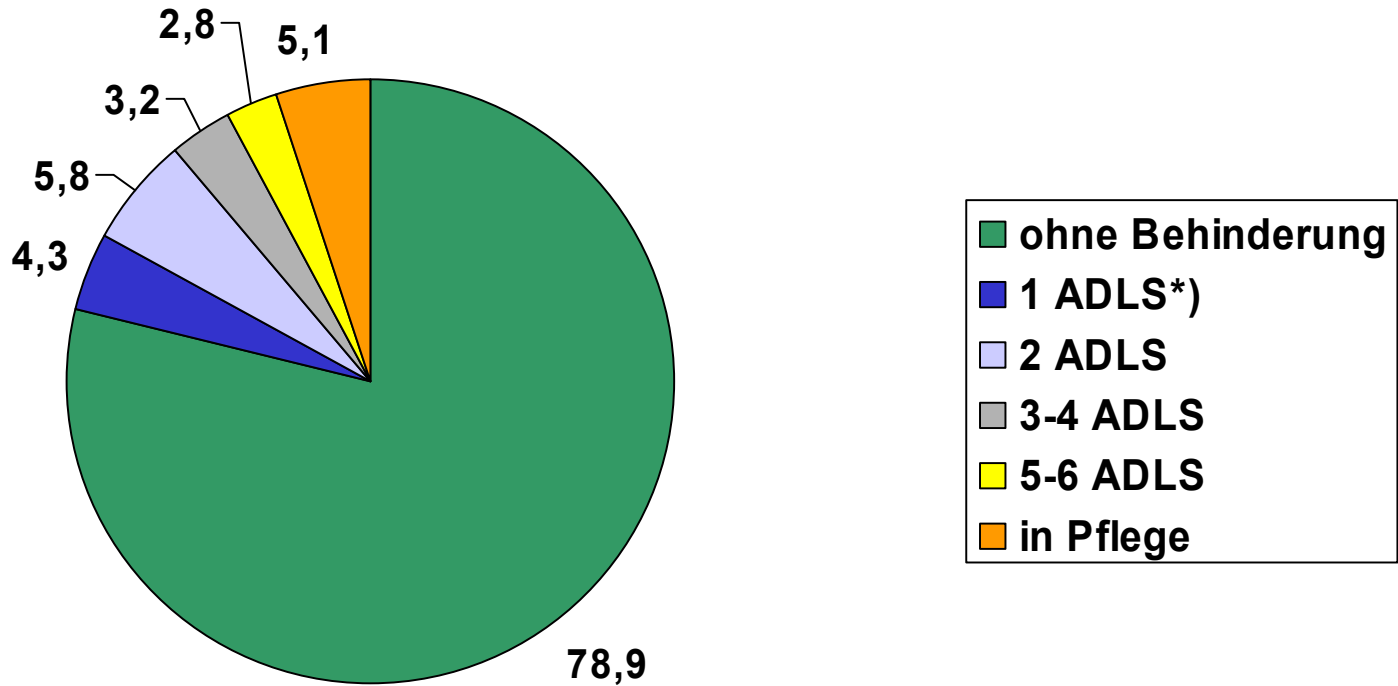
Alter und Gesundheit

- ⇒ Der Großteil bleibt gesund und funktionsfähig.
 - 21% Beeinträchtigung der Alltagsaktivitäten
 - Das Ausmaß der Beeinträchtigung steigt mit zunehmendem Alter

- ⇒ Gedächtnisprobleme beeinträchtigen die Alltagsfunktionen
 - 4% über 65
 - 36 % über 85

- ⇒ Depression
 - Bis zu 15.4% bis zum 65. Jahr
 - Bis zu 22.8% bis zum 85. Jahr

Behinderungen von Menschen über 65 Jahre



nur 21,1 % zeigen eine Behinderung

ADLS = Beeinträchtigung der Alltagsaktivität

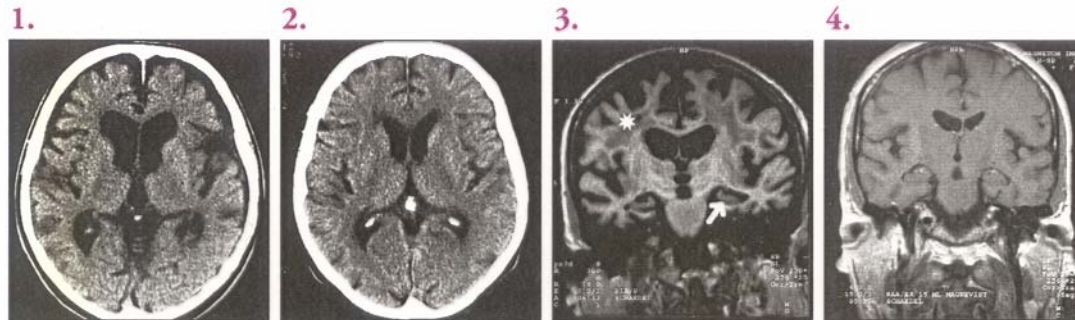
Gedächtnisprobleme, die nicht zum normalen Altersprozess gehören

- ⇒ Das Vergessen von Dingen tritt viel häufiger auf als früher.
- ⇒ Es wird vergessen, wie man etwas macht, obwohl es früher sehr oft gemacht und gut gekonnt wurde.
- ⇒ Es ist ein Problem Neues zu erlernen.
- ⇒ Das Wiederholen von Sätzen und Geschichten während eines Gespräches wird schwieriger.
- ⇒ Es ergeben sich Schwierigkeiten mit Alltagsaktivitäten (z. B. Telefonieren, Geld, Einkaufen).
- ⇒ Tägliche Ereignisse werden häufiger vergessen.



„Leben, Lieben, Lernen“

Vergleich bildgebender Verfahren bei der Diagnose der Alzheimerschen Erkrankung



1.) Craniales CT eines 83-jährigen Patienten mit Demenz vom Alzheimer Typ. Deutliche, diffuse Hirnatrophie mit Verbreiterung der Windungsfurchen und Erweiterung des Ventrikelsystems. „Hydrocephalus e vacuo“.

2.) Normales craniales CT einer 83-jährigen Frau

3.) Craniales MRT einer 71-jährigen Frau mit Demenz vom Alzheimer Typ. Die coronare Schichtführung erlaubt bessere Beurteilbarkeit der mediobasalen Temporalregion. Deutliche Verschmächigung der Windungen und hochgradige Atrophie der Hippocampusformation mit konsekutiver Erweiterung des Unterhornes der Seitenventrikel (Pfeil). Fleckförmige Lichtung des Centrum semiovale: Leukoaraiose (Stern).

4.) Normales craniales MRT eines 53-jährigen Mannes. Coronare Schicht.

Vergesslichkeit - viele Ursachen, ein Symptom

Neurologisch

Intrakranielle
Raumforderung

Schlaganfall/vaskuläre
Erkrankung

Subduralhämatom

Entzündliche ZNS-
Erkrankung

Epilepsie

Schädelhirntrauma

Medikamente
u. a. m.

Psychiatrisch

Depression

Schizophrenie

Neurotische Störung

Anpassungsstörung

Drogen und
Medikamentenabhängigkeit

Medikamente
u. a. m.

Internistisch

Metabolisch/endokrine
Erkrankungen

Schilddrüsendysfunktion

Vitaminmangel

Mangelernährung

Exsikkose

Schwere Organerkrankungen

Medikamente
u. a. m.

Vergesslichkeit



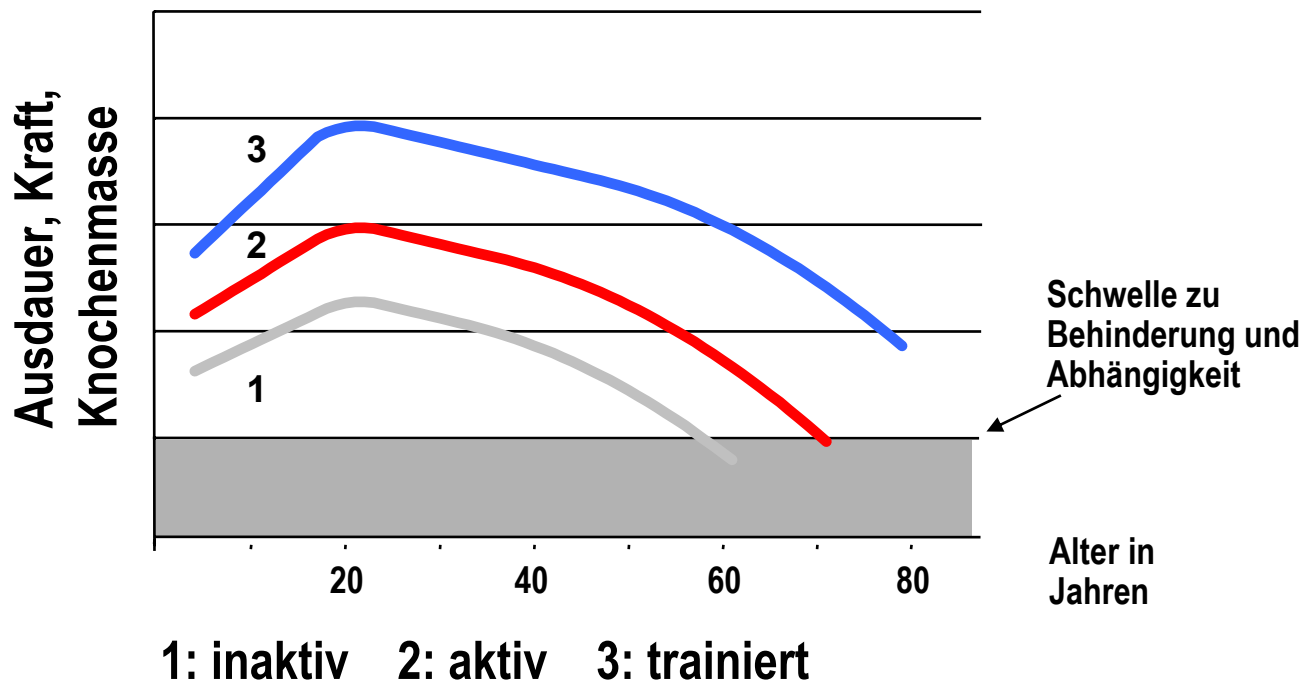
Erstsymptom eines demenziellen Syndroms (primär degenerative
Demenzen - vaskuläre Demenzen)



- ❖ **Erfolgreiches Altern:**
- ❖ Erhalten/maximieren der Funktionalität
- ❖ Verkürzen/minimieren der “Dauer der Krankheit”
- ❖ Individuelles Risiko Management
- ❖ Zeit der Gesundheit in Relation zur Lebenszeit
- ❖ Erfolgreiches Altern verleugnet nicht den Alternsprozess

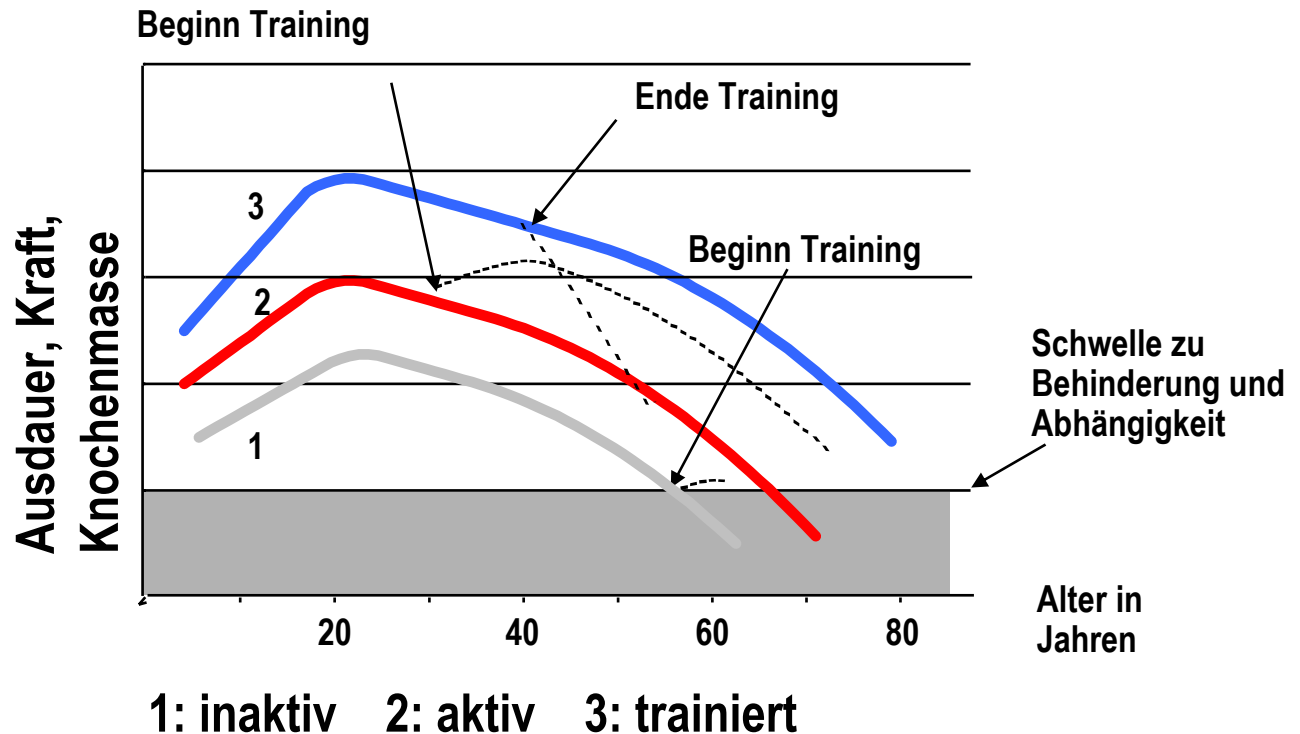
Gesundheits- und Leistungsfaktoren im Altersverlauf

Körperlich aktive Menschen sind in der Jugend
leistungsfähiger und im Alter länger selbständig



Gesundheits- und Leistungsfaktoren im Altersverlauf

Es ist nie zu spät, um körperlich aktiv zu werden!





Der Nutzen von Bewegung für ältere Menschen

- ⇒ Verlängert die Selbständigkeit im Alter
- ⇒ Reduziert das Risiko für Stürze
- ⇒ Erhöht das Selbstwertgefühl
- ⇒ Ermöglicht es, weiterhin einen gesellschaftlichen Beitrag zu leisten
- ⇒ Verhindert die soziale Isolation



Tipps für ältere Menschen

- ⇒ Jede körperliche Betätigung nutzt Ihrer Gesundheit
- ⇒ Bewegen Sie sich täglich
- ⇒ Es ist nie zu spät mit Bewegung zu beginnen!
- ⇒ Beginnen Sie langsam, steigern Sie sich stetig
- ⇒ Auch bei gesundheitlichen Beschwerden ist Bewegung sinnvoll
- ⇒ Erhalten Sie Ihre Kraft und Beweglichkeit