Beobachtungsbogen: Anzeichen von Demenz für das Arztgespräch

Über einige Wochen notieren, was im Alltag auffällt, und zum Termin in der Hausarztpraxis mitnehmen.

Omelia PFLEGE

KEIN TEST, KEINE DIAGNOSE

Die Diagnose stellt die Ärztin oder der Arzt. Dieser Bogen sammelt nur Beobachtungen. Keine davon reicht allein für den Schluss auf eine Demenz. Ähnliche Zeichen haben manchmal andere Ursachen, etwa eine Depression, Schilddrüsenprobleme, Vitaminmangel oder Medikamente.

PLÖTZLICH VERWIRRT?

Sofort ärztlich abklären. Verwirrtheit, die innerhalb von Stunden oder Tagen auftritt und über den Tag schwankt, kann ein Delir sein. Auslöser sind zum Beispiel Infektionen, auch ein Harnwegsinfekt, Flüssigkeitsmangel oder Medikamente. Ein Delir ist ein medizinischer Notfall. Außerhalb der Sprechzeiten: 116 117, bei Lebensgefahr 112.

Beobachtet bei: _____ Von: _____ Zeitraum: _____

Was fällt auf?	Ja	Seit wann?	Wie oft?	Beispiel: Was ist passiert, wann, wo?
Gedächtnis Neues wird schlechter behalten als früher				
Vergisst kurz Zurückliegendes, fragt mehrmals dasselbe	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Verlegt häufig Gegenstände des Alltags	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Orientierung Zeit und Ort				
Verwechselt wiederholt Datum, Wochentag oder Tageszeit	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Findet sich an bekannten oder fremden Orten schlechter zurecht	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Sprache Worte finden, Gesprächen folgen				
Sucht nach Worten, verliert den Faden im Satz	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Kann Gesprächen oder den Nachrichten schwer folgen	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Alltag und Haushalt Gewohnte Abläufe, Planen, Überblick				
Gewohnte Aufgaben klappen nicht mehr, z. B. Kochen, Kleidung wählen, Wechselgeld zählen	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Verliert den Überblick, urteilt ungewohnt, z. B. bei Formularen oder Geld	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Stimmung und Verhalten Veränderungen gegenüber früher				
Zieht sich zurück, Freude an Hobbys und Kontakten fehlt	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Ist reizbar, ängstlich, misstrauisch, Stimmung schwankt	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	
Schlaf Auch Schlafstörungen lassen sich behandeln				
Tag-Nacht-Rhythmus verändert: nachts wach oder unruhig, tagsüber müde	☐		☐ selten ☐ oft ☐ täglich	

Für das Gespräch zählt vor allem: Ist es neu, kommt es öfter vor als früher, und nimmt es über Wochen oder Monate zu? Fallen mehrere Punkte auf, sprechen Sie mit der Hausarztpraxis.

Quellen: Deutsche Alzheimer Gesellschaft (11 Warnsignale; Mit Demenz im Krankenhaus); BZgA-Faltblätter „Früh erkennen, früh handeln“ und „Der Weg zur Diagnose“; Wegweiser Demenz (BMFSFJ); gesund.bund.de; S3-Leitlinie Demenzen (DGPPN/DGN, 2026); S1-Leitlinie Delir (DGN); ZQP.

Der Arzttermin: vorbereiten und nachfragen

Erste Anlaufstelle ist die Hausarztpraxis. Von dort geht es bei Bedarf weiter in eine Praxis für Neurologie, Psychiatrie oder in eine Gedächtnisambulanz.

01 Vor dem Termin

- [ ] Beobachtungen der Praxis vorab telefonisch schildern
- [ ] Termin möglichst nicht früh am Morgen, etwa ab 10 Uhr
- [ ] Eine vertraute Person begleitet und berichtet mit
- [ ] Bogen, Medikationsplan, Arztbriefe mitnehmen
- [ ] Brille und Hörgerät nicht vergessen
- [ ] Eigene Fragen vorher aufschreiben (unten)

02 Fragen an die Ärztin oder den Arzt

1 **Können andere Ursachen dahinterstecken, etwa eine Depression, die Schilddrüse, ein Vitaminmangel oder Medikamente?**

2 **Welche Untersuchungen sind geplant, zum Beispiel Gedächtnistest, Blutuntersuchung oder Bildgebung?**

3 **Ist eine Überweisung in eine Fachpraxis oder Gedächtnisambulanz sinnvoll?**

4 **Kann eines der aktuellen Medikamente die Beschwerden verstärken?**

5 **Welche Behandlung kommt infrage, mit und ohne Medikamente?**

6 **Was sollen wir bis zum nächsten Termin beobachten, und wann kommen wir wieder?**

7 **Wo bekommen wir als Angehörige Beratung und Entlastung?**

03 Medikamente, die eingenommen werden

Medikament	Stärke	morgens	mittags	abends	nachts	Neu oder geändert seit

Tragen Sie auch Mittel ohne Rezept ein, etwa Schlaf- oder Schmerzmittel. Liegt ein Medikationsplan vor, nehmen Sie ihn mit.

Beratung für Angehörige: Alzheimer-Telefon der Deutschen Alzheimer Gesellschaft, 030 259 37 95 14, und die Alzheimer-Gesellschaften vor Ort.

Quellen: Wegweiser Demenz (BMFSFJ, Arztbesuch planen); BZgA-Faltblatt „Der Weg zur Diagnose“; S3-Leitlinie Demenzen (DGPPN/DGN, 2026); ZQP-Kurzratgeber Delir; Deutsche Alzheimer Gesellschaft.