

# Die häufigsten Krankheiten im Alter

Um sich ein Bild von den häufigsten Alterskrankheiten und der erforderlichen Pflege machen zu können, finden Sie hier eine kurze Übersicht:

## 1. Schlaganfall (Apoplex)

Der Schlaganfall ist eine Folge von Gefäßverschluss im Gehirn oder von einer Gehirnblutung. Es kommt zeitweise zu dauernden Ausfällen (Lähmungen der betroffenen Gehirnregionen, oft Halbseitenlähmung). Oft fallen auch Sprachfelder im Gehirn aus, wodurch massive Sprachstörungen auftreten können. Bei gezielter Bewegungs- und Sprachtherapie kann Besserung und manchmal sogar Heilung eintreten.

**Pflege:** Pflegende sollten die gesunde Seite ansprechen (z.B. Patient wäscht sich mit der gesunden Hand etc.) und mit dem Patienten trainieren, ggf. unter Anleitung einer Krankengymnastin. Wichtig sind Geduld und eine positive Grundeinstellung. Die Pflegenden sollten den Patienten immer wieder ermuntern und niemals aufgeben.

## 2. Alzheimer Krankheit (Altersdemenz/Senilität)

Bei dieser häufigen Alterskrankheit sind die eindeutigen Ursachen noch ungeklärt. In Folge der Krankheit treten Störungen auf, welche die Sprache, die motorische Geschicklichkeit und das Gedächtnis (Schwierigkeiten beim Wiedererkennen von Personen und Gegenständen) betreffen.

**Pflege:** Klare Anweisungen von Seiten der Pflegeperson sind wichtig, sowie strenges, freundliches aber bestimmtes Auftreten. Die Pflegeperson darf sich nicht terrorisieren lassen und muss versuchen, innerlich ruhig zu bleiben. Der Patient muss gut beaufsichtigt werden, da Fluchtgefahr besteht. Die Pflege von Alzheimerkranken ist schwierig und sollte nur von Personen übernommen werden, die viel Geduld und innere Gelassenheit haben. Mit der Pflege eines Alzheimer-Patienten wird eine große Verantwortung übernommen.

## 3. Parkinson'sche Erkrankung

Die Parkinson'sche Erkrankung zählt zu den häufigsten neurologischen Krankheiten. Sie betrifft das motorische System: Der Bewegungsablauf erinnert an ein "verklemmtes Zahnrad", das nur ruckweise läuft. Er ist stark verlangsamt, oft treten rasche, rhythmische Zuckungen der Muskeln auf, einfachste Bewegungsabläufe (Anziehen, Essen) können nicht mehr oder nur eingeschränkt vom Patienten selbst durchgeführt werden. Oft sind auch die Gesichtsmuskeln betroffen, inklusive Zunge und Kiefermuskulatur. Auffallend ist der trippelnde Gang und die nach vorn gebeugte Haltung.

**Pflege:** Die Krankheit ist unheilbar und verschlechtert sich zunehmend über die Jahre hinweg. Die Therapie setzt sich aus medikamentösen, krankengymnastischen und ernährungsorientierten Maßnahmen (vegetarische Kost) zusammen. Die Patienten neigen zu Verstopfung und müssen deshalb ballaststoffreich ernährt werden. Wichtig ist auch unbedingt ausreichende Flüssigkeitsaufnahme. Die Pflege ist zunächst mühsam, kann aber, nachdem man sich aufeinander eingespielt hat, gut in Griff gebracht werden.

## 4. Multiple Sklerose

Multiple Sklerose ist eine Erkrankung des Zentralnervensystems, die eine Funktionsstörung aller Körpernerven zur Folge haben kann. Im Gehirn und Rückenmark befinden sich oft mehrere Entzündungsherde, die narbig abheilen und unheilbare Schäden hinterlassen. Bewegungsstörungen einzelner oder auch mehrerer Gliedmaßen können die Folge sein. Es kann zu spastischen Muskelzuckungen kommen. Die Sprache wirkt unbeholfen und teilweise verwaschen (rauschartig). Auffallend ist ein unsicherer, torkelnder Gang. Blasenfunktionsstörungen können auftreten. Oft ist eine depressive Grundeinstellung des Patienten vorherrschend. Die Erkrankung verläuft in Schüben, im Endstadium können die Patienten das Bett nicht mehr verlassen.

**Pflege:** Meist wird die Krankheit medikamentös mit Kortison behandelt. Bei Schüben sollte auf Bettruhe bestanden werden. Die Pflege ist langwierig und es sollte ein gutes Beschäftigungsprogramm organisiert werden (z.B. gemeinsam Kuchen backen, Ausflüge, Vorlesen, Kino). Bei Inkontinenz sollten Windeln verwendet werden. Für schwere Patienten ist unbedingt ein Hebekran und ein spezielles Krankenbett erforderlich.

## 5. Koliken (Krampfschmerzen)

Zu den schmerzintensivsten Krankheiten gehören Koliken (Gallen-, Nieren-, Darm-, Bauchspeicheldrüsenkoliken). Der Schmerz ist mit einem Herzinfarkt vergleichbar, nur anders geortet. Koliken werden zumeist von Steinen ausgelöst, die sich in Niere und Galle bilden. Sie verlaufen wellenförmig und bleiben längere Zeit sehr schmerzintensiv. Die Schmerzen können so intensiv sein, dass sie einen Schock beim Patienten auslösen.

**Pflege:** Bei Koliken wird vom Arzt ein starkes Schmerzmedikament verordnet. Die Pflegeperson sollte beruhigend auf den Patienten einwirken und ihn am Aufstehen hindern. Die betroffenen Stellen sollten gewärmt werden (nicht zu heiß). Der Arzt muss die Schmerzursache aufklären, damit Spätfolgen vermieden werden können. Koliken können schnell mit starken Schmerzmitteln behandelt werden, diese sollten aber nur verwendet werden, wenn die Schmerzursache geklärt ist.

## 6. Arthritis und Rheuma

Arthritis und Rheuma sind Erkrankungen des Bewegungsapparates und gehen mit starken Schmerzen und Bewegungseinschränkungen einher. Bei den Krankheiten kommt es zu Entzündungen, das Knochengewebe baut sich kontinuierlich ab. Behandlungsmöglichkeiten gibt es nicht viele, der Arzt geht meistens medikamentös einwirkend vor.

**Pflege:** Besonders wichtig ist die regelmäßige und zeitgerechte Einnahme der verordneten Medikamente. Krankengymnastik ist unumgänglich und sollte mit großem Eifer betrieben werden. Im akuten Entzündungsstadium sind warme Wickel hilfreich. Dieser Umschlag kann die ganze Nacht um das Gelenk belassen werden. Der Patient sollte immer wieder an die Notwendigkeit der Krankengymnastik erinnert werden.

## 7. Herzinfarkt

Der Herzinfarkt ist ein Gewebsabbau des Herzmuskels. Teile des Herzmuskels, die durch den Verschluss der Herzkranzgefäße nicht mehr mit Sauerstoff versorgt werden können, gehen zugrunde. Gefahrenfaktoren sind Nikotin, Fettleibigkeit, Alkohol, Zuckerkrankheit und Gicht. Anzeichen sind stärkste Schmerzen im Brustbereich, die in den linken Arm und den Kieferbereich ausstrahlen können. Hochgradige Atemnot besteht. Dazu kommen starker Puls, Blässe und Blutdruckabfall.

**Pflege:** Helfen kann nur eine intensivmedizinische Maßnahme. Bei den beschriebenen Anzeichen muss sofort der Notarzt gerufen werden. Nach einem überstandenen Infarkt muss der Patient wieder langsam und behutsam in den normalen Alltag eingeführt werden. Psychisch und physisch muss mit ihm gearbeitet werden, sein Leben muss sich den veränderten Bedingungen anpassen (z.B. gesunde, fettarme, natriumarme Ernährung, Nikotin/Alkoholverbot etc.) Die Angst vor einem neuen Infarkt kann den Patienten enorm belasten. Dies kann als Anlass dienen, mit dem Patienten eine neue Lebenshaltung zu erarbeiten.