

# Depression im Alter

Besonderheiten und Abgrenzungen

patientennah – engagiert – vernetzt

# Zu meiner Person

## Jeannette Werner

Leitende Ärztin Alterspsychiatrie

Ambulatorien und Tageskliniken für ältere Menschen Winterthur und Glattbrugg

Liaison- & Konsiliardienst in regionalen Alters- und Pflegezentren

Konsiliardienst Akutgeriatrie KSW

# Was ist eine Depression

- Symptome
- Besonderheiten im Alter
- Abgrenzung zur Demenz
- Erhebungstools

# Typische Symptome

Stimmung:	traurig, hoffnungslos, schwer, interessenlos, rasch ermüdet, Gefühl der Wertlosigkeit, Angst
Antrieb:	reduziert, erschöpft, verlangsamt, gehemmt
Denken:	eingengt, grübelnd, kreisend um die immer gleichen Sorgen

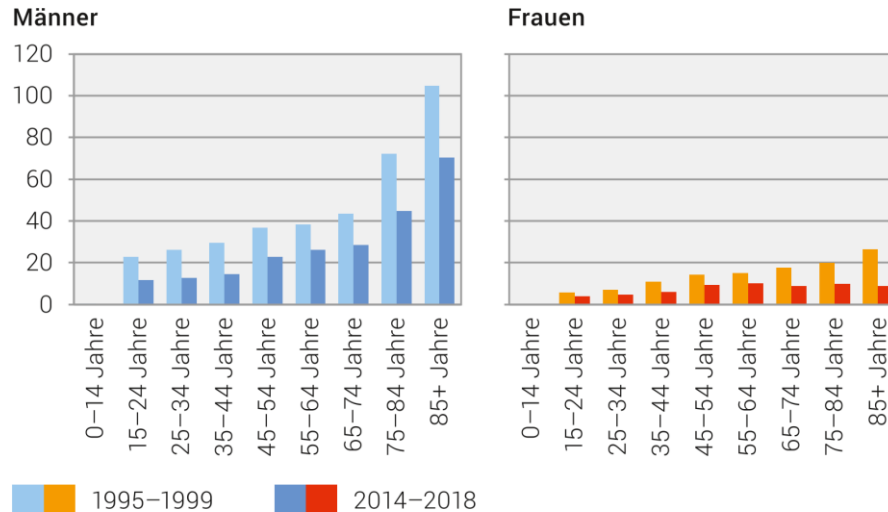
- 30-40% der älteren Menschen in der Hausarztpraxis leiden an einer Depression
- Frauen sind insgesamt über das ganze Leben häufiger betroffen als Männer
- Nur 4.8 % aller Menschen zwischen 70 und 100 Jahren erfüllen die Kriterien für eine schwere depressive Episode
- 26.9% Zeigen eine subklinisch Depression welche die Alltagsgestaltung beeinträchtigt

- 50% aller älteren depressiven Patienten klagen nicht über depressive Stimmung, sondern eher über körperliche Beschwerden
- Bei Beschwerden wie Globusgefühl und kardiale Störungen und Schmerzen wird häufig zuerst eine somatische Ursache vermutet
- Körperliche Erkrankungen können die Beschwerden auch erklären daher ist die Depression schwierig abzugrenzen
- Patienten klagen über kognitive Störungen oder Schlafstörungen
- Negative Altersbilder lassen Patienten, Angehörige und Ärzte eine Depression leichter verkennen
- Körperliche und geistige Abbauprozesse können die Heilung oder Linderung erschweren

- Folgesymptome wie rascher Muskel- und geistiger Abbau erschweren die Erkennung/Diagnose
- Sozialer Rückzug fällt weniger auf
- Depressionen im höheren Lebensalter werden unterdiagnostiziert
- Depressionen können Erstmanifestation einer neurodegenerativen Erkrankung sein.
- Die Suizidalität steigt insbesondere bei Männer im höheren Alter und mit Komorbiditäten welche die Alltagsfunktionalität beeinflussen stark an.

## Suizid nach Alter und Geschlecht (ohne assistierten Suizid)

Pro 100 000 Einwohnerinnen und Einwohner



Quelle: BFS – Todesursachenstatistik (CoD)

© BFS 2020



Neu-Organisation bei Verlusten:

- des Partners,
- der Mobilität,
- des selbstständigen Wohnens,
- der Anerkennung und Wertschätzung



- Komorbiditäten
- Vorbestehende Persönlichkeitsfaktoren
- Wenn bewährte Aufgabenverteilungen (Haushalts-, Lebensführung) anders verteilt oder wieder selbst übernommen werden müssen.
- Soziale Isolation in Zeiten der Pandemie

- Haben überlappende Pathophysiologie
- Können mit Hirnorganischen Veränderungen (Hippocampusatrophie) und kognitiven Störungen einhergehen
- Haben Hinweise dass chronischer Stress zur Erkrankung beiträgt
- Betreffen beide häufiger Frauen als Männer

- Depression als Symptom bzw Komorbidität einer Alzheimerdemenz
- Alzheimerdemenz geht häufig mit Orientstörungen einher
- Unterschiedliche Behandlungsansätze sowohl medikamentös wie auch Psychotherapeutisch
- Vaskuläre Veränderungen können bei beiden Diagnosen verstärkend sein
- Bei beiden ist die Abgrenzung zu einander und anderen Demenzformen wichtig

- Rezidivierende Depressionen erhöhen das Risiko an einer Demenz zu Erkranken
- Eine Depression kann zu einem schnelleren Progress der Demenz führen



- Anamnese und Befund Erhebung, Verlauf
- Geriatrische Depressionsskale (GDS) Versionen mit 5/15/30 Fragen
- DIA-S (Depression im Alter Skala)
- BDI-II Beck Depression Inventar 2
  
- Mini Mental Test
- Uhren Test
- Mocca Test
- Neuropsychologische Untersuchung
- MRI Kopf

- Vereinsamung
- Ängste einhergehend mit Verlust von qualitativ guter Lebenszeit
- Eingeschränkte Möglichkeit zur Beziehungspflege
- Soziale Isolation im Heim (Besuchseinschränkung, wegbleiben von freiwilligen Helfer)
- Angst zum Arzt zu gehen mit ev. negativen körperlichen Folgen
- Mehr Konflikte im Alltag weil Hilfsangebote nur reduziert oder gar nicht zur Verfügung stehen

- Die Mehrheit der älteren Menschen sind stabil durch die Krise gekommen dank:
  - Solidarität
  - Nachbarschaftshilfe
  - Lebenserfahrung
  - Erfahrung aus früher bewältigten Krisen



**Obwohl die Anzahl der objektiven Beeinträchtigungen zunimmt, wird bis ins 4. Lebensalter hinein konstant subjektives Wohlbefinden erlebt**  
(Staudinger 2000)

- Grund dafür: Fähigkeit des Selbst, Realität zu konstruieren und zu transformieren, sich an veränderte Wirklichkeiten anzupassen und das eigene Selbstverständnis zu schützen
  - > *Anpassungsfähigkeit erhöht*
- Alte Menschen besitzen möglicherweise sogar eine besondere Fähigkeit, sich veränderten Gegebenheiten anzupassen und ihre Erwartungen neu zu ordnen
  - > *Erwartungsflexibilität verbessert*

(Th. Friedrich-Hett)

**Vielen Dank!**

**ipzw**