



Demenz verstehen – Angehörige begleiten

Wenn Vergesslichkeit nicht gleich Demenz ist

In meiner Arbeit mit älteren Menschen und ihren Angehörigen erlebe ich häufig die Sorge: „Ist das schon Demenz?“ Manchmal steckt hinter Vergesslichkeit und Rückzug jedoch eine Altersdepression. Diese sogenannte Pseudodemenz ist keine unaufhaltsam fortschreitende Erkrankung, sondern Ausdruck einer seelischen Belastung, die gut behandelbar ist. Schon die Hoffnung auf Besserung kann für Familien eine große Entlastung sein.

Alzheimer-Demenz – der schleichende Beginn

Die häufigste Form der Demenz ist die Alzheimer-Erkrankung. Sie beginnt langsam, zunächst mit Wortfindungsstörungen, kleinen Gedächtnislücken und Schwierigkeiten im Alltag. Im weiteren Verlauf gehen Orientierung und vertraute Erinnerungen verloren. Für Angehörige bedeutet das, Stück für Stück Abschied von Teilen der Persönlichkeit eines geliebten Menschen zu nehmen. Es ist ein schmerzhafter Prozess, aber gleichzeitig bleibt auch viel Raum für Nähe und liebevolle Begleitung.

Vaskuläre Demenz – plötzliche Veränderungen

Die zweithäufigste Form ist die vaskuläre Demenz, die nach Durchblutungsstörungen im Gehirn, oft nach Schlaganfällen, entsteht. Hier verläuft der Abbau nicht gleichmäßig, sondern tritt manchmal schubartig auf. Angehörige erleben neben Vergesslichkeit auch Stimmungsschwankungen, Sprachstörungen oder Veränderungen in der Motorik. Diese Unvorhersehbarkeit kann den Alltag besonders herausfordernd machen.

Andere Demenzformen – veränderte Persönlichkeit und Wahrnehmung

Es gibt auch Demenzen, die andere Ursachen haben, wie die Frontotemporale Demenz. Angehörige nehmen hier häufig schon früh Veränderungen im Verhalten und in der Persönlichkeit wahr: Menschen wirken enthemmt, gereizt oder ungewöhnlich gleichgültig. Besonders belastend ist, dass die vertraute emotionale Nähe manchmal verloren geht. Eine weitere wichtige Form ist die Lewy-Körperchen-Demenz. Sie zeigt sich neben Gedächtnisstörungen durch Halluzinationen, starke Schwankungen der Aufmerksamkeit und Bewegungsstörungen ähnlich wie bei Parkinson. Auch bei einer Parkinson-Erkrankung selbst kann sich im Verlauf eine Demenz entwickeln, die mit zunehmender Vergesslichkeit und Verlangsamung verbunden ist.

Die Bedeutung einer frühen Abklärung

Bei allen Formen ist es entscheidend, frühzeitig einen Neurologen aufzusuchen. Moderne Untersuchungen können helfen, die Art der Erkrankung klarer einzuordnen. Zudem stehen heute Medikamente zur Verfügung, die den Verlauf verlangsamen oder die Lebensqualität über längere Zeit verbessern können. Eine rechtzeitige Diagnose schenkt den Betroffenen und ihren Familien wertvolle Zeit – Zeit für gemeinsame Aktivitäten, für Gespräche und für das bewusste Gestalten des Alltags.

Unterstützung für Sie als Angehörige

Die Begleitung eines Menschen mit Demenz ist eine große Herausforderung. Gleichzeitig erlebe ich in meiner Arbeit immer wieder, wie viel Liebe, Geduld und Stärke Angehörige aufbringen. Ich biete Ihnen einen geschützten Raum, in dem Sie über Sorgen, Trauer oder Überforderung sprechen können und neue Kraftquellen finden. Trotz aller Belastungen bleibt die gemeinsame Zeit kostbar – jedes Gespräch, jedes Lächeln, jeder Moment der Nähe ist ein Geschenk.

Ich bin für Sie da

Wenn Sie in Ihrer Familie mit dem Thema Demenz konfrontiert sind und Unterstützung wünschen, lade ich Sie herzlich ein, Kontakt mit mir aufzunehmen. Gemeinsam können wir Wege finden, liebevoll und gestärkt mit dieser Situation umzugehen.



Psychotherapie Arne Behr Heilpraktiker für Psychotherapie

📍 Himmelstraße 9, 22299 Hamburg

☎ 0172-721 26 33

✉ psychotherapie@arnebehr.de

🌐 www.psychotherapie-arnebehr.de

