Lokale Kontaktadressen

SALZBURG

Demenzberatung Salzburg
Tel.: +43 (0)662 8042 – 3533
E-Mail: pflegeberatung@salzburg.gv.at
https://www.salzburg.gv.at

STEIERMARK

Pflegeberatung des Landes Steiermark
(Referat Pflegemanagement)
Tel.: +43 (316) 877-4475
E-Mail: pflegemanagement@stmk.gv.at
www.verwaltung.steiermark.at

Needs - Netzwerk Demenz Steiermark
Tel.: +43 (0) 664/88455222
E-Mail: office@demenz-steiermark.at
www.demenz-steiermark.at

TIROL

Koordinationsstelle Demenz – Landesinstitut für Integrierte Versorgung
Tel.: +43 (0) 50 504 25 816
E-Mail: demenz@liv.tirol
www.demenz-tirol.at

KÄRNTEN

Pflegetelefon des Landes Kärnten
Tel.: +43 720 788 999
www.ktn.gv.at

VORARLBERG

Connexia – Gesellschaft für Gesundheit und Pflege gem. GmbH
Tel.: +43 5574 48787-0
E-Mail: info@connexia.at
www.connexia.at

Aktion Demenz Vorarlberg
Tel: (0)5574 48787-15
E-Mail: info@aktion-demenz.at
www.aktion-demenz.at

BURGENLAND

Pflege- und Sozialberatung des Landes Burgenland
Tel.: +43 (0) 5 09 44 1111
office.psb@soziale-dienste-burgenland.at
https://pflege.gv.at

Hilfswerk Burgenland
Tel.: +43 (0) 2682 651 50
E-Mail: office@burgenland.hilfswerk.at
www.hilfswerk.at

SPENDE

Mit Ihrer Unterstützung fördern Sie dringend benötigte Forschung, ermöglichen Betroffenen und deren Familien Zugang zu kompetenter Beratung sowie Hilfsangeboten. Jede Spende zählt!

Bankverbindung: UniCredit Bank Austria AG
Empfänger: Alzheimer Gesellschaft

IBAN: AT61 1200 0006 4514 1904
BIC: BKAUATWW



IMPRESSUM

Herausgeber:
Österreichische Alzheimer Gesellschaft (ÖAG)
Für den Inhalt verantwortlich:
Die Young Investigator Gruppe der ÖAG
Layout und Illustration:
Dr.rer.nat. Jelena Tadic (Adobe Illustrator)
© 2026

Österreichische **Alzheimer** Gesellschaft

Gemeinsam durch den Alltag mit Demenz

INFORMATIONEN & UNTERSTÜTZUNG

Für Betroffene und Angehörige



Was ist Demenz?

Demenz ist ein Oberbegriff für verschiedene Erkrankungen des Gehirns, die mit einer fortschreitenden Abnahme kognitiver Fähigkeiten verbunden sind. Betroffen sind unter anderem Gedächtnis, Denken, Orientierung, Sprache und Alltagskompetenzen. Die Veränderungen gehen über typische altersbedingte Vergesslichkeit hinaus und beeinträchtigen das tägliche Leben deutlich. Oft zeigen sich zusätzlich Symptome wie depressive Verstimmungen, Angstgefühle oder Reizbarkeit.

Es gibt unterschiedliche Ursachen – die bekannteste und häufigste Ursache ist die Alzheimer-Erkrankung.



Gedächtnis Denken | Orientierung | Sprache | Alltag

Die häufigsten Ursachen

Alzheimer-Erkrankung 60 - 70 %

Gedächtnisstörung, Wortfindungsstörung, räumliches Orientierungsproblem, Verhaltens- und Stimmungsveränderung

Vaskuläre Hirnerkrankung bzw. Gefäßerkrankung des Gehirns 15 - 20 %

Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörung, Verhaltens- und Stimmungsveränderung

Lewy Körperchen Erkrankung inkl. Parkinson-Krankheit 3 - 11 %

Demenz mit Lewy-Körperchen: schwankende Aufmerksamkeit, visuelle Halluzinationen, Störung der visuellen Wahrnehmung, motorische Beeinträchtigungen ähnlich der Parkinson-Krankheit. Im Rahmen einer Parkinson-Krankheit kann sich ebenfalls eine durch Lewy-Körperchen bedingte Demenz entwickeln. Gedächtnisprobleme, Störung der Aufmerksamkeit und der visuellen Wahrnehmung entwickeln sich aber meist zeitlich nach den motorischen Symptomen.

Frontotemporale Lobärdegeneration 1 - 8 %

Persönlichkeitsveränderung z.B. fehlendes Einfühlungsvermögen, unangemessenes Sozialverhalten oder Teilnahmslosigkeit, Sprachstörung

Oben beschriebene Symptome können auch im Rahmen anderer gesundheitlicher Probleme auftreten. Diese umfassen unter anderem Stoffwechselerkrankungen, Schlafstörungen, Alkohol- oder Medikamentenmissbrauch, Depression oder Hirntumore.
Die starke Überlappung einzelner Symptome und die teils gute Behandelbarkeit machen eine detaillierte und frühzeitige Abklärung durch Spezialist:innen essentiell.

Überregionale Kontaktadressen

Österreichische Alzheimer Gesellschaft (ÖAG)
Tel.: +43 1 890 34 74 940
E-Mail: oeag@studio12.at
www.alzheimer-gesellschaft.at

Caritas Pflege
Tel.: +43 (0)5 1780 0
E-Mail: office@caritas-wien.at
www.caritas-pflege.at/

Dachverband Demenz Selbsthilfe Austria
Tel.: +43 (0) 677 99010526
E-Mail: info@demenzselbsthilfe.at
www.demenzselbsthilfeaustria.at

MAS Alzheimerhilfe
Tel.: +43 (0) 6132 214 10
E-Mail: alzheimerhilfe@mas.or.at
www.alzheimerhilfe.at

Pflegeplattform,
www.pflege.gv.at

Lokale Kontaktadressen

WIEN

Fonds Soziales Wien
Tel.: +43 (0)1 24 5 24
E-Mail:post@fsw.at
www.fsw.at

Caritas Socialis
Tel.: +43 (0)1 717 53 – 3800
E-Mail: beratungsservice@cs.at
www.cs.at

NIEDERÖSTERREICH

Demenz Service NÖ
Tel.: +43 (0) 800 700 300
E-Mail: demenzservicenoe@noegus.at
www.demenzservicenoe.at/

Pflege-Hotline NÖ
Tel.: +43 (0)2742 9005-9095
E-Mail: post.pflegehotline@noel.gv.at
www.noe.gv.at

OBERÖSTERREICH

Netzwerk Demenz OÖ
Tel.: +43 (0)5 0766-14
www.gesundheitskasse.at/

Was kann ich tun, um das Demenzrisiko zu senken



Gehirn trainieren
Lernen, lesen, geistig aktiv bleiben

Hör- & Sehvermögen prüfen
bei Einschränkungen behandeln lassen: Gut hören und sehen hilft dem Gehirn

Bewegung Täglich aktiv sein, z.B. Spazierengehen, Schwimmen, Radfahren.

Gesunde Ernährung
Viel Obst, Gemüse, Fisch, wenig Zucker und Fett.

Rauchen und Alkoholkonsum meiden

Vor Kopfverletzungen schützen
Beim Sport (z.B. Radfahren) einen Helm tragen

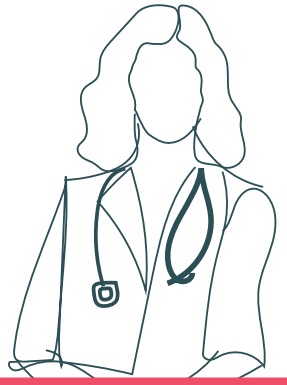
Risikofaktoren behandeln
Behandlung von hohem Blutdruck, hohen Blutfettwerten, Zuckerkrankheit, Übergewicht

Ausreichend Schlaf
Ausreichend und erholsamer Schlaf

Soziale Kontakte pflegen
Familie und Freunde treffen

Alter und Kognition

Wenn wir älter werden, verändert sich unser Gehirn. Nicht jede Vergesslichkeit bedeutet, an einer Demenz zu leiden. Oft treten diese Symptome auch im Rahmen altersbedingter Veränderungen auf.



Typische altersbedingte Veränderungen	Wann ärztliche Hilfe?
Man vergisst **gelegentlich Namen oder Termine.**	Wenn man **häufiger vergisst**, was man **gerade erst erfahren** oder erlebt hat oder was man tun wollte z.B. Termine, Ereignisse.
Man vergisst **gelegentlich das Datum oder verwechselt den Wochentag.**	Wenn man den Monat, das Jahr oder die Jahreszeit **nicht mehr weiß**, die Uhr nicht mehr lesen kann oder **sich örtlich nicht mehr zurechtfindet.**
Man hat **gelegentlich Wortfindungsprobleme.**	Wenn sich die **Sprache deutlich verändert.**
Man **verlegt Dinge**, **findet** sie aber wieder.	Wenn man oft **Dinge verlegt und sie nicht wiederfindet** oder an ungewöhnliche Orte legt.

Wenn ein oder mehrere dieser Anzeichen oder – im Vergleich zu früher – deutliche und anhaltende Schwierigkeiten im Alltag bei Ihnen selbst oder bei einem nahestehenden Menschen auftreten, ist eine ärztliche Abklärung sinnvoll.

So kann frühzeitig festgestellt werden, ob eine beginnende Alzheimer-Erkrankung oder eine andere Erkrankung, die zu einer Demenz führen kann, vorliegt. Gleichzeitig lassen sich auch andere, gut behandelbare Ursachen mit ähnlichen Beschwerden erkennen.

Manchmal können auch subjektive oder leichte Beeinträchtigungen der Denkleistung frühe Hinweise auf eine Demenz sein. Diese sollten ernst genommen werden.

Wie wird eine kognitive Beeinträchtigung abgeklärt?

Bei ersten Auffälligkeiten wenden Sie sich bitte an Ihre Hausärzt:in. Diese:r kann Sie bei Bedarf an eine Fachärztin oder einen Facharzt (Neurologie/Psychiatrie) oder an eine Gedächtnisambulanz überweisen.



Weitere Untersuchungen werden bei einer ausführlichen Abklärung kognitiver Beschwerden durchgeführt:

Eigen- und Fremdanamnese
Hier werden Angaben wie z.B. Beginn der Symptome, Art der Symptome, Veränderungen im Verhalten und im Alltag erhoben. Die Information durch informierte Begleitpersonen kann dabei wertvoll sein.

Bildgebung des Gehirns
z.B. Magnetresonanztomografie (MRT), Positronen-Emissions-Tomografie (PET).

Neuropsychologische Untersuchung
Es werden z.B. Gedächtnisleistung, Konzentrationsfähigkeit und andere kognitive Funktionen getestet und mit Menschen in Ihrem Alter, Ihres Geschlechts und Ihres Bildungsgrades verglichen.

Blutuntersuchung
Ein routinemäßiger Bestandteil der Abklärung, um andere Ursachen zu erkennen oder auszuschließen.

Ggf. neurolinguistische Untersuchung
Es werden gezielt sprachliche Fähigkeiten untersucht, z.B. Wortfindung, Sprachverständnis und Sprachausdruck.

Untersuchung des Nervenwassers
„Lumbalpunktion" – bei Bedarf zur weiteren Abklärung.

WARUM EINE FRÜHE DIAGNOSE WICHTIG IST

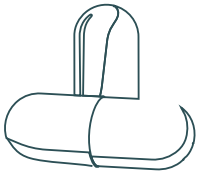
Eine frühe Diagnose ist wichtig, um behandelbare Ursachen zu erkennen, symptomatische Therapien frühzeitig einzuleiten, die Möglichkeit einer krankheitsmodifizierenden Therapie der Alzheimer-Krankheit im Frühstadium zu prüfen und rechtzeitig persönliche, soziale und rechtliche Entscheidungen zu planen.

Behandlungsmöglichkeiten

Derzeit können die meisten für eine Demenz ursächlichen Erkrankungen nicht geheilt werden. Es stehen jedoch symptomatische Behandlungen zur Verfügung, die Beschwerden lindern und die Alltagsfunktion unterstützen können.



Medikamentöse Therapie



Für die Alzheimer-Krankheit sind dies Medikamente wie **Cholinesterase-Hemmer und Memantin**. Seit 2025 sind in der EU zudem krankheitsmodifizierende **Anti-Amyloid-Antikörper (Lecanemab, Donanemab)** zugelassen, die den Krankheitsverlauf in frühen Stadien der Alzheimer-Krankheit verlangsamen können. Für diese Therapien gelten bestimmte Voraussetzungen (z. B. genetische Risikobeurteilung, Kontrolle möglicher Nebenwirkungen) und werden nur an spezialisierten Zentren angeboten. Die individuelle Abklärung sollte hier mit Spezialist:innen erfolgen.

Abgesehen von einer möglichen medikamentösen Behandlung ist eine frühe Diagnose hilfreich, um betroffene Personen mit den Folgen der Erkrankung vertraut zu machen. Außerdem bleibt so ausreichend Zeit, um gemeinsam mit Betroffenen und Angehörigen wichtige Entscheidungen hinsichtlich Betreuung, künftiger Wohnform, Pflege oder finanzieller und rechtlicher Vertretung zu treffen.

Nicht-medikamentöse Therapie

Weiters empfehlen wir in Rücksprache mit Ihren betreuenden Spezialist:innen nicht-medikamentöse Therapien. Dazu zählen u.a.:

- Bewegung
- Ergotherapie
- Gedächtnistraining
- Physiotherapie
- Logopädie / Sprachtherapie
- Psychotherapie
- Kunsttherapie
- Beratung & Selbsthilfe / Angehörigenberatung