

## 9. Verlust von Eigeninitiative und Rückzug aus dem sozialen Leben

Sie verlieren zunehmend Eigeninitiative und gehen ihren Hobbies, sozialen oder sportlichen Aktivitäten immer weniger nach. Oder aber Sie bemerken Veränderungen an sich, die sie verunsichern, und ziehen sich zurück.

### **Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Sie fühlen sich manchmal durch Anforderungen bei der Arbeit, in der Familie oder durch soziale Verpflichtungen beansprucht.

## 10. Persönlichkeitsveränderungen

Sie haben starke Stimmungsschwankungen ohne erkennbaren Grund. Oder es treten ausgeprägte Persönlichkeitsveränderungen auf. Etwa spüren Betroffene Unbehagen in fremden Räumen, plötzliches Misstrauen, aggressives Verhalten oder Gefühle von Ohnmacht, Traurigkeit und Rastlosigkeit.

### **Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Sie sind irritiert, wenn geregelte Alltagsabläufe geändert oder unterbrochen werden.



www.andersein-ev.de

### **Kontakt und Fachberatung:**

**Michael Wissussek**

**Tel.: 0171-2734607**

[wissu@gmx.de](mailto:wissu@gmx.de)

**Demenzpflege Riedlingen**

**Tel.: 07371-184726**

[demenzpflege-riedlingen@web.de](mailto:demenzpflege-riedlingen@web.de)

**Haus mit Herz**

**Tel.: 07582-9334730**

[hmh71@gmx.de](mailto:hmh71@gmx.de)

Druck | www.kreativ-u-druck.de

# Demenz rechtzeitig erkennen?

## Der 10 Punkte Leitfaden von MICHAEL WISSUSSEK



**Das Verstehen um das Vergessen**

**www.demenz.support**

# Woran Sie Demenz erkennen

Der 10 Punkte Leitfaden von Michael Wissussek 2024

[www.demenz.support](http://www.demenz.support)

Demenz ist eine umfassende Erkrankung mit unterschiedlichsten Symptomen. In meinen 10 Punkte Leitfaden zeige ich Ihnen Hinweise auf, welche auf eine beginnende Demenz hinweisen könnten, setze Sie aber auch über die Symptomatik „gewöhnlicher“ Alterserscheinungen in Kenntnis.

## 1. Gedächtnislücken

Sie vergessen, den Herd auszuschalten. Oder verpassen wichtige Termine. Solche Beeinträchtigungen des Kurzzeitgedächtnisses, die den Alltag beeinflussen, sind ein Hinweis auf Alzheimer. Auch, wenn der Alltag etwa nur noch mit Notizzetteln organisiert werden kann.

**Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Namen oder Termine werden vorübergehend vergessen, später jedoch wieder erinnert.

## 2. Schwierigkeiten beim Planen und Problemlösen

Sie haben Mühe, sich länger zu konzentrieren oder vorausschauend zu planen. Oder aber, Sie benötigen für vieles viel mehr Zeit als früher, etwa beim Kochen oder Backen nach bekannten Rezepten.

**Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Zerstreutheit, wenn viele Dinge gleichzeitig zu erledigen sind.

## 3. Probleme mit gewohnten Tätigkeiten

Normale Alltagshandlungen werden plötzlich zu großen Herausforderungen. Routineaufgaben werden für Sie schwieriger oder Sie vergessen die Regeln eines Ihnen eigentlich bekannten Spiels.

**Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Sie benötigen gelegentlich Hilfe bei der Bewältigung anspruchsvoller Alltagsaufgaben, etwa bei der Programmierung des Fernsehers.

## 4. Räumliche und zeitliche Orientierungsprobleme

Sie können Orte oder Zeitabstände nicht mehr richtig einordnen. Sie vergessen das Jahr oder die Jahreszeit, können die Uhr nicht mehr lesen oder wissen nicht mehr, wie Sie nach Hause kommen.

**Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Sie verwechseln ab und zu den Wochentag und erinnern sich später daran.

## 5. Wahrnehmungsstörungen

Sie haben große Schwierigkeiten, Bilder zu erkennen oder räumliche Dimensionen zu erfassen. Auch bei der Wiedererkennung vertrauter Gesichter.

**Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Ihr Sehvermögen ist verändert oder verringert sich.

## 6. Sprachschwächen

Es fällt Ihnen schwer, einer Unterhaltung zu folgen oder aktiv daran teilzunehmen. Sie verlieren den Faden oder haben Wortfindungsprobleme.

**Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Sie finden ab und zu nicht das richtige Wort.

## 7. Verlegen von Gegenständen

Sie lassen oft Dinge liegen oder legen diese an ungewöhnliche Orte. Sie vergessen zudem nicht nur, wo die Sachen sind, sondern auch, wofür sie genutzt werden. Etwa werden Schuhe in den Kühlschrank oder Autoschlüssel in den Briefkasten gelegt.

**Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Sie verlegen hin und wieder Dinge und finden diese dann wieder.

## 8. Eingeschränktes Urteilsvermögen

Ihre Urteils- und Entscheidungsfähigkeit verändert sich, etwa bei der Wahl Ihrer Kleider. Oder aber im Umgang mit *Geld* oder bei der Körperpflege.

**Nicht verwechseln mit normalen altersbedingten**

**Veränderungen:** Sie treffen mal unüberlegte oder falsche Entscheidungen.