Schweizer Hausapotheke direkt

Im Herbst finden zwei öffentliche Podiumsveranstaltungen zum Thema «Altersvergessen» statt:

Residenz au Lac, Biel – Mittwoch, 5. September 2012, um 18.00 Uhr: Dr. med. Hans Pihan, Leitender Arzt Neurologie, Spitalzentrum Biel, wird zusammen mit seinem Co-Referenten Dr. Jindrich Strnad, Facharzt für Alterspsychiatrie und -psychotherapie, einen vertieften Einblick in das Krankheitsbild sowie in die Behandlungsmöglichkeiten geben.

Pfalzkeller St.Gallen – Mittwoch, 26. September 2012, um 19.00 Uhr: Dr. med. Daniel Inglin, Leitender Arzt Geriatrische Klinik St.Gallen, wird diesen Abend als Referent bestreiten und dem Publikum für Fragen zur Verfügung stehen.

Wir haben Dr. med. Daniel Inglin zum Thema «Altersvergessen» befragt.

Gedächtnisprobleme (Altersvergessen) können durch verschiedene Faktoren entstehen. Wann spricht der Arzt von einer kognitiven Störung (Mild Cognitive Impairement – MCI)?
In Abgrenzung zum gewöhnlichen Altersvergessen sprechen wir von einer leichten kognitiven Störung (Mild Cognitive Impairement, MCI), wenn die Beeinträchtigung des Gedächtnisses oder anderer höherer Hirnleistungen (Sprache, Planung etc.) über die nach Alter und Bildung des Betroffenen Normalen hinausgeht, jedoch im Alltag keine wesentliche Behinderung darstellt.

Was ist der Auslöser dieser kognitiven Störungen? Sind die Ursachen bislang genügend erforscht?
Leichte kognitive Störungen können Indikatoren für die spätere Entwicklung einer Demenz sein, demzufolge können alle Demenzursachen Auslöser einer solchen Störung sein. Allerdings kommt es bei zirka 40 Prozent aller Patienten mit einem MCI zu keiner weiteren Verschlechterung, die Ursache in diesen Fällen bleibt unklar.

Lässt sich eine genaue Diagnose stellen?
Durch ausführliche Gespräche mit Patient und Bezugsperson sowie durch eine neuropsychologische Abklärung lässt sich feststellen, ob es sich um eine normale Altersvergesslichkeit, ein MCI oder eine Demenz handelt. Die Ursache der Demenz ist unter Umständen nicht eindeutig zu klären.

Welche Faktoren deuten auf ein solches Krankheitsbild hin?
Gedächtnisprobleme, Störungen von Orientierung, Sprache, Handlung, Planung und weiteren höheren Hirnleistungen oder Veränderungen im Verhalten, wie zum Beispiel Verlangsamung, Agitation und Aggressivität.

Warum ist eine frühzeitige Diagnose beim Hausarzt/Spezialisten so sinnvoll?
Es gibt verschiedene Gründe, den Arzt zu konsultieren: Frühzeitige Standortbestimmung zur Zukunftsplanung (beruflich bei Jüngeren, Testament etc.), Information der Angehörigen über Defizite und Ressourcen, Minimierung von Verhaltensstörungen, Optimierung der Selbständigkeit, sichere Umgebung schaffen, Information über Hilfsangebote etc.

Was passiert mit einem Patienten, der sich beim Hausarzt über Gedächtnisstörungen beklagt?
Der Verlauf ist folgender: Ausführliche Anamneseerhebung, Screeningtests wie Minimental-Test u/o Uhrentest, erste Beratung, evtl. Weiterweisung an Spezialisten (Memory Clinic, Fachärzte).

Gibt es einen Punkt, bei welchem sich der Zustand eines betroffenen Patienten nicht mehr weiter verschlechtert, oder ist Altersvergesslichkeit eine fortschreitende Krankheit mit offenem Ausgang – zum Beispiel fliessender Übergang zur Demenz?
Die Altersvergesslichkeit nimmt meistens etwas zu, kann aber im normalen Rahmen bleiben, oder dann, wie bereits erwähnt, in ein MCI oder sogar eine Demenz übergehen.

Gibt es eine Therapie, welche die Gehirnleistung bei Altersvergesslichkeit dauerhaft verbessert?
Gedächtnistraining, gesunde Ernährung (mediterrane Kost), körperlich, geistig und sozial aktiver Lebensstil, Ausschaltung vaskulärer Risikofaktoren

Ist eine allgemeine Zunahme der Erkrankung festzustellen? Wenn ja – worauf ist dies zurückzuführen?
Ja, bedingt aber durch die zunehmend steigende Lebenserwartung, die erhöhte Sensibilität dem Thema gegenüber und durch die verbesserte Diagnostik.
Urs Tiefenauer

Anmeldung

Ich nehme an der Podiumsveranstaltung teil:
❑ Mittwoch, 5. September, um 18.00 Uhr, in Biel
❑ Mittwoch, 26. September, um 19.00 Uhr, in St. Gallen:

Vorname _____

Name _____

Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____

Einsenden an: Schweizer Hausapotheke, «Altersvergessen»
Könizstrasse 25, 3008 Bern
Per Mail: service@mediapress.ch (Betreff: Altersvergessen/Datum der Veranstaltung) 6/12

Ginkgo hilft dem Gedächtnis auf die Sprünge

Nur äusserst wenige Heilpflanzen schaffen es, wissenschaftlich ernst genommen zu werden – Ginkgo biloba ist eine davon.
Wer erste Anzeichen von Vergesslichkeit wahrnimmt, kann das Fortschreiten einer Demenz mit gezielten Massnahmen verzögern. Gute Erfahrungen machen Patienten mit einem regelmässigen Gehirntraining und einer ausgewogenen Ernährung, vor allem aber mit der Langzeiteinnahme von Ginkgo biloba (z. B. Symfonel® forte). Zu dieser Erkenntnis führte die grösste klinische Studie der Alzheimer-Demenz-Prävention (GuidAge-Studie).
Der in der Studie verwendete Pflanzenteil war der standartisierte Extrakt aus getrockneten Blättern von Ginkgo biloba. Darin befindet sich eine komplexe Mischung verschiedener Substanzen – jede kann auf unterschiedlichen Ebenen wirksam werden.