

Gebrechlichkeit: Ein Neues Konzept

Ein Neues Konzept für Kognitive Gebrechlichkeit

Obwohl das Konzept ursprünglich nur für die körperliche Gebrechlichkeit gedacht war, wurde es kürzlich durch die kognitive Gebrechlichkeit ergänzt; diese ist ein Zustand der reduzierten physiologischen Reserven. Kognitive Gebrechlichkeit könnte gleichzeitig der Grund und die Auswirkung von körperlicher Gebrechlichkeit sein. Sie könnte durch kognitive Tests entdeckt wie den Mini-Mental-Status-Test (MMSE) oder das „Cognitive Abilities Screening Instrument“ (CASI) entdeckt werden. Die Definition von kognitiver Gebrechlichkeit beschreibt ein Syndrom charakterisiert von körperlicher Gebrechlichkeit und kognitiver Einschränkung in Abwesenheit von Demenz. Die Kognition ist nun ein wichtiger Faktor der Gebrechlichkeit (Qingwei et al., 2015).

Kognitive und körperliche Gebrechlichkeit interagieren miteinander: Kognitive Probleme und Demenz sind häufiger in körperlich, gebrechlichen Individuen zu finden und diejenigen mit einer kognitiven Einschränkung sind gefährdeter gebrechlich zu werden. Schlussendlich ist soziale Gebrechlichkeit verbunden mit den Auswirkungen von Krankheit und der Sterblichkeit. Die aktuelle FINGER Studie (Lancet, 2015) zeigt klar, dass Maßnahmen in mehreren Aspekten die kognitive Funktion von älteren Personen erhält und verbessert.

Im Gesamten besteht Gebrechlichkeit aus der Verwundbarkeit der älteren Bevölkerung bezüglich ungunstigen Ereignissen als Ergebnis von subtilen und progressiven metabolischen sowie körperlicher Veränderungen, die das Individuum anfälliger für altersbezogene Erkrankungen und deren Konsequenzen macht. Das Altern resultiert in einer voranschreitenden Verminderung der physiologischen Reserven mehrerer Organe sowie in Erkrankungen, welches sich auf neuroendokrine, homeostatische und das Immunsystem auswirkt. Genetische oder umweltbedingte Stressfaktoren können diesen Verfall beschleunigen. Personen, die von Gebrechlichkeit beeinflusst sind, sind nicht effektiv krank, sondern fragiler wobei schon Störungen des Alltags oder ein unerwartetes Ereignis in einer Erkrankung enden kann. Man möge behaupten, dass ein fragiles Individuum an seine/ihre Grenzen gestoßen ist und so keine Reserven hat, um mit Stressfaktoren umzugehen. Die Tatsache, dass im fortgeschrittensten Stadium der Gebrechlichkeit, die Skala die Abhängigkeit des Individuum von dessen Umfeld angibt, beleuchtet klar den sozialen Aspekt von Gebrechlichkeit da die Person mehr und mehr an Autonomie verliert. Tatsächlich benötigen dringender Unterstützung in Sachen Mobilität, Selbstpflege und Verlust an Selbstbewusstsein, der in Isolation und reduzierter körperlicher Aktivität resultiert, welche wiederum den Zustand verschlechtern.

Widerstand gegen körperliche und kognitive Gebrechlichkeit durch i) eine genaue Identifikation der Zeichen der Erschöpfung von physiologischen Reserven, ii) das Vermeiden von schädlichen Angewohnheiten und iii) die Vermeidung von Risikofaktoren und Stressfaktoren, stärkt die individuellen Reserven. Schlussendlich können ad hoc Bildung, physikalische Therapie sowie soziale Maßnahmen eine Veränderung der Lebensqualität, das Schicksal des mentalen Verfalls und letztendlich eine Steigerung der Effizienz des Individuums erreicht werden.

frailty not found or type unknown

Figure 1

Grundlegende Therapie für kognitive Gebrechlichkeit

Für ältere Personen mit reversibler kognitiver Gebrechlichkeit (Figur 1:!), primäre Präventionsmaßnahmen inkludieren die Förderung von körperlicher Bewegung, kognitiver Stimulation, einer gesunden Diät (z.B. eine mediterrane Diät, das Unterlassen von Rauchen), emotionaler Erholung, einem aktiven und sozialen Lebensstil, idealer Schlafdauer sowie der Erhaltung von einem guten Körpergewicht und metabolischer Kontrolle (i.e. Dislipidemia, Diabetes und Blutdruck) da diese Maßnahmen dem Patienten die Möglichkeit geben, die Krankheit zu bekämpfen (Sternberg et al., 2011; Desai et al., 2010). In diesem Stadium ist Sekundärprävention für kognitive und körperliche Gebrechlichkeit empfohlen.

Für ältere Personen mit potenziell kognitiver Gebrechlichkeit (Figure 1:II) ist Sekundärprävention geeignet, welches einen geriatrischen Test miteinbezieht, der den Grund für die Gebrechlichkeit bestimmt und eine geprüfte, medizinische, individualisierte sowie multimodale Maßnahme beschließt. Andere Maßnahmen wie Medikamentenbehandlung für chronische Krankheiten, Sturzprävention, Unterstützung zur körperlichen Betätigung und gesunden Ernährung, die die körperlichen, ernährungsbedingten, kognitiven und psychologischen Aspekte anpeilen, können das Fortschreiten und die Wiedererscheinung von Effekten der kognitiven Gebrechlichkeit hinauszögern (Sternberget al., 2011; Desai et al., 2010; Kelaiditi et al., 2013; Moeley et al., 2013).

Letzendlich ist für ältere Personen mit einer irreversiblen kognitiven Einschränkung (Figure1:III) verursacht durch körperliche Faktoren, die schädliche Ausiwrkungen haben kann wie Behinderung oder Tod, ein rücksichtsvoller geriatrischer Test obligatorisch für eine folgende Maßnahme in diesem Stadium. In anderen Worten, eine multimodale Maßnahme mit dem Hauptziel der Rehabilitation und des Erhalts der Lebensqualität ist eine angebrachte Wahl für diese Patienten.

Source URL: <http://www.activeageing.unito.it/de/gebrechlichkeit-ein-neues-konzept>