

# Zum Test in die Apotheke?

**DEMENZ** Das Risiko einschätzen und der Erkrankung vorbeugen: Dabei können Apotheken vor Ort unterstützen **TEXT: PEGGY ELFMANN**

Das Poster am Eingang der Apotheke von Dr. Bernhard Wenkers in München lädt ein zur „Gedächtnisvorsorge“. Darauf steht: „Digital und einfach für alle Personen ab 60 Jahren, die Probleme mit dem Gedächtnis im Alltag als belastend erleben.“

## Studienort Apotheke

Dahinter steckt eine wissenschaftliche Studie, die derzeit in 14 Apo-

theken im Großraum München läuft. Dr. Carolin Kurz und Prof. Dr. Robert Perneczky vom Alzheimer Therapie- und Forschungszentrum der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU) wollen die Prävention und Früherkennung von geistigen Einbußen im Alter dorthin bringen, wo viele ab 60-Jährige ohnehin häufig hingehen, um Rat zu suchen: in ihre Apotheke vor Ort.

Das Ziel der Studie: Demenzerkrankungen früh erkennen und das Risiko möglichst senken. Denn Prävention bietet wichtige Chancen. „Wir wissen längst, dass sich vorbeugend viel tun lässt“, sagt Neurologin und Psychiaterin Carolin Kurz.

14 Risikofaktoren für Demenz sind inzwischen bekannt. Darunter Bluthochdruck, ein hoher Cholesterinspiegel, Schwerhörigkeit, Übergewicht, Bewegungsmangel, Rauchen und übermäßiger Alkoholkonsum. Auch Depression und Einsamkeit können Demenz fördern.

Einladung mit Augenzwinkern





**DR. BERNHARD WENKERS** vor seiner Apotheke in München.

„Demenz beginnt schleichend“, sagt er. „Bei den ersten Anzeichen lässt sich aber noch einiges tun“

Vier von zehn Demenzerkrankungen könnten durch Prävention verzögert oder gar verhindert werden, das zeigt eine Studie im Fachmagazin *The Lancet*. Doch: „Viele Menschen wissen nicht, dass sie etwas tun können, um vorzubeugen“, sagt Apotheker Wenkers. Denn Demenz beginnt schleichend. Tests in der Apotheke vor Ort können als niederschwelliges Angebot zur Aufklärung beitragen. „Zur Vorsorge zählen viele Themen, die in der Beratung bei uns ohnehin

eine Rolle spielen.“ Zum Beispiel Bluthochdruck. Dabei werden oft Medikamente verordnet –und Apotheker und Apothekerinnen sind wichtige Ansprechpartner. „Vielen Menschen ist nicht bewusst, dass sich ein hoher Blutdruck auch auf die Gehirngesundheit auswirkt“, sagt Wenkers. Schon vor Jahren hat er seine Apotheke als demenzfreundlich zertifizieren lassen und engagiert sich als Leiter des Qualitätszirkels zur Pharmazeutischen Betreuung in München. Er ist überzeugt: „Wer die Risikofaktoren kennt, kann selbst aktiv werden.“

### So funktioniert der Test

Das Demenz-Screening, das derzeit in den Münchner Apotheken als Pilotprojekt läuft, besteht aus neun digitalen Tests und Fragebögen. Dabei muss man zum Beispiel möglichst viele Symbole den Ziffern zuordnen, sich so viele Bilder wie möglich merken oder eine Uhrzeit auf ein Zifferblatt eintragen. In einem Fragebogen geht es um Angaben zur Lebensqualität, zum Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und zu depressiven Symptomen. „Vor Beginn erkläre ich das Prozedere und die digitalen ▶

Anwendungen. Danach lasse ich die Kundin oder den Kunden im Beratungsraum mit dem Tablet allein, um das Ergebnis nicht zu verfälschen“, sagt er.

Eine Vorgängerstudie zeigte, dass dies auch Menschen über 80 Jahre gut schaffen. Neurologin Kurz erklärt: „Das läuft ähnlich ab wie in der Klinik-Ambulanz. Auch da bearbeiten die Patienten und die Patientinnen die Tests selbstständig.“

### Kein Problem mit dem Test

Erika Halbig hat den Test gemacht. Die 85-Jährige ist Stammkundin in Wenkers' Apotheke. „Eigentlich war ich nur wegen meiner Kompressionsstrümpfe da, aber dann hat Herr Wenkers mir den Flyer gegeben und ich dachte mir: Warum nicht?“ Sie habe keine Angst vor einer Demenz, weil sie sich mit Rätseln und Computerspielen geistig fit halte. Mit dem Tablet sei sie super klargekommen.

Das Ergebnis würde Wenkers den Teilnehmenden am liebsten direkt nach dem Test mitteilen. Doch die Auswertung dauere ein bis zwei Wochen. Dann informiert Wenkers die entsprechenden Personen und bittet sie in die Apotheke. Studienleiterin Kurz betont: „Es gibt keine Diagnose, sondern nur eine erste Einschätzung

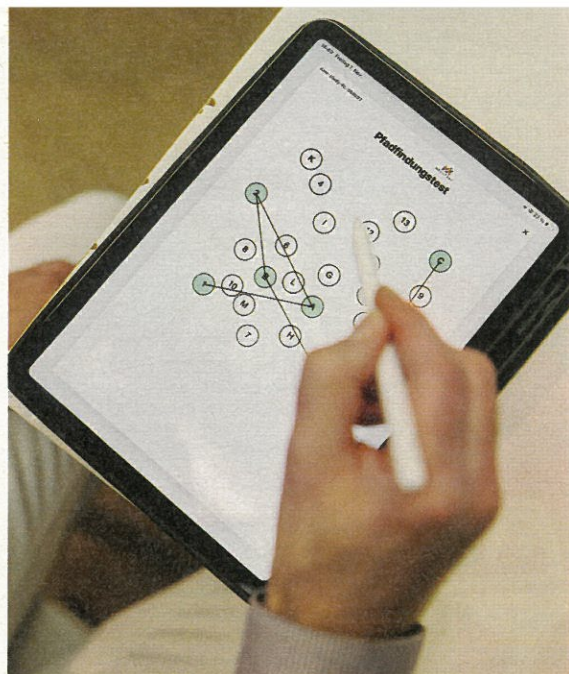


Foto: W&B/Florian Generotzky

und Empfehlung.“ Testperson Erika Halbig meint: „Das war wirklich interessant, was ich über Demenz erfahren habe und wie man vorbeugen kann.“ Etwa habe sie nicht gewusst, dass soziale Kontakte, Familie und Freundschaften bei der Vorbeugung eine wichtige Rolle spielen. Umso glücklicher ist sie nun, dass sie vier Enkelkinder und drei Urenkel habe und mit ihrer besten Freundin oft stundenlang am Telefon quatsche.

### Mehr Werbung fürs Angebot

Wenkers wünscht sich, dass noch mehr Kunden und Kundinnen das Angebot annehmen. Der Test selbst dauert nur 20 bis 25 Minuten. Doch die Vorbereitung und das Gespräch zum Ergebnis brauchen Zeit. „Im eng getakteten Apotheken-Alltag ist das gar nicht so einfach unterzubringen“,

**Demenz-Test auf dem Tablet: das persönliche Risiko früh erkennen und Hilfe finden**

# Erste Anzeichen für ein Demenz-Risiko

Sie fühlen sich betroffen? Lassen Sie Beschwerden frühzeitig abklären!

sagt er. Dennoch ist er überzeugt, dass die Apotheke ein guter Ort für ein Demenz-Screening ist. Für die nächsten Wochen plant Wenkers, bei Ärzten und Ärztinnen im Umkreis, aber auch im Sportverein auf das Screening hinzuweisen.

Bei einem auffälligen Ergebnis verweisen die teilnehmenden Apotheken weiter, allerdings nur auf Wunsch der Testperson. So können mehr Menschen mit erhöhtem Demenz-Risiko passende Hilfsangebote finden. Zwar gibt es noch kein Medikament, um die Krankheit zu heilen, aber medikamentöse und nicht medikamentöse Therapien können eine gute Lebensqualität sichern. „Am meisten lässt sich tun, wenn die Diagnose frühzeitig gestellt wird“, erklärt Kurz.

Apotheker Wenkers gibt den Menschen, die bei ihm den Demenz-Test machen, auch Informationen zu Anlaufstellen in der Umgebung mit, zum Beispiel für Bewegungs- und Freizeitangebote. Denn Sport wirkt vorbeugend – und auch Menschen, bei denen bereits Demenz-Symptome vorliegen, profitieren davon. Adressen für Hör- und Sehtests oder Suchtberatung sollen Betroffenen helfen, andere Risikofaktoren zu minimieren – und möglichst lange gesund und geistig fit zu bleiben. ●

**Für Quellen  
und weiter-  
führende In-  
formationen  
den QR-Code  
scannen**



## **Gedächtnis schwächt?**

Sie können sich Neues schwer merken? Dinge, die sonst keine Probleme bereiten, fallen plötzlich schwer? Beim nächsten Arzttermin ansprechen!

## **Es gibt Alarmzeichen?**

Nur vergesslich oder ist es Demenz? Erste Anzeichen können Schwierigkeiten mit dem Kurzzeitgedächtnis und Probleme bei der Orientierung sein.

## **Das Wesen verändert sich?**

Angehörige bemerken es meist zuerst: Bei einer Demenz kann sich die Persönlichkeit wandeln. Eigentlich ruhige, höfliche Menschen werden unter Umständen sogar aggressiv.

## **Die Orientierung lässt nach?**

Bestimmte Fähigkeiten können infolge einer Demenz schwinden: Betroffene finden sich etwa in unbekannter Umgebung nur noch schwer zurecht.