

Alzheimer: Wenn Pflege

Heute ist Welt-Alzheimerstag: Zwei Drittel der Betroffenen werden zu Hause gepflegt – oft bis zur völligen Erschöpfung der Angehörigen.

37,5 Stunden
Pflege pro
Woche leisten
Angehörige im
Durchschnitt

FOTOLIA

SONJA SAURUGGER

Oma ist nicht mehr die, die sie einmal war. Nicht nur verliert sie ständig ihre Brille und der Hausschlüssel ist schon lange nicht mehr auffindbar. Die Schnitzel, die es jeden Sonntag gab, gelingen nicht mehr und in Gesprächen fehlen ihr immer öfter die Worte. Manchmal wird Oma deshalb böse, will sich aber nicht helfen lassen, sondern allein sein. Eine Krankheit hat von Oma Besitz ergriffen, eine Krankheit, die für große Ängste und das Abgleiten in die Welt des Vergessens steht. Die Krankheit heißt Alzheimer. 130.000 Menschen in Österreich leiden an dieser häufigsten Form der

Demenz, bis zum Jahr 2050 wird sich diese Zahl verdoppeln. Damit ist die Demenz nicht weniger als eine der „größten Herausforderungen für unsere Gesellschaft“, wie Gesundheitsministerin Sabine Oberhauser sagt.

Familie als „Pflegedienst“

Wenn sich die Krankheit all die Fähigkeiten und Erinnerungen nimmt, die der Mensch das ganze Leben über erlernt hat, brauchen die Betroffenen Pflege. Und die passiert zum Großteil in den eigenen vier Wänden: Zwei Drittel der Demenzkranken werden von der Familie gepflegt. „Die Angehörigen sind der größte Pflegedienst im Land“, sagt Antonia Croy, Präsidentin von Alzheimer Austria. Und bleiben dabei zu oft selbst auf der Strecke.

Im Durchschnitt sind es 37,5 Stunden Pflegeleistung, die pro

krank macht

Woche erbracht werden – von Ehefrauen, Söhnen oder Enkelkindern, die oft auch noch berufstätig sind. Die Pflege von Demenzkranken ist eine besondere Herausforderung: „Demenzkranken haben oft Verhaltensauffälligkeiten, sind aggressiv oder ver-

Fenninger, Präsident der Volkshilfe Österreich, sagt: „Der Angehörige, der als Erster hilft, bleibt meist auch alleine.“

Hilfe für Angehörige

Doch es gibt Hilfe: „Schon die richtigen Informationen über die Krankheit zu bekommen, kann eine Entlastung sein“, sagt Matzawrakos. Auch Fenninger sagt: „Je mehr Informationen die Angehörigen haben, umso besser können sie mit der Situation umgehen.“ Der Austausch in Selbsthilfegruppen, stundenweise Betreuung der Betroffenen, um einmal wieder „rauszukommen“, Demenzberatung, um die Krankheit zu verstehen – all das stehe pflegenden Angehörigen zu (siehe rechts) und müsse auch in Anspruch genommen werden.

„Denn wenn auch sie nicht mehr können“, sagt Matzawrakos seinen Klienten oft, „hat Oma keinen mehr, der sie pflegt.“



Alexis Matzawrakos,
Psychiater

werde, was rechtlich und versorgungspolitisch nicht durchdacht sei. Es sei kurios, dass an einem Nebenbeschäftigungsverbot für Ärzte gearbeitet werde – in Mariazell aber ein Spitalsarzt im Gesundheitszentrum arbeiten soll.

Auch Landesrat Christopher Drexler ist „erstaunt“, weil ich die Ärztekammer als konstruktiven Partner schätze, und jetzt behauptet wird, sie sei nicht eingebunden gewesen. Dafür sind wir zu oft zusammengesessen.“ Und: „Wenn sie das Thema mit ihren Arztkollegen nicht so kommunizieren können, tun sie mir leid. Es steht das Angebot an die niedergelassenen zu kooperieren, da sind wir offen.



„Erstaunt“:
LR Drexler

Mir geht es um die Bevölkerung und da kann ich auf keinen Wahltermin Rücksicht nehmen, auch nicht auf die nächste Ärztekammerwahl.“ Ein Detail, das die Kritik der Ärztekammer erklären könnte: Abseits aller Ärzteschaftsmodelle wurde mit dem Gesundheitszentrum gezeigt, wie ein Versorgungsmodell der Zukunft aussehen könnte. Das Zentrum verfügt über ein weites Behandlungsspektrum – es gibt Bedenken unter Ärzten, dass diese Zentren Teile des niedergelassenen Bereichs ersetzen könnten. Aber: Diese Zentren sollen nur dort errichtet werden, wo man Regionen besser versorgen möchte. **DIDI HUBMANN**

HILFE BEI DEMENZ

Kostenlose Beratung im gerontopsychiatrischen Zentrum: gfs.at

Betreuung und finanzielle Hilfe: demenz-hilfe.at

Entlastung bei Demenz: www.caritas-steiermark.at

Selbsthilfegruppen für Angehörige: Überblick unter www.alzheimer-selbsthilfe.at, Selbsthilfe Alzheimer (Salz) www.selbsthilfe-alzheimer.at

Angehörigen-Schulungen: www.mas-training.at

So können Sie Ihr Alzheimer-Risiko senken

Die Forschung sucht noch nach dem großen Durchbruch, doch jeder kann sein Gehirn selbst trainieren.

Es ist ein fataler Irrglaube, dass die Demenz eine unausweichliche Erscheinung des Alters ist – vielmehr gibt es viele Risikofaktoren, die wir selbst in der Hand haben, wie Experten sagen. So können Sie Alzheimer, der häufigsten Form der Demenz, vorbeugen.

Körperliche Bewegung. Wer den Körper bewegt, tut damit auch dem Gehirn etwas Gutes: Durch regelmäßige Bewegung wird die Bildung neuer Nervenzellen im Gehirn gefördert. Der Beginn einer Demenz kann durch körperliches Training nachweislich verzögert werden!

Gehirntraining. Wie ein Muskel

will auch das Gehirn gefordert werden, um fit zu bleiben. Das geht jedoch nicht mit dem immer gleichen Kreuzworträtsel: Lösen Sie immer schwierigere Rätsel, lernen Sie ein neues Stück auf dem Instrument, erweitern Sie Ihr Vokabular in einer Fremdsprache. Und nutzen Sie Ihr Gedächtnis, in dem Sie Telefonnummern wieder auswendig lernen oder ohne Liste einkaufen gehen.

Seelisches Wohlbefinden. Einsamkeit ist ein Risikofaktor für Demenz: Pflegen Sie Freundschaften oder veranstalten Sie gemeinsame Essen – bleiben Sie sozial aktiv.

POLITIK INTERN

Heftiger Konflikt um Gesundheitszentrum

Gesundheitsfonds, Land und Patienten-anwaltschaft sind im Clinch mit der Ärztekammer.

antwortet man mit einer Dokumentation von Treffen/Gesprächsprotokollen auf die Vorwürfe der „Nichtinformation“.

Die Dokumentation soll den Informationsaustausch beweisen, auch eine Serie von Treffen mit der Ärztekammer-Spitze. Am 6. Juli sei der Kammer außerdem das Konzept übergeben worden – mit dem Ersuchen um Rückmel-

dung. Mit den drei niedergelassenen Ärzten in Mariazell sei Kontakt aufgenommen worden. Diese hätten sich gegen die Konzepte ausgesprochen und mitgeteilt, dass sie nicht bereit sind, dieses zu unterstützen. Es gab weitere Versuche, in Kontakt zu treten. **Bernd Leinich**, einer der Geschäftsführer des Gesundheitsfonds: „Uns jetzt vorzuwerfen,

wir hätten nicht informiert, ist unfair. Wir haben junge, engagierte Ärzte an Bord, die mitmachen – und dann das.“

Patientenombudsfrau Renate Skledar schrieb einen offenen Brief: „Wir finden Gesundheitszentren wichtig, innovativ und den Bedürfnissen der Bevölkerung entsprechend. Es ist selbstverständlich auch wichtig, dass die Ärzte des niedergelassenen Bereiches sowie die Ärztekammer eingebunden werden. Deshalb war Dr. Gazarolli als Ständesvertreter bei der Informationsveranstaltung in Mariazell vor Ort.“ Dieser äußerte sich dort übrigens nicht so kritisch, was heute viele verwundert.

Die Ärztekammer antwortete postwendend: Man wolle verhindern, dass etwas versprochen

Herwig Linder, steirischer Ärztekammer-Präsident, hat mit seiner Kritik am neuen Gesundheitszentrum in Mariazell für massive Aufregung gesorgt. Wie berichtet, sollen dort vier Ärzte in den Räumlichkeiten des alten Spitals die Betreuung von Patienten übernehmen, Dienstag bis Sonntag, jeweils zehn Stunden. Das Ganze ist ein Prototyp für die Gesundheitsreform. Die Ärztekammer bleibt aber kritisch: Es gebe mehrere rechtliche Probleme, die Konstruktion würde nicht halten, Klagsdrohungen stünden im Raum. Man sei über Details nie informiert worden, heißt es auch weiterhin. In der steirischen Gesundheits-szene kontert man jetzt. Im Gesundheitsfonds, der die Maria-zeller Lösung vorbereitet hatte,

ANZEIGE



Medizinische Universität Graz

Insulinpflichtige Typ-2 DiabetikerInnen für Studie gesucht

Im Rahmen der Diabetesforschung an unserer Abteilung führen wir unter ärztlicher Aufsicht eine klinische Studie mit einem neuen in Erprobung befindlichen Kurzzeit-Insulin durch.

Die Studie beinhaltet eine Vorbesprechung, eine Voruntersuchung, zwei stationäre Aufenthalte mit einer Dauer von jeweils 30 Stunden, sowie eine Abschlussuntersuchung.

**Voraussetzungen: Diabetes Typ 2
Insulin als Diabetesmedikation
BMI: kleiner als 35
Alter: 18 – 70 Jahre**

Die Aufwandsentschädigung für diese Studie beträgt € 1275,- (Fahrtkosten werden zusätzlich abgegolten).

Univ. Prof. Dr. Thomas Pieber
Medizinische Universität Graz
Universitätsklinik für Innere Medizin
Abteilung für Endokrinologie
und Stoffwechsel

Auenbruggerplatz 15
8036 Graz

Sie erreichen uns:
Mo.–Fr. 08:00–16:00
Tel.: 0316/385 80769
0316/385 72833

E-Mail: studien@medunigraz.at