

# Demenz: Was Sie wissen sollten

## Was ist Demenz?

- Wie wird Demenz definiert? 10
- Welche Demenzformen gibt es? 12
- Alzheimer-Demenz (AD) ist die häufigste Demenzform 13
- Wie entsteht Alzheimer? 14
- Wann sollte Alzheimer diagnostiziert werden? 14
- Verschiedene Erscheinungsformen der Alzheimer-Krankheit 15
- Die präklinische Phase der Alzheimer-Erkrankung 16
- Leichte kognitive Störung (MCI) im Zusammenhang mit Alzheimer 17
- Drei Phasen der Alzheimer Demenz 18
- Frontotemporale Lobärdegeneration (FTLD, FTD) 18
- Lewy-Körper-Demenz 20
- Parkinson-Demenz und Demenzen bei atypischen Parkinson-Syndromen 21
- Seltenere neuro-degenerative Demenzen 22
- Vaskuläre Demenz 23
- Symptomatische Demenz: Wenn eine andere Erkrankung die Ursache ist 23
- Mischdemenzen 24
- Ursachen und Risikofaktoren: Gene und familiäre Veranlagung 25
- Alterung und Demenz 25
- Wie kann man einer Demenz vorbeugen? 26

## Symptome und Diagnose

- Symptome: Wie sich eine Demenz zeigen kann 33
- Ärztliche Diagnostik und Ursachensuche 39
- Neuropsychologische Tests 41
- Bildgebende Verfahren 48
- Untersuchung des Nervenwassers 52

# Therapieoptionen und das Leben mit Demenz

## Medikamentöse Behandlung

- Störungen der Kognition 59
- Delir (Verwirrtheit, Halluzinationen, plötzliche Unruhe) 61
- Unruhe, Aggressivität, Reizbarkeit 61
- Depression 61
- Schlafstörungen 62
- Bewegungsstörungen 62
- Spezielle medikamentöse Ansätze 63

## Aktivierende Therapien

- Kognitives Training/Neuropsychologie 69
- Ergotherapie 74
- Physiotherapie 74

## Was Betroffene selbst tun können

- Hilfreiche Apps 78
- Bewegung 79
- Einfache Bewegungsübungen für zu Hause 81
- Gesunde Ernährung 90
- Was dem Gehirn guttut: Rezeptideen 91

## Was Angehörige tun können

- Was tun bei Verhaltensauffälligkeiten? 132
- Umgang mit Demenz in der Familie/Partnerschaft 134
- Selbsthilfe für Angehörige 137
- Scham ist ein häufiger Begleiter 139
- Gute Informationen sind wichtig 140
- Montessori-Methode bei Demenz 143

## Forschung und neue Entwicklungen

- Reduktion des Demenzrisikos durch Herpes-zoster-Impfung? 145
- Neue Erkenntnisse zur Krankheitsentstehung 146
- Aktuelles in der Demenztherapie 146
- Neuromodulation 148
- Zukunftsansichten 151
- Schlusswort 153
- Stichwortverzeichnis 154
- Empfehlungen der Autoren 156