

## Vergesslichkeit oder Demenz?

Neben anderen Institutionen bietet die terzStiftung in Berlingen Hilfe bei einer Demenz-Diagnose an



Sobald die Gedächtnisprobleme spürbar negative Auswirkungen auf den Alltag zeigen und frühere tägliche Routinearbeiten zum Problem werden, sollten und müssen sie ernstgenommen werden.

(pd/le) Oft vergisst man Dinge im Alltag, übersieht einen Termin oder geht daheim irgendwo hin, ohne zu wissen, was man eigentlich wollte. Die momentane Konzentration und Aufmerksamkeit – aber auch die seelische und geistige Belastung – ist ausschlaggebend, um sich etwas merken zu können. Mit zunehmendem Alter nimmt die körperliche Leistungsfähigkeit und die des Gehirns ab – es wird immer schwieriger, sich Dinge zu merken, der alternde Mensch denkt und antwortet langsamer.

Sobald die Gedächtnisprobleme jedoch spürbar negative Auswirkungen auf den Alltag zeigen und frühere tägliche Routinearbeiten zum Problem werden, sollten und müssen sie ernstge-

nommen werden. So kann es vorkommen, dass man sich an seit Jahren wahrgenommene, wöchentliche Vereinstermine nicht mehr erinnern kann, dass man eine bedeutsame Verpflichtung vergisst oder eine eingeübte Verrichtung wie Kochen oder eine handwerkliche Tätigkeit plötzlich nicht mehr leicht von der Hand geht.

Stellt der Arzt eine Demenzerkrankung fest, so löst das bei den Betroffenen selbst, bei ihrer Familie und im ganzen Freundeskreis einen Schock aus. Aber es ist auch eine Antwort darauf, weshalb die Betroffenen an sich selbst Veränderungen feststellen. Der Erkrankte und sein Umfeld sollten sich Zeit lassen für die Verarbeitung der Demenzdiagnose und dann sollte geplant werden, wie es weiter geht.

### Die neue Situation annehmen

Es gibt zwar kein Patentrezept bei einer Demenzerkrankung, denn jeder Mensch ist anders. Eine Demenz bedeutet, dass sich Vieles ändern wird im Leben. Trotzdem geht das Leben weiter und ein Betroffener sollte bereit sein, sich der neuen Situation zu stellen und einige wichtige Dinge zu regeln.

Folgende Institutionen helfen gerne weiter und stehen beratend zur Seite: Alzheimer Schweiz ([www.alzheimer-schweiz.ch](http://www.alzheimer-schweiz.ch)), Alzheimer Thurgau (Dunantstrasse 2, 8570 Weinfelden, Telefon 052 721 32 64 oder E-Mail an [info.tg@alz.ch](mailto:info.tg@alz.ch)), terzStiftung (Seestrasse 112, 8267 Berlingen, Telefon 052 723 37 00 oder E-Mail an [demenz@terzstiftung.ch](mailto:demenz@terzstiftung.ch)) sowie aufsuchende Demenz Beratungsstellen im Kanton Thurgau. Bei diesen Institutionen können sich Betroffene und Angehörige austauschen und sich beraten lassen über das, was im Rahmen der neuen Lebenssituation wichtig ist.