

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 84 (2006)
Heft: 10

Artikel: Die lange Reise ins Vergessen
Autor: Stettler, Susanne
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-725881>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die lange Reise ins Vergessen

Weil immer mehr Menschen ein hohes Alter erreichen, wird die Zahl der Demenzkranken massiv zunehmen. Umso wichtiger ist es zu wissen, was hinter diesem Leiden steckt und dass eine frühzeitige Diagnose die Lebensqualität der Betroffenen länger erhalten kann.

VON SUSANNE STETTLER

Jetzt trete ich die Reise in den Sonnenuntergang meines Lebens an», schrieb Ronald Reagan, als er 1994 bekannt gab, er leide an Alzheimer. Zehn Jahre später starb dann der 40. US-Präsident und frühere Hollywoodschauspieler 93-jährig.

Die Alzheimerkrankheit ist die bekannteste und häufigste Form der Demenz. Demenz (lateinisch demens = verwirrt) ist der Oberbegriff für mehr als 50 verschiedene Erkrankungen, die alle gemeinsam haben, dass die Betroffenen ihre Fähigkeit zu denken, sich zu erinnern und zu orientieren verlieren. Schliesslich können sie ihren Alltag nicht mehr ohne Hilfe bewältigen.

90 000 Menschen in der Schweiz leben mit einer Demenz. Nur ein Drittel von ihnen weiss allerdings davon. Weshalb kennen so viele Patienten ihre Diagnose nicht? «Patienten, Ärzte und Angehörige verdrängen häufig die Möglichkeit, dass die beobachteten Gedächtnisstörungen Symptom einer Alzheimererkrankung sein könnten», erklärt dazu PD Dr. med. Albert Wettstein, Facharzt FMH für Neurologie, Demenzspezialist und Chefarzt des Stadtärztlichen Dienstes in Zürich. «Das ist eine normale Alterserscheinung!», sagen sie und denken: «Hoffentlich ist es kein Alzheimer. Aber etwas dagegen tun kann man ja sowieso nicht.»

Das stimmt insofern, als es keine Heilung gibt. Doch wenn eine Demenz – und ganz besonders Alzheimer – frühzeitig erkannt wird, kann man ihr Fortschreiten oft um bis zu einem Jahr hinauszögern.

Und es bleibt Zeit, persönliche Angelegenheiten zu regeln für das Stadium, in dem man nicht mehr fähig sein wird, eigene Entscheidungen zu treffen.

Das Langzeitgedächtnis dominiert

Hauptsymptom der Demenz sind Gedächtnisstörungen. Die Patientinnen und Patienten vergessen immer wieder, was eben gesagt wurde. Was früher geschah, ist dagegen noch sehr präsent. Wer ab und zu einen Termin verschwitzt oder nicht mehr daran denkt, dass er Teewasser aufgesetzt hat, ist dagegen noch lange nicht dement. Gerade bei viel beschäftigten Personen kommen solche «Ausfälle» ab und zu vor, ohne dass eine Krankheit dahintersteckt. Albert Wettstein: «Auch Schwierigkeiten, sich die

Namen nicht sehr nahe stehender Personen zu merken, sind harmlos.»

Mit etwa 50 Prozent der Fälle tritt die Alzheimer-Demenz weitaus am häufigsten auf. Sie wird hauptsächlich durch Gedächtnisstörungen charakterisiert. Orientierungs- sowie Wortfindungsstörungen und Schwierigkeiten im Alltag sind aber ebenfalls typisch. Die mit 18 Prozent der Betroffenen zweitwichtigste Form ist die so genannte Vaskuläre Demenz, die durch die Verkalkung der Hirngefässe sowie durch verschiedene kleine Hirnschläge hervorgerufen wird. Diese sind oft so klein, dass sie unbemerkt bleiben. Weitere 22 Prozent der Patienten leiden an der Pick'schen Krankheit (auch Frontallappen-Demenz genannt), bei der Verhaltensstörungen und Sprachverlust im Vordergrund stehen, oder an der Levy-Körper-Demenz, einer Kombination von Symptomen der Parkinsonkrankheit und der Alzheimer'schen Krankheit.

Die Fachleute unterteilen die vielen Krankheitsformen in zwei Gruppen: Demenzen mit primären Ursachen, welche die direkte Folge von Störungen im Gehirn sind, und solche mit sekundären Ursachen, die als Begleiterscheinung einer anderen Erkrankung entstehen (siehe Kasten links).

Wurde die Demenz durch ein einmaliges Ereignis hervorgerufen, bleibt der Zustand des Patienten stabil und kann sich sogar leicht verbessern. Das betrifft zum Beispiel Menschen, die durch eine verzögerte Wiederbelebung einen Gehirnschaden erlitten haben. «Alle anderen Demenzformen schreiten langsam und stetig vorwärts», sagt der Zürcher Stadtarzt. «Nach Jahren des

VERSCHIEDENE DEMENZFORMEN

Primäre Ursachen

- Alzheimer-Demenz
- Frontallappen-Demenz (Pick'sche Krankheit)
- Vaskuläre Demenz (Multi-Infarkt-Demenz)
- Levy-Körper-Demenz (Parkinson-Demenz)

Sekundäre Ursachen

- Hirntumor
- Schädel-Hirn-Trauma
- Kognitive Störungen bei Depressionen (Depressive Pseudo-Demenz)
- HIV
- Syphilis
- Creutzfeldt-Jakob-Krankheit
- Alkoholismus



Möchten Sie mehr über Demenz wissen? Speziell für Zeitlupe-Leserinnen und -Leser beantwortet PD Dr. med. Albert Wettstein, Facharzt FMH für Neurologie, Demenzspezialist und Chefarzt des Stadtärztlichen Dienstes in Zürich, Ihre Fragen zu diesem Thema.

Zeitlupe-Fragestunde:

Freitag, 29. September,
von 13.30 bis 15.30 Uhr

Telefonnummer: 044 283 89 14
(gilt nur für die Fragestunde)

Krankseins und einer langen Phase von Abhängigkeit und zunehmender Pflegebedürftigkeit führen sie dann schliesslich zum Tod.»

Hoffen können einzig jene, deren körperliches oder seelisches Leiden ähnliche Symptome wie eine Demenzkrankheit hervorruft, ohne das Gehirn dauerhaft zu schädigen. Wird die Ursache – beispielsweise Depressionen, Stoffwechselstörungen, Alkohol- oder Medikamentensucht – rechtzeitig behoben, kann sich der geistige Zustand normalisieren.

Für alle anderen gibt es kein Zurück mehr. Eine traurige Sache für die Angehörigen und oft auch für die Betroffenen selbst. Wobei Alzheimer noch relativ gnädig mit den Patienten verfährt. Sie nehmen ihren Zustand in fortgeschrittenem Stadium meist gar nicht mehr wahr und sind subjektiv zufrieden. Dr. Wett-

BILD: BILDLUPE/REINATE WERNLI

stein: «Sie vergessen, dass sie vergessen. Und wenn sie liebevoll betreut werden, leiden sie kaum.» Ganz im Gegensatz zur Familie, die den Verfall eines geliebten Menschen hilflos mitansehen und zunehmend schwierigere Betreuungsaufgaben übernehmen muss.

Eine Heilung gibt es bei Demenz nicht – die Forscher haben noch keinen Durchbruch auf diesem Gebiet erzielt. So bleiben denn nur Medikamente und gezieltes Gedächtnistraining. Beides zögert den Krankheitsverlauf um bis zu einem Jahr hinaus. Doch man kann auch im Alltag etwas tun: «Besonders wichtig sind Anpassungen der Umwelt an die Demenz und der Krankheit angemessene Beschäftigungsprogramme wie regelmässiges Spazieren», erklärt Neurologe Wettstein. «Man soll unbedingt Freunden und Bekannten von der Krankheit erzäh-

len und sie bitten, weiter Kontakt zu halten. Sie sollten jedoch ihre Besuche den zunehmenden Behinderungen anpassen: nicht mehr über Aktualitäten sprechen, sondern über die Vergangenheit. Wichtiger als Gespräche sind aber liebevolle Zuwendung und gemeinsame Spaziergänge oder gemütliches Beisammensein.»

Aktivität hilft vorbeugen

Im Allgemeinen ist Demenz eine Krankheit des Alters. Sie beginnt meist nach dem 80. Geburtstag. Generell lässt sich sagen: Je älter jemand ist, desto wahrscheinlicher wird eine Demenzerkrankung. In sehr seltenen Fällen trifft es aber 50-Jährige, und einige erkranken auch vor dem 70. Altersjahr. Leider kann sich niemand absolut vor einer Demenzerkrankung schützen. Wer jedoch sein Leben lang aktiv ist, vermindert das Ri-

WEITERE INFORMATIONEN

Information, Beratung, Angehörigen-gruppen, Broschüren, Unterstützungs- und Entlastungsangebote

➤ Schweizerische Alzheimervereini-gung, Rue des Pécheurs 8, 1400 Yver-don-Les-Bains VD, Tel. 024 426 20 00, www.alz.ch

Internetlinks

➤ www.alzheimer-net.ch

➤ www.alzheimerinfo.de

siko. Dr. med. Albert Wettstein: «Die beste Vorbeugung ist ein intensiver Ge-brauch möglichst des ganzen Gehirns.» Gemeint ist damit eine Mischung von geistiger und körperlicher Aktivität, wie sie Wanderungen, Treffen mit Freunden oder Jassnachmittage bieten. ■

Das neue Buch zum Thema

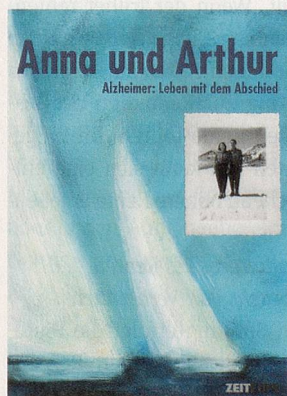
Anna fing 1995 an zu schreiben, als sich bei ihrem Mann die ersten Zeichen der Alzheimerkrankheit zeigten. Arthur war damals 75 Jahre alt, sie 68. Am 1. April 1950 hatte das Paar geheiratet. Nach 45-jähriger Ehe begann sich Arthur zu verändern. Langsam erst. Anna wollte alles aufschreiben. Ihre Tochter schenkte ihr ein Tagebuch: «Mit Papi stimmt etwas nicht.»

Diese Tagebuchnotizen vertraute Anna der Zeitlupe an. Sie blickt darin auf die Jahre der Krankheit mit Arthur – Anna nennt ihn Turi – zurück. Auf ein Jahrzehnt, in dem nichts so blieb, wie sie es sich erhofft und gewünscht hatte. Und in dem es trotz Abschied und Tränen Augenblicke des Glücks gab, die sie nicht missen möchte. Annas Notizen waren die Basis für den Zeitlupe-Artikel «Abschied – Schritt um Schritt, Tag für Tag» in der April-Ausgabe 2005. Viele Leserinnen und Leser waren berührt, immer wieder wurde das Heft nachbestellt. Schliesslich entstand

daraus ein Buchprojekt: Annas Tagebuchnotizen werden ergänzt mit Hintergrundinformationen. Die informativen Beiträge einer Fachärztin und einer Pflegefachfrau geben Einblick in den medizinischen und pflegerischen Bereich der Krankheit. Ein Ratgeber mit Tipps und Informationen schliesst das Buch ab. Illustrationen und Fotos begleiten den Text.

Als der Entwurf vorlag, starb Arthur. Er schlief friedlich ein, im Kreis seiner Familie.

In der Schweiz leben über 90 000 Menschen mit einer Demenz, jedes Jahr werden es mehr. Rund zwei Drittel von ihnen werden zu Hause gepflegt. 300 000 Angehörige sind von der Krankheit mehr oder weniger direkt betroffen. Ihre grosse Leistung können sie nur erbringen, wenn sie unterstützt werden und auf Hilfe zählen können. Ihnen ist das Buch «Anna und Arthur» gewidmet. ■



BESTELLTALON

Ich bestelle das Buch «Anna und Arthur – Alzheimer: Leben mit dem Abschied»

zum Preis von CHF 28.–. _____ Anzahl

Name/Vorname _____

Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____

Telefon/Fax _____

Datum _____ Unterschrift _____

Das Buch erhalten Sie mit Rechnung (plus CHF 4.– für Porto und Verpackung).

Bitte den Bestelltalon ausschneiden und einsenden an: Zeitlupe, Postfach 2199, 8027 Zürich.