

Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV) im Bereich Demenz

Dieses Faktenblatt richtet sich an Fachpersonen aus der Prävention, Begleitung, Betreuung, Pflege und Behandlung. Es zeigt auf, warum die Prävention in der Gesundheitsversorgung im Bereich Demenz wichtig ist, wo sie ansetzen und wie sie gefördert werden kann. Das Faktenblatt fasst die wichtigsten Erkenntnisse des gleichnamigen Referenzdokuments zusammen, das im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) erarbeitet worden ist.

EINLEITUNG

Demenz ist eine neurodegenerative Erkrankung und gehört zu den nichtübertragbaren Krankheiten (sog. non-communicable diseases, kurz NCDs). Sie gilt bis heute als unheilbar. Die Zahl der Betroffenen wird aufgrund der Alterung der Bevölkerung voraussichtlich weiter ansteigen. Im Gleichschritt mit der steigenden Zahl an Betroffenen gewinnt die Prävention im Bereich Demenz an Bedeutung.

WAS IST PRÄVENTION IN DER GESUNDHEITSVERSORGUNG?

Die Prävention in der Gesundheitsversorgung (im Folgenden: PGV) strebt an, präventive Angebote im Bereich NCDs entlang des Gesundheitspfads zu etablieren. Das umfasst sowohl Primär-, Sekundär- als auch Tertiärprävention.

WAS SIND DIE ZIELE DER PGV IM BEREICH DEMENZ?

Im Bereich Demenz will die PGV einen Beitrag zu den folgenden Zielen leisten:

- Die Betroffenen dabei unterstützen, ihre Gesundheit zu stabilisieren,
- eine Verschlechterung ihres Gesundheitszustands möglichst lange hinauszögern,
- vorhandene Ressourcen der Betroffenen stärken.

Im Verlauf der Krankheit werden Menschen mit Demenz immer mehr von ihrem Umfeld abhängig. Betreuende Angehörige sind für sie wichtige Stützen, gleichzeitig ist deren eigene Gesundheit gefährdet. Unter «Betroffene» werden deshalb sowohl Menschen

mit Demenz als auch ihre betreuenden Angehörigen verstanden.

WARUM IST PGV IM BEREICH DEMENZ WICHTIG?

IMMER MEHR MENSCHEN SIND VON DEMENZ BETROFFEN:

Bereits heute leben in der Schweiz viele Menschen mit Demenz. Bis 2050 dürfte sich die Zahl verdoppeln, von heute 150'000 auf über 300'000. Pro Person, die an Demenz erkrankt ist, sind ein bis drei Angehörige mitbetroffen. Analog dazu wächst somit auch die Zahl der betreuenden Angehörigen. Das bedingt mehr entsprechende Fachpersonen und Angebote im Gesundheits-, Sozial- und Gemeinwesen.

DIE JÄHRLICHEN GESAMTKOSTEN NEHMEN ZU:

Demenz verursacht heute direkte und indirekte Kosten von ungefähr CHF 11.8 Milliarden pro Jahr. Die wachsende Zahl an Betroffenen dürfte die Kosten von Demenz deutlich erhöhen. Mithilfe der PGV soll das zukünftige Kostenwachstum gedämpft werden.

DEMENTZ IST (NOCH) NICHT HEILBAR UND SCHREITET PROGRESSIV VORAN.

Betroffene leben nach der Diagnose häufig sieben bis zehn Jahre mit der Krankheit. Solange eine Heilung nicht möglich ist, ist die PGV in dieser Zeit umso wichtiger.

HOHER KOORDINATIONSBEDARF:

Demenz geht oft mit anderen (behandelbaren) Krankheiten wie z.B. Depressionen oder Schlafstörungen einher. Prävention und Behandlung gehen dabei Hand in Hand und die Grenzen sind oft fließend. Der Koordinationsbedarf zwischen den verschiedenen Akteurinnen und Akteuren im Gesundheits-, Sozial- und Gemeinwesen ist entsprechend hoch. PGV trägt dazu bei, diese Koordination zu fördern.

WO KANN PGV IM BEREICH DEMENZ ANSETZEN UND WELCHEN NUTZEN HAT SIE?

Die **REDUKTION VON RISIKOFAKTOREN** – wie Rauchen, Hörbeeinträchtigungen, Bluthochdruck und Depressionen – wirkt sich nachweislich positiv aus: Das Auftreten von Demenz wird verzögert, ihre Symptome vermindert und Folgeerkrankungen verhindert. Selbst in mittleren und späteren Stadien der Krankheit lassen sich die Gesundheit, Lebensqualität und soziale Teilhabe der Betroffenen verbessern, die Pflegebedürftigkeit reduzieren und Folgeerkrankungen (z.B. Mangelernährung, Depression) oder Komplikationen (z.B. Knochenbrüche nach Stürzen) verhindern.

Die **FÖRDERUNG VON SCHUTZFAKTOREN** zeigt ebenfalls positive Effekte. Bei Demenz sind besonders folgende Schutzfaktoren zu fördern:

- Mentale / geistige / kognitive Aktivität (z.B. Lesen, geistige Stimulation)
- Soziale Aktivität (z.B. soziale Kontakte pflegen),
- Körperliche Aktivität

Eine Demenzdiagnose erfolgt oft zu einem eher späten Zeitpunkt oder gar nicht, so dass jede zweite bereits erkrankte Person noch keine fachärztliche Diagnose hat. Durch **FRÜHERKENNUNG** können Menschen mit erhöhtem Erkrankungsrisiko früher im Krankheitsverlauf identifiziert werden und von gezielten, präventiven **FRÜHINTERVENTIONEN** profitieren. Das beeinflusst den Verlauf der Krankheit positiv, Autonomie und Lebensqualität bleiben länger hoch. Betroffene gewinnen dadurch auch wertvolle Zeit, um sich mit der gesundheitlichen Vorausplanung zu beschäftigen und so möglichst lange selbstbestimmt zu leben.

FÖRDERUNG DES SELBSTMANAGEMENTS: Menschen mit Demenz können durch eine patientenzentrierte und partnerschaftliche Begleitung und Kommunikation dazu befähigt werden, einen gelingenden Umgang mit der Krankheit zu finden (gestärkte Gesundheitskompetenz). Sie gewinnen dadurch an Selbstwirksamkeit, die sich positiv auf die Lebensqualität auswirkt.

BETREUENDE ANGEHÖRIGE SCHULEN, BERATEN UND UNTERSTÜTZEN: PGV-Massnahmen können Angehörige in doppelter Hinsicht stärken. Einerseits ist es für Angehörige hilfreich, wenn sie Wissen rund um eine demenzgerechte Betreuung erhalten und so in ihren Pflege- und Betreuungsaufgaben gestärkt werden. Andererseits gilt es, die Gesundheit von Angehörigen selbst zu erhalten. Dazu empfiehlt sich – neben Angeboten zu ihrer Entlastung – besonders die Förderung

ihrer Selbstmanagement- und ihrer Gesundheitskompetenz.

PRÄVENTION IN DER BEGLEITUNG, BETREUUNG, PFLEGE UND BEHANDLUNG ETABLIEREN: Präventive und behandelnde Massnahmen sind bei Demenz besonders stark verwoben. Wenn die Prävention in der Begleitung, Betreuung, Pflege und Behandlung explizit mitgedacht wird, können diese Leistungen selbst präventive Wirkungen entfalten (z.B. können Folgeerscheinungen wie Stürze oder Depression verhindert werden). Indem alle involvierten Fachpersonen mehr über Demenz und den ressourcenorientierten Umgang mit betroffenen Menschen wissen, können überfordernde Situationen im Arbeitsalltag vermieden werden.

EXEMPLARISCHE MASSNAHMEN

- **Schulungen oder Informationsmaterial** für Berufsgruppen mit häufigem Kontakt zu älteren Menschen (z.B. Spitex-Mitarbeitende, Apotheken, Polizei), damit sie Anzeichen einer Demenz erkennen und ein geeignetes Vorgehen einleiten können.
- **Schaffung niederschwelliger Anlaufstellen**, an die man sich bei einem Demenzverdacht wenden kann oder bei denen man Beratung nach einer Diagnose erhält.
- **Unterstützung bei der gesundheitlichen Vorausplanung** (z.B. Patientenverfügungen aufsetzen und regelmässig überprüfen).
- **Entlastung für betreuende Angehörige** (z.B. entlastende Pflege- und Betreuungsangebote schaffen) und **Tipps zur Stärkung der eigenen Gesundheit** vermitteln.
- **Beratungsangebote für Arbeitgebende**, damit Arbeitnehmende mit Demenz möglichst lange arbeitstätig bleiben können.
- **Ressourcenorientierte und wertschätzende Haltung** in den Organisationen des Gesundheitswesens gegenüber Betroffenen fördern.
- **Kollaboration der unterschiedlichen Anlaufstellen für Menschen mit Demenz** zur Erleichterung der Übergänge (z.B. Memory Clinic vermittelt Betroffene an eine Beratungsstelle oder geeignete Therapie- und Betreuungsangebote).
- **Unterrichten von Modulen zu PGV im Bereich Demenz** in (Aus-), Weiter- und Fortbildung der Fachpersonen aus dem Gesundheits-, Sozial- und Gemeinwesen.



WELCHE RAHMENBEDINGUNGEN STÄRKEN PGV IM BEREICH DEMENZ?

Unter bestimmten Bedingungen können PGV-Massnahmen ihre ganze Wirkung entfalten und Betroffene optimal unterstützen:

GESETZLICHE UND STRATEGISCHE RAHMENBEDINGUNGEN SCHAFFEN: Die Kantone sind für die Gesundheitsversorgung verantwortlich und definieren Schwerpunkte für die Prävention. Dabei sind auch Demenz und die PGV im Bereich Demenz zu integrieren. Zudem ist die **NACHHALTIGE FINANZIERUNG DER PRÄVENTIVEN ANGEBOTE** sicherzustellen (vgl. „Handbuch zur Finanzierung von präventiven Angeboten in der Gesundheitsversorgung“ (BAG, 2022)).

FACHPERSONEN SENSIBILISIEREN, BILDEN UND STÄRKEN: Besonders in der Geriatrie wird der Bedarf an Pflegepersonal schnell wachsen, wobei die Fachpersonen zunehmend mit Menschen mit Demenz in Kontakt kommen werden. In der Aus-, Weiter- und Fortbildung von Gesundheitsfachpersonen ist die PGV im Bereich Demenz als eigener Schwerpunkt zu integrieren.

SCHNITTSTELLEN (UND ANGEBOTE) VERNETZEN: Zahlreiche Fachpersonen und -organisationen müssen ihren Beitrag leisten, damit Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen gut unterstützt werden. Dazu gehören Akteurinnen und Akteure aus dem Gesundheits-, Sozial- und Gemeinwesen, aus Ausbildungsinstitutionen und seitens der Behörden. Die PGV ist dann besonders wirksam, wenn sich die beteiligten Fachpersonen vernetzen und interprofessionelle Kooperations- und Koordinationsmöglichkeiten existieren (z.B. Austauschgefässe, Wissen, Ressourcen und Abbau von strukturellen Barrieren).

KONTAKT

Nationale Plattform Demenz, Bundesamt für Gesundheit BAG
demenz@bag.admin.ch

AUTORIN / DATUM

Charlotte den Hollander (BAG) / Januar 2023

ORIGINALTEXT

Deutsch

WEITERE SPRACHVERSION

Französisch

REFERENZDOKUMENT

socialdesign ag (2022). Prävention in der Gesundheitsversorgung (PGV) im Bereich Demenz. Referenzdokument für Fachpersonen aus den Bereichen Demenz und PGV.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG



nationale plattform demenz
plateforme nationale démenze
piattaforma nazionale demenza