

Datum: 27.09.2015

NZZ am Sonntag

NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch/sonntag

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 135'805
Erscheinungsweise: wöchentlich



Themen-Nr.: 375.018
Abo-Nr.: 1053061
Seite: 63
Fläche: 77'122 mm²



Mit einem Museumsbesuch können Demenzkranke aus ihrer Apathie herausgeholt werden.

Maltherapie statt Medikamente

Bei Demenzkranken werden oft Antipsychotika eingesetzt. Alternative Behandlungsmethoden sind zu wenig bekannt. **Von Annegret Czernotta**



NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch/sonntag

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 135'805
Erscheinungsweise: wöchentlich

Themen-Nr.: 375.018
Abo-Nr.: 1053061
Seite: 63
Fläche: 77'122 mm²

Sitzt Rosemarie Wirt* auf dem Toilettenstuhl, weiss sie nicht mehr, wie sie sich anschliessend säubern soll. Statt Toilettenpapier zu benutzen und die Hände zu waschen, nimmt sie den Kot in die Hand, die Hände putzt sie an der Kleidung ab. Die Pflegenden schlägt, beisst und kratzt sie, wenn diese sie waschen und die Kleidung wechseln wollen.

Rosemarie Wirt ist schwer dement. Wie viele andere Menschen mit Demenz auch leidet sie an Verhaltensstörungen, sogenannten behavioralen und psychologischen Symptomen der Demenz. Dazu zählen körperliche Aggressivität, Enthemmung, Schreien, Tag-und-Nacht-Umkehr, Ruhelosigkeit, Depression und Apathie.

Für das soziale Umfeld sind die Verhaltensstörungen oft schwer zu ertragen. Sie sind deshalb der häufigste Grund für Heim- und Spitaleinweisungen. Oftmals erhalten die Betroffenen dann Antipsychotika - diese wirken beruhigend und helfen gegen Aggressivität, Wahn und Halluzinationen. Eine Schweizer Untersuchung aus dem Jahre 2011 zeigt, dass fast 70 Prozent der an Demenz Erkrankten in Schweizer Pflegeheimen über Monate hinweg diese Medikamente einnehmen, obwohl laut Empfehlungen der Fachgesellschaften die Einnahme auf sechs Wochen limitiert ist. Antipsychotika erhöhen nämlich die Sterblichkeit, das Risiko für Stürze, Herzinfarkt und Schlaganfall und beschleunigen den kognitiven Zerfall.

Pflegekräfte besser schulen

Allen Warnrufen zum Trotz geht die Anzahl Verschreibungen von Antipsychotika aber nur langsam zurück. Den Grund dafür sieht Egemen Savaskan, Chefarzt der Klinik für Alterspsychiatrie an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich, unter anderem in der Personalsituation: «Es hat zu wenig Pflegefachkräfte, vor allem in den Altersheimen, und oftmals sind diese zu wenig geschult im Umgang mit den Verhaltensstörungen.»

Personell etwas besser ausgestattet ist man an der Alterspsychiatrie an der Universitätsklinik in Zürich. Für Savaskan stehen nichtmedikamentöse Massnahmen im Vordergrund. «Oftmals kann die körperliche Unruhe oder Aggressivität eine Folge von Schmerzen, Einsamkeit, Orientierungs-

störungen oder anderen Erkrankungen sein», sagt Savaskan. Statt sofort auf Antipsychotika zu setzen, versucht man nach Möglichkeit Ergotherapie, Gedächtnistraining, Mal- und Musiktherapie oder eine Aromapflege. Bringen diese nichtmedikamentösen Interventionen aber keine Erleichterung, dann wird ein Antipsychotikum verschrieben.

Bis jetzt liegen aber erst wenige Studien vor, die die Wirksamkeit der nichtmedikamentösen Therapien beweisen. «Wir können oftmals nur vom klinischen Alltag ableiten, dass sich diese Interventionen bewähren», sagt Egemen Savaskan.

Yvonne Treusch, Forscherin am Institut für Ergotherapie an der ZHAW in Winterthur, hat ein wenig Licht ins Studiendunkel gebracht. Sie führte in neun Berliner Seniorenwohnheimen eine Intervention bei schwer apathischen Menschen durch und verglich diese mit einer gleich grossen Kontrollgruppe. Die Therapie setzte sich aus Biografiearbeit und Bewegung zusammen. «Die Therapie haben wir individuell auf jeden Betroffenen abgestimmt.» Eine ehemalige Bankangestellte ordnete beispielsweise alte Münzen in einen Geldkasten ein. Damit die Seniorin auch den Oberkörper bewegte oder ein Stück ging, placierte Treusch den Geldkasten in unterschiedlichen Abständen im Zimmer. Anhand von Familienfotos versuchte sie möglichst viele alte Erinnerungen in Erfahrung zu bringen. Die Intervention war erfolgreich: Das Ausmass der Apathie stabilisierte sich bereits bei einer Viertelstunde ergotherapeutischer Einzelbehandlung pro Woche über einen Zeitraum von zehn Monaten. Allerdings

Antipsychotika erhöhen die Sterblichkeit, das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall und beschleunigen den kognitiven Zerfall.

kehrte die Apathie zurück, sobald man mit der Intervention aufhörte.

Auch die wenigen anderen Studien zu nichtmedikamentösen Therapien beweisen deren Wirksamkeit: Alzheimerpatienten im Frühstadium konnten neue Tanzschritte in einem Walzer-Tanzkurs erlernen. Eine Humorthherapie führte zur signifikanten



NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch/sonntag

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 135'805
Erscheinungsweise: wöchentlich

Themen-Nr.: 375.018
Abo-Nr.: 1053061
Seite: 63
Fläche: 77'122 mm²

Verbesserung der Stimmung von Alzheimerpatienten. «Unser Gehirn lernt immer dazu, auch das Gehirn von Menschen mit Demenz, und das können wir therapeutisch nutzen», sagt Savaskan. Beispielsweise funktioniert das sogenannte prozedurale Gedächtnis sehr gut. Dazu gehören Bewegungs- und Handlungsabläufe wie Stricken oder Velofahren, die - einmal gelernt - automatisch abrufbar sind. Häufig mangelt es in Pflegeheimen jedoch an einfachen Beschäftigungsmöglichkeiten. Und oft wissen die Angestellten auch nicht, wo sie sich Informationen und Unterstützung holen können.

Sinnstiftende Arbeit anbieten

Dass Schulungen in diesem Bereich durchaus von Nutzen sein können, beweist die «pflegemuri». Die Gerontologin und Ergotherapeutin Brigitte Gysin wird im Pflegeheim Muri, Aargau, herangezogen, wenn die Pflegenden bei aggressivem oder auffälligem Verhalten nicht mehr weiterwissen. «Oftmals geht es im Gespräch oder in der Beobachtung des Patienten dann darum, minimale Ressourcen zu entdecken und auf die Biografie abgestimmte sinnstiftende Beschäftigungen anzubieten», sagt Gysin. Das kann Gartenarbeit umfassen oder den Einbezug in die Haushaltsarbeit.

Oftmals sind die Probleme auch trivialere Art und sind etwa darauf zurückzuführen, dass die Pflege einen strukturierten Ablauf vorgibt, aber der Betroffene gerade in dem Moment sich nicht waschen lassen oder aufstehen möchte. «Medikamente sind dann vielleicht kostengünstiger oder auf den ersten Blick weniger personalintensiv», sagt Gysin, «der Betroffene wird ruhiggestellt und macht mit, aber wir sollten doch dem Menschen erlauben, er selber zu sein.»

**Name von der Redaktion geändert*

Demenz

116000

So viele Menschen mit Alzheimer oder einer anderen Form von Demenz leben heute in der Schweiz.

50%

der Menschen mit Demenz leben zu Hause und werden von ihren Angehörigen betreut.

3-6

So viele Jahre vergehen im Mittel vom Ausbruch der Krankheit bis zum Tod.