

Arzt im Dienst

Ärztlicher Notfalldienst

Telefon +423 230 30 30

18 bis 22 Uhr
Dr. Odette Jehle
9496 BalzersAb 22 Uhr tel. Beratung durch Spital
bzw. Dienstarzt in Pikett.

Erwachsenenbildung

Damaszener-Stahl
schmieden

SCHAAN Die Teilnehmenden schmieden einen Damaszener-Rohling, aus dem mindestens ein Messer hergestellt werden kann (z. B. im Folgekurs «Damastmesser»), und lernen dabei die uralte Technik des Lagenfeuerschweissens kennen. Darüber hinaus erfahren sie Wissenswertes über Stähle und ihre Eigenschaften, das Schmiedefeuer und seine Wirkung auf Stahl. Der Kurs 2B10A unter der Leitung von Melchior Huber findet am Samstag, den 26. Oktober, und am Samstag, den 2. November, jeweils um 9 Uhr im Gemeinschaftszentrum Resch in Schaan statt. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein Egerta, Telefonnummer 232 48 22 oder per E-Mail: info@steinegerta.li. (pr)

Erwachsenenbildung

Es gibt nur eine
Chance für den
ersten Eindruck:
Knigge-Seminar für
junge Erwachsene

SCHAAN Sie möchten im täglichen Umgang mit Familie, Freunden und Bekannten selbstbewusster sein? Sie wollen nach einem Vorstellungsgespräch in positiver Erinnerung bleiben und im Beruf erfolgreich glänzen? Nach diesem Kurs mit einem Drei-Gänge-Menü kennen Sie bewährte Regeln, fühlen sich sicher bei Tisch und erweitern Ihr Wissen über vorteilhaftes Verhalten und moderne Umgangsformen. So verleihen Sie Ihrem Auftritt mehr Selbstsicherheit und öffnen sich wertvolle Türen in der Gesellschaft. Der Kurs 4AII unter der Leitung von Sabine Kaufmann findet am Donnerstag, den 24. Oktober, von 17.30 bis 21.30 Uhr im Restaurant Pur in Schaan statt. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein Egerta, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail an info@steinegerta.li. (pr)

IMPRESSUM

Herausgeberin: Liechtensteiner Volksblatt AG, Im alten Riet 103, 9494 Schaan, Tel. +423 237 51 51, E-Mail verlag@volksblatt.li

Geschäftsleitung: Lucas Ebner (Sprecher), Max Müller (Leiter Werbemarkt und Abonnements)

Chefredaktion: Lucas Ebner, Daniela Fritz, Hannes Matt
Redaktion: Sebastian Albrich, Daniel Banzer, Silvia Böhler, Holger Franke (Leitung Wirtschaft), Elmar Gangl (Leitung Kultur), Lucia Kind, Ursina Marti, Sabrina Wissenbach, Simone Wald, Michael Wanger; E-Mail redaktion@volksblatt.li; Robert Brüstle (Leitung Sport), Manuel Moser, Jan Stärker, Telefon +423 237 51 39; E-Mail sport@volksblatt.li

Leitung Online/Social Media: Sebastian Albrich
Redaktionskoordination: Susanne Falk, E-Mail sekretariat@volksblatt.li, Telefon +423 237 51 61

Fotografen: Michael Zanghellini (Leitung), Paul Trummer, Nils Vollmar

Produktion/Layout: Klaus Tement (Leitung), Franco Cardello, Sandra Vogelsang

Finanzen/Personal: Michèle Ehlers
Verkauf/Innendienst: Björn Bigger, Siegfried Egg, Angelika Huber, René Wildhaber

Inseratenannahme/Empfang: Nihal Sahin, Telefon +423 237 51 51, Fax +423 237 51 66, E-Mail inserate@volksblatt.li

Abodienst: Dagmar Schwendener, Tel. +423 237 51 27, E-Mail abo@volksblatt.li

Druck: Vorarlberger Medienhaus, Schwarzach

Bei Zustellschwierigkeiten wenden Sie sich bitte unter der Telefonnummer +423 237 51 27 an unseren Abo-Dienst (Montag bis Freitag von 8 bis 10.00 Uhr).

Der Verlag übernimmt für die Inhalte der Anzeigen keine Verantwortung.

Normale Vergesslichkeit oder schon Demenz?

Informativ Am 129. Mittwochforum der Liechtensteinischen Ärztekammer klärte Maria Jehle-Danzinger, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, die Frage: Wo endet die gewöhnliche Vergesslichkeit und wo beginnt Demenz?

Wir werden immer älter. Diese an sich erfreuliche Tatsache ist leider auch mit Nachteilen, mit alterstypischen Einbussen verbunden, zu denen das Nachlassen der Gedächtnisleistungen gehört. Darob sind viele verängstigt, weil sie befürchten, ihre grössere Vergesslichkeit könnte Zeichen einer beginnenden Demenz sein. Am Beispiel des Henry Molaison, der mittels einer Hirnoperation von seiner Epilepsie geheilt, dafür aber sein Gedächtnis weitgehend verloren hatte, und der Arbeit des Hirnforschers Eric Kandel skizzierte die Referentin die Funktion des Gehirns mit seiner Vielzahl an Synapsen. Je mehr es gebraucht wird, umso vitaler wird unser Gehirn. Allerdings ergeben sich im Laufe der Jahre auch Schädigungen, so die Beeinträchtigung der Hirnfunktionen durch Plaquebildung, die weitgehend als Ursache für die Alzheimer-Demenz verantwortlich ist.

Grosses Besucherinteresse

Demenz bewegt die Menschen. Dies zeigte auch der grosse Zulauf an Interessierten am Mittwochabend im kleinen SAL. Die Krankheit wird heute kaum mehr tabuisiert, die Krankheitsformen zeigen sich allerdings individuell recht unterschiedlich. Die Alzheimer-Demenz sei heute die häufigste Form der Demenzerkrankungen, von denen es viele Mischformen gebe. Vergesslichkeit alleine sei noch kein Hinweis auf eine Demenz, führte die Fachärztin aus. Es sei für Angehörige aber nicht immer einfach, eine Demenz zu erkennen. Eine Alzheimer-Demenz fal-



Maria Jehle-Danzinger, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Oberärztin und Bereichsleiterin im ambulanten alterspsychiatrischen Dienst Heerbrugg, lieferte am bereits 129. Mittwochforum der Liechtensteinischen Ärztekammer eine differenzierte Betrachtung zum Thema «Vergesslichkeit oder Demenz». (Foto: Michael Zanghellini)

le zuerst durch Verminderung der Gedächtnisleistungen auf. Es müsse aber eine Beeinträchtigung des Alltags dazukommen, die über eine längere Zeitdauer anhalte. So könnten Betroffene bisher bewältigte Aufgaben nicht mehr erledigen. Dinge, die vorher kein Problem gewesen seien, würden schwierig. Wenn ältere Menschen bekannte Wege nicht mehr fänden, sei dies ein eindeutiges Zeichen. Oder wenn der Hausschlüssel nicht einfach verlegt, sondern im Kühlschrankschrank versorgt werde.

Eine Abklärung in einer Memory-Klinik - es gibt sie im Spital Altstätten und im Spital Walenstadt - kann Aufschluss darüber geben, ob Veränderungen normal sind für das Alter oder eben nicht. Dies lässt sich mit neuropsychologischen Tests herausfinden. Zur Abklärung gehört auch das Gespräch mit den Angehörigen

und die Beobachtung des Betroffenen in seinem häuslichen Umfeld.

Genetische Faktoren spielen mit

Kann man einer Demenz vorbeugen? In der Fragerunde bestätigte die Ärztin, dass Demenz auch vererbt werden kann, also genetische Faktoren eine Rolle spielen. Allgemein jedoch gilt, was für «ein gesundes Alter» empfohlen wird. Die sind eine gesunde Lebensweise, körperliche Fitness, vernünftige Ernährung, Bewegung, Bildung mit Herausforderungen für das Gehirn, soziale Kontakte. Organische Leiden, Herz-, Leber-, Zucker- und andere Krankheiten, die die längerfristige Einnahme von Medikamenten mit sich bringen, können die geistige Leistungsfähigkeit beeinträchtigen und damit die Entwicklung einer Demenz begünstigen. Auch psychische, heute eher

zunehmende Erkrankungen wie Burn-out und Depressionen gehören zu den Risikofaktoren.

Normale Vergesslichkeit

Als Fazit: Zur normalen Altervergeßlichkeit gehört das Vergessen von bestimmten Erlebnis- und Gedächtnisinhalten. Wird man nicht darauf angesprochen, ist dies auch nicht weiter auffällig. Normal ist auch, wenn man durch Konzentration oder intensives Nachdenken schliesslich Erfolg hat: Man kommt wieder drauf - auch oft zu spät. Solange man sich mit Notizzetteln zu helfen weiss, oder wenn man mündlichen oder schriftlichen Anweisungen folgen kann, liegt alles im normalen Rahmen. Leidet man darüber hinaus an keinen nennenswerten Störungen, dann gibt es keinen Grund zur Besorgnis. (hs)

Leserfoto des Tages

Ab in den Süden?



Dieses Foto stammt von Rita Maillot aus Vaduz. «Die Kormorane überlegen, ob sie am Wickensteinersee (Oberrriet) überwintern oder nach Süden weiterfliegen wollen», teilte Maillot der Redaktion mit. Vielen Dank für die Einsendung, weitere Fotos von Lesern für die Rubrik «Leserfoto des Tages» sind erwünscht (E-Mail mit Foto und kurzem Beschrieb des Motivs an redaktion@volksblatt.li). (Text: red; Foto: Rita Maillot)