

# Gelbe Seiten



WAS SIE ÜBER DEPRESSIONEN WISSEN SOLLTEN • 17.04.2019

## Depressiv oder dement? Die Unterschiede erkennen

Depressiv oder dement? Depressionen und Demenz sind die häufigsten psychischen Leiden im Alter. Wie sich diese trotz ähnlicher Anfangssymptome unterscheiden lassen und was im Falle einer Erkrankung hilft.

### Vergesslichkeit nicht immer Symptom einer Demenz

Wo ist denn nur wieder der Hausschlüssel? Wie heißt noch einmal der Augenarzt? Und was wollte ich dringend einkaufen? Wenn die Vergesslichkeit zunimmt, wächst insbesondere im Alter die Furcht vor einer beginnenden Demenzerkrankung. Laut Deutscher Alzheimer Gesellschaft (DAIzG) waren 2016 hierzulande etwa 1,6 Millionen Menschen davon betroffen.

„Doch längst nicht immer sind 'Schusseligkeit' und Zerstreuung das Anzeichen einer beginnenden Demenz“, betont Dr. Martina Huck-Breiter, Chefärztin der auf Burnout- und Depressions-Erkrankungen spezialisierten rheinland-pfälzischen Schlossparkklinik Dirmstein. „Vielmehr können sie auch Symptom einer Depression sein.“

### Depressiv oder dement? Falsche Diagnose nicht selten

Eine sichere Diagnose ist oft schwierig. „Umgekehrt passiert es auch nicht selten, dass Menschen mit beginnender Demenz von ihrem Arzt zunächst fälschlicherweise als depressiv eingestuft und somit falsch behandelt werden“, weiß Huck-Breiter. Ein wesentlicher Grund: „Menschen mit beginnender Demenz beobachten voller Sorge und Verzweiflung ihre nachlassenden geistigen Fähigkeiten – und können dadurch in ein Stimmungstief fallen.“ Experten schätzen, dass es bei fast jedem zweiten an Alzheimerdemenz Erkrankten zu ernsthaften Verstimmungen kommt.

### Depression und Demenz unterscheiden

Während sich die Demenz meist schleichend entwickelt, werden Depressionen eher plötzlich ausgelöst – vielfach durch ein besonders belastendes beziehungsweise einschneidendes Erlebnis. In jungen Jahren sind das oft Arbeitslosigkeit oder andere Probleme im Job oder der Partnerschaft - im Alter meist gesundheitliche und körperliche Beschwerden, sowie Einsamkeit durch den Tod des Partners. „Doch längst ist es nicht immer der schwere Schicksalsschlag, der uns in ein tiefes Loch fallen lässt“, gibt die Expertin zu Bedenken. „Auch nachlassende psychische und physische Fähigkeiten und das Gefühl der Isolation können die eigene Wertschätzung und die seelische Stimmung stark beeinflussen.“

### Demenzkranken sind oft desorientiert

Doch wie lassen sich Demenz und Depressionen frühzeitig unterscheiden? Laut Experten gibt es einige deutliche Anzeichen, die auch Betroffenen beziehungsweise deren Angehörigen bei der Einordnung der Veränderungen helfen können. So leiden demente Menschen im Gegensatz zu depressiven unter einer oft ausgeprägten Desorientierung und nachlassenden kognitiven Fähigkeiten. Zudem ist bei ihnen auch die Alltagskompetenz stark beeinträchtigt.

# Was die tägliche Leistungskurve verrät

Weitere Unterschiede sind bei der täglichen „Leistungskurve“ erkennbar: An Demenz erkrankte Menschen sind der Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie zufolge in der Regel morgens geistig besonders rege und bauen dann im Tagesverlauf zunehmend ab. Bei depressiven Menschen ist es genau umgekehrt: In der Frühe kognitiv alles andere als fit, steigert sich deren geistige Leistungsfähigkeit oft im Laufe des Tages zunehmend. Typisch ist auch, dass demente Menschen die Probleme eher herunterspielen und depressive diese eher dramatisch beurteilen.

## Jeder Vierte leidet unter Alters-Depressionen

Das Risiko an einer Depression zu erkranken, wächst mit fortschreitenden Jahren erheblich: Während die Quote in der Gesamtbevölkerung bei fünf Prozent liegt, sind es Schätzungen zufolge bei Menschen über 70 rund 25 Prozent. Neben den generellen Symptomen wie tiefer Trauer und Antriebs- und Hoffnungslosigkeit kommen bei ihnen häufig körperliche Symptome hinzu, vielfach Rückenschmerzen oder Herzrhythmusstörungen. „Nicht selten sind die physischen Beschwerden auffälliger als die psychischen und erschweren somit die Diagnose“, betont Huck-Breiter.

## Depression im Alter bleibt oft unerkannt

Das Resultat: Nur 10 bis 20 Prozent aller Depressionen im Alter werden überhaupt erkannt und entsprechend therapiert, sind sich Fachärzte sicher. Dabei bietet die Kombination aus Psychotherapie und Antidepressiva wirkungsvolle Hilfe. „Bei professioneller Unterstützung bestehen auch im fortgeschrittenen Alter gute Chancen einer wesentlichen Verbesserung der Beschwerden“, betont Dr. Huck-Breiter. Es kommt wieder zu mehr Lebensfreude und psychischer Stabilität.

## Depression und Demenz: ein Altersrisiko

Wie bei den Depressionen, so steigt im Alter auch das Risiko einer Demenzerkrankung erheblich: Sind in der Altersgruppe von 70 bis 74 Jahren laut DALzG noch unter vier Prozent betroffen, so sind es bei den 80 bis 84jährigen bereits mehr als 15 Prozent und bei den über 90-Jährigen sogar 41 Prozent.

Ein Heilmittel gibt es noch nicht. Zur anfänglichen Zerstreuung kommen im Laufe der Zeit fortschreitende Beeinträchtigungen der Denk- und Gedächtnisleistung, Persönlichkeitsveränderungen sowie Orientierungslosigkeit und körperliche Beschwerden hinzu.

Pressemeldung

*Disclaimer: Dieser Text enthält nur allgemeine Hinweise und ist nicht zur Selbstdiagnose oder -behandlung geeignet. Er kann einen Arztbesuch nicht ersetzen. Alle individuellen Fragen, die Sie zu Ihrer Erkrankung oder Therapie haben, besprechen Sie mit Ihrem behandelnden Arzt.*