



Wer hinschaut, erkennt die Emotionen: Eine Alzheimer-Patientin erhält Besuch von ihrer Familie.

# Lebensqualität trotz schwerer Demenz

Mimik offenbart die Seele: Würden die Emotionen von Menschen mit schwerer Demenz richtig gelesen, könnten Psychopharmaka massiv reduziert werden. *Von Daniela Kuhn*

Schwer demenzkranke Menschen können alltägliche Anforderungen nicht mehr bewältigen und sind daher ganz auf ihre pflegende Umgebung angewiesen. Oft sind sie bettlägerig, die Sprache ist auf wenige Worte reduziert oder überhaupt nicht mehr vorhanden. In Fachkreisen galt diese Patientengruppe noch vor zehn Jahren als emotional stark abgeflacht und kaum mehr ausdrucksfähig.

Diese Einschätzung haben einige Untersuchungen zur Lebensqualität von schwer Demenzkranken mittlerweile widerlegt. Vorausgesetzt, es handelt sich nicht um eine Form von Demenz, bei der die Mimik gestört ist, lässt sich nämlich anhand des Augen- und Gesichtsausdrucks durchaus auf das emotionale Befinden und somit auch auf individuelle Bedürfnisse schliessen. Der Schlüssel zum Innenleben von schwer Demenzkranken ist somit die Beobachtung von Emotionen wie Freude und Traurigkeit. Lässt sich daran sogar die Lebensqualität der Patienten messen?

Sandra Oppikofer, Leiterin Evaluationsprojekte am Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich, ist dieser Frage nachgegangen. Elf Wochen lang hat sie das emotionale Ausdrucksverhalten von schwer Demenzkranken in drei Institutionen im Kanton Zürich beobachtet. Als Beobachtungsinstrument benutzte sie dabei eine Gefühls-

skala, die sogenannte Observation Emotion Rating Scale (OERS), mit deren Hilfe sich Veränderungen in der Lebensqualität zuverlässig messen lassen. Diese Gefühlskala wurde 1996 vom amerikanischen Psychologen M. Powell Lawton entwickelt. Sie umfasst negative und positive Gefühlszustände (Ärger, Angst, Traurigkeit, Freude, Interesse), deren Häufigkeit und Dauer anhand von fünf Stufen eingeschätzt werden.

Wie relevant sind solche Messungen für die Praxis? Sind Pflegende mit Intuition und Interesse nicht sowieso in der Lage, auf die Emotionen ihrer

## Schulung auf DVD

«Zeichensprachen» heisst ein kurzer Film über die Signale des emotionalen Ausdrucks von Menschen mit Demenz. Produziert wurde er vom Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich in Zusammenarbeit mit den Pflegezentren der Stadt Zürich und dem Krankenhaus Sonnewald in Wetzikon. Die DVD kostet für Privatpersonen 39 Franken, für Institutionen 98 Franken und ist zu beziehen unter [www.zfg.uzh.ch](http://www.zfg.uzh.ch).

Zur Ergänzung bietet das Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich einen eintägigen Kurs an. Informationen: [hannele.hediger@zfg.uzh.ch](mailto:hannele.hediger@zfg.uzh.ch)

Patienten einzugehen? «Nicht unbedingt», sagt Oppikofer: «Man muss genau hinschauen und die geäusserten Emotionen richtig interpretieren. Angst wird beispielsweise oft als Traurigkeit wahrgenommen. Feine Zeichen von Aggressivität werden oft übersehen.»

Gemeinschaftliche Aufenthaltsräume seien für viele Patienten das Richtige, aber eben nicht für alle: «Manche Bewohner sind nach dem Frühstück unruhig, weil sie lieber alleine wären», sagt Oppikofer.

Auf Mimik geschulte Pflegende sollten Wünsche der Patienten anhand der Mimik erkennen, sofern sie sich dafür Zeit nehmen. Das Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich hat zur Sensibilisierung von Pflegenden und Angehörigen einen Film und eine kurze Schulung entwickelt (siehe Kasten). In der Praxis werden die Emotionen noch immer nicht genügend oder falsch gedeutet. Schwierig wird es vor allem, wenn es schnell gehen muss, erklärt Oppikofer: «Auffällige Patienten nehmen dann die ganze Aufmerksamkeit der Pflegenden in Anspruch, während die sogenannten «Pflegeleichten» vernachlässigt werden.»

«Aus Ratlosigkeit werden deshalb oft Neuroleptika oder andere dämpfende Mittel verabreicht, deren Wirkung allgemein überschätzt werden», sagt Ulrich Erlinger, Psychiater mit Schwerpunkt Alterspsychiatrie und stellvertretender Chefarzt beim Stadtärztlichen Dienst in Zürich. Die Nebenwirkungen sind laut Erlinger beträchtlich: «Die Motorik wird schlechter. Die Sturzgefahr steigt und damit auch das Risiko eines Spitalaufenthalts. Hinzu kommt, dass die mimische Gesichtsmuskulatur weniger beweglich wird und sich der emotionale Ausdruck entsprechend verändert.» Die Mimik verliert dann an Aussagekraft.

«Auf rund die Hälfte der heute verabreichten Mittel könnte wohl verzichtet werden», schätzt Erlinger. Ihren Einsatz befürwortet er sozusagen als Ultima Ratio, nach präziser Beobachtung der Mimik und Milieuthherapie: «In erster Linie wichtig ist die Beobachtung von Mimik und Verhalten. Als zweiter Schritt sollte untersucht werden, was den Patienten stört oder ängstigt. Schwer demenzkranke Menschen reagieren beispielsweise stark auf Lärm: Eine nahe Baustelle kann innere Unruhe auslösen. Den gleichen Effekt können auch Schmerzen haben.»

In den Stadtzürcher Pflegeheimen stellt Sandra Oppikofer trotz gleichem Pflegeschlüssel grosse qualitative Unterschiede fest: «Relevant für das Erkennen der Emotionen ist nicht nur die Anzahl des Personals. Entscheidend ist vielmehr, wie die Modelle und Visionen von der Heim- und Pflegeeinrichtung umgesetzt werden.»

Wichtig seien natürlich auch bauliche Rahmenbedingungen: «Geschlossene, schmale Korridore können Aggressionen auslösen, während beispielsweise ein frei begehbare Garten auf die Patienten entspannend wirkt.»

## Neues aus der Wissenschaft

### Partner macht dick

Dass viele Männer nach der Heirat dicker werden, ist bekannt. Jetzt melden Wissenschaftler, dass dies offenbar auch für Frauen zutrifft. Forscher von der University of Queensland in Australien haben über 6000 australische 18- bis 23-jährige Frauen mit einem Durchschnittsgewicht von 64 Kilogramm während 10 Jahren beobachtet («American Journal of Preventive Medicine», online). Jene Frauen, die sowohl einen Partner als auch mindestens ein Kind hatten, brachten 10 Jahre später im Schnitt 9 Kilogramm mehr auf die Waage. Bei den Frauen mit Partner, aber ohne Kind betrug die Gewichtszunahme immerhin 7 Kilogramm, während sie bei den kinderlosen Frauen ohne Partner bloss bei 5 Kilogramm lag. (tlu.)



### Neuer Rekord für Pi

Der französische Computerprogrammierer Fabrice Bellard hat einen neuen Rekord bei der Berechnung der Anzahl Stellen der mathematischen Konstante Pi ( $\pi$ ) aufgestellt. Laut der britischen BBC kalkulierte Bellard Pi auf fast 2,7 Billionen Stellen genau. Das sind 123 Milliarden Stellen nach dem Komma mehr als beim bisherigen Rekord eines japanischen Forschers im August 2009. Die neueste Zahl Pi ist unvorstellbar lange: Würde man pro Sekunde eine ihrer Ziffern zitieren, brauchte man für die ganze Zahl volle 86 000 Jahre. Die exakte Berechnung von Pi ist mehr als eine Spielerei. Mit dieser Konstante lässt sich zum Beispiel überprüfen, wie genau ein Computer rechnet. (pim.)



ford zeigen nun, dass Krähen sich Werkzeuge basteln, mit denen sie Käferlarven aus Bäumen angeln («Proceedings of the Royal Society B», online). Die Zoologen beobachteten bei 14 wilden Geradschnabel-Krähen auf Neukaledonien, wie die Tiere mit insgesamt 193 Stöckchen und Blattstielen werkelt, um an die Beute zu gelangen. Zu diesem Verhalten gehörte auch, jüngeren Tieren die Fähigkeit beizubringen. (six.)

Video im Internet: [www.youtube.com/watch?v=zwTvfSK8I](http://www.youtube.com/watch?v=zwTvfSK8I)

### Krähe nutzt Werkzeug

Krähen gelten als die Intelligenzbestien unter den Vögeln. Und auch manches Säugetier bleibt hinter der Gedankenleistung der Krähen zurück, die sich selbst im Spiegel erkennen. Wissenschaftler der University of Ox-

### Insekten tragen Viren

Mit einer neuartigen molekularbiologischen Technik haben Genforscher 5 neuartige Viren bei Insekten entdeckt. Anhand einer Art von Fingerabdrücken, welche die Keime in Zellen von Fruchtfliegen und Mücken hinterlassen hatten, identifizierten die Wissenschaftler von der University of California die bisher unbekannt

Virustypen («PNAS», online). Mit der Technik könnten künftig Erreger aufgespürt werden, die beim Menschen Krankheiten auslösen, so die Forscher. Zu den bisher bekannten, von Insekten übertragenen Viruskrankheiten gehören beispielsweise Japan-Enzephalitis, Gelbfieber und Dengue-Fieber. (six.)

### Korrigendum

Im Artikel «Die Behandlung beginnt am Telefon» vom 3. Januar ist uns leider ein Fehler unterlaufen. Bei Medi24 liegt die Telecare-Rate, also die Anzahl Fälle, die abschliessend am Telefon gelöst werden, nicht bei 30 Prozent, sondern bei 62 Prozent. (zsz.)

### Schluss-Strich von Nicolas Mahler

