

Interessen, verfügen aber gerade auf ihrem Spezialgebiet oft über ein enormes Expertenwissen. ASS im Kindes- und Jugendalter werden von den kinder- und jugendpsychiatrischen Diensten oder Fachärzten abgeklärt und behandelt. Ein Aspergersyndrom kann aber auch erst im Erwachsenenalter zu Beeinträchtigungen führen, meistens dann, wenn sich etwas im Leben ändert oder andere psychische Erkrankungen hinzutreten. Für Erwachsene bieten die psychiatrischen Dienste der Spitäler fmi AG am Spital Interlaken seit kurzem eine Spezialsprechstunde für ASS im Erwachsenenalter, in der Spezialabklärungen durchgeführt werden.

### Diagnose bringt Erleichterung

Das Gefühl, nicht dazu zu gehören und zurückgewiesen zu werden, ist bei den meisten Menschen mit ASS vorhanden. Oft entwickelt sich daher auf dem Boden der ASS-Grunderkrankung eine Depression oder eine Angststörung, welche die Betroffenen in weiterer Folge Hilfe aufsuchen lässt. Kommt es zur Diagnosestellung einer ASS, häufig auch erst im Rahmen einer Therapie, erleben die meisten von ihnen, aber auch deren Angehörige, eine grosse Erleichterung. Letztere entsteht durch Aufbau von Verständnis und Erarbeitung von Erklärungen für die unterschiedliche Wahrnehmung der Welt und die eigenen Verhaltensweisen.

### Hilfe für Angehörige

Der Leidensdruck bei Angehörigen von psychisch Erkrankten ist hoch, nicht selten leiden sie, von der ganzen Situation völlig überfordert, still vor sich hin und erzählen, aus Angst vor Stigmatisierung, wenig über ihre eigene Leidensgeschichte. Der Psychiatrische Dienst der Spitäler fmi AG bietet seit sechs Jahren ein Angebot für Betroffene von psychischen Störungen jeglicher Art und deren Angehörigen, welches permanent ausgebaut wird. Angehörigen- und Selbsthilfegruppen werden von Fachkräften begleitet. Sehr beliebt ist auch das niederschwellige Angehörigentelefon (Tel. 079 309 65 55, Montag bis Freitag 9 bis 12 Uhr).

# Depression, Demenz, Delirium

Die Menschen werden immer älter und viele Krankheiten treten, dank besserer Ernährung und medizinischen Fortschritten, später auf. Für viele Menschen ist das Alter jedoch eine grosse Herausforderung.

Betagte haben andere Bedürfnisse als 18- bis 65-Jährige: So tritt das Thema Arbeit eher in den Hintergrund, anderes wie das Gestalten eines erfüllten Lebensabends – trotz Einschränkungen und Verlusten – wird wichtig. Auch der Stoffwechsel älterer Menschen verändert sich, so reagiert er zum Beispiel anders auf Medikamente, ist empfindlicher auf äussere Einflüsse wie Stoffwechselentgleisungen und Operationen, was zu rasch auftretenden Verwirrheitszuständen (Delirien) führen kann. Häufige Erkrankungen im Alter sind Demenzen, welche bevorzugt im höheren Lebensalter auftreten, oder Depressionen. Diese können aber ebenso erfolgreich wie bei Jüngeren behandelt werden. In den letzten 20 bis 30 Jahren hat sich



Das Altwerden hält fordernde Aufgaben bereit, gleichzeitig bieten sich aber auch im höheren Lebensalter Chancen.

die Alterspsychiatrie zu einem zunehmend wichtigen Teilgebiet der Psychiatrie entwickelt. In den Psychiatrischen Diensten Thun der Spital STS AG bietet ein multiprofessionelles und interdisziplinär zusammengestelltes Team ein

breites Angebot medizinischer, psychiatrischer, psychotherapeutischer und psychologischer Dienstleistungen an. Weil die Anliegen der Betroffenen vielfältig sind, arbeiten unter fachärztlicher Leitung Fachpersonen aus Alterspsychiatrie und Alterspsychotherapie, Psychiatrischer Pflege, Psychologie und Sozialarbeit eng zusammen. Wo immer möglich sind die Angehörigen involviert.

### Lebensübergänge sind anspruchsvoll

Viele von uns werden bei wichtigen Übergängen im Leben wie Einstieg ins Berufsleben, Auszug der Kinder oder Pensionierung vor grosse Herausfor-

## Anlaufstelle für Betroffene

Der Alterspsychiatrische Dienst im Spital Thun gilt als Anlaufstelle, wo Fachpersonen psychische und körperliche Symptome erfassen und dabei eruieren, wie sich die Symptome auf die Familie und das weitere soziale Umfeld auswirken und ob Angehörige selber Unterstützung benötigen. Hilfreich ist hier die enge Zusammenarbeit mit dem Hausarzt oder der örtlichen Spitex. Ist ein örtlicher Wechsel dem Betagten nicht mehr zuzumuten, kann die «Mobile Equipe Alterspsychiatrie» (Fachpersonen sind mit dem E-Bike-Flyer sofort zur Stelle) die älteren Menschen in der eigenen Wohnung aufsuchen. Bei zunehmender Vergesslichkeit (zum Beispiel, wenn sich Betroffene zurückziehen, Abgemachtes vergessen oder sehr oft auf der Suche nach Schlüsseln oder Lesebrille sind) bewähren sich standardisierte neuropsychologische und -psychiatrische Untersuchungen in der Memory Clinic: Eine frühe Erkennung einer Demenz ermöglicht eine gezielte Behandlung, dank welcher die Selbständigkeit der Betroffenen möglichst lange erhalten bleiben kann. Zudem können Betroffene und ihre Angehörigen ihre Zukunft planen. – Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt und bitten Sie ihn um erste Abklärungen und gegebenenfalls um eine Zuweisung zum Alterspsychiatrischen Dienst.

derungen gestellt. Auch das Altwerden hält Aufgaben bereit, die fordern: Das Erkennen-Müssen, dass der Körper nicht mehr recht mitmacht und dass vieles, was im Leben Sinn gab, wie die Arbeit oder der Sport, mit zunehmendem Alter nicht mehr in gleichem Masse möglich ist. Gleichzeitig bieten sich auch im höheren Lebensalter Chancen. Das Anpassungspotenzial des alten Menschen ist wohl nicht mehr gleich

gross wie in jungen Jahren. Trotzdem ist heute bekannt, dass sich auch das alte Hirn anpassen und neue Verästelungen bilden kann: Das Nervenwachstum kann durch die entsprechende Umgebung und durch spezifische Aktivitäten stimuliert werden. Anreize dazu bietet zum Beispiel die Begegnung mit anderen Menschen: Diese Kontaktpunkte schaffen neue Perspektiven und heben das Selbstwertgefühl wieder an.



### Die Auskunftspersonen

Dieter Hofer, Dr. med.

Facharzt FMH für Psychiatrie und Psychotherapie

MHA (Master of Health Administration)

Chefarzt Psychiatrische Dienste



Franziska Wenger, Dr. med.

Fachärztin FMH für Psychiatrie und Psychotherapie

Leiterin Alterspsychiatrischer Dienst, Leitende Ärztin

### Kontakt:

Spital STS AG, Spital Thun

Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun

Tel. 033 226 47 11

dieter.hofer@spitalstsag.ch

franziska.wenger@spitalstsag.ch

### Extra:

Link zur Website des Alterspsychiatrischen Dienstes Thun



## Schlafzentrum Berner Oberland

# Schluss mit Schlafproblemen

Lungenärzte, Neurologen, HNO-Ärzte und Psychiater betreiben im Raum Interlaken-Spiez-Thun das «Schlafzentrum Berner Oberland» und gehen den Ursachen des schlechten Schlafes auf den Grund.

Die 45-jährige Patientin Priska M. schläft unruhig. Sie schnarcht. Tagsüber ist sie müde, zuweilen gereizt und sie ist unsicher, ob die Schlafstörung auch mit gewissen Spannungen in ihrer Ehe zu tun hat. Ihr Hausarzt schickt sie zur Abklärung wegen Verdachts auf ein Schlafapnoesyndrom zum Lungenarzt. Der Atemfluss sowie Atempausen, die Sauerstoffsättigung im Blut und die Anzahl der Herzschläge pro Minute (Herzfrequenz) werden untersucht: Ein Schlafapnoesyndrom wird ausgeschlossen. Dann erzählt die Patientin während der Untersuchung, dass sie zusätzlich zum Schnarchen oft die Beine bewegt. Und auch, dass zu Hause gewisse Spannungen vorliegen. Patientin Priska M. wird zur weiteren Abklärung im Schlaflabor im Spital Interlaken angemeldet.

### «Schlaf-Netzwerk»

Das Ärzteteam des Schlafzentrums, das Schlaflabor am Spital Interlaken und die Psychiatrische Schlafsprechstunde des Psychiatrischen Dienstes am Spital Interlaken arbeiten eng zusammen. Die Anmeldung erfolgt in der Regel über den Hausarzt an einen der folgenden Ärzte des Schlafzentrums Berner Oberland:

**In Thun:** Dr. med. J. Fritschi und Dr. med.

M. Welter, Neurologie; Dr. med. C. Meisels und Dr. med. L. Junker, Pneumologie

**In Spiez:** Dr. med. H.U. Bettschen und Dr. med. Ph. Grob-Blum, Pneumologie

**In Interlaken:** Dr. med. D. Gisler, Neurologie; Dr. med. C. Decurtins und Dr. med. J. Kutter, HNO; Dr. med. N. Kischel, Dr. med. Th. Ihde-Scholl und Dr. med. R. Wilhelm, Psychiatrie bzw. Psychiatrische Schlafsprechstunde Psychiatrischer Dienst; Dr. G. Hold, Pneumologie