

Christian Hentschel



# Alt oder krank?

Verständnishilfen  
bei Altersbeschwerden

HUBER



Hentschel  
**Alt oder krank?**

Verlag Hans Huber  
**Programmbereich Pflege**





Christian Hentschel

# Alt oder krank?

Verständnishilfen bei Altersbeschwerden

Verlag Hans Huber

© 2013 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.

Aus: Christian Hentschel; Alt oder krank? 1. Auflage.

*Anschrift des Autors:*

Dipl.-Psych. Christian Hentschel  
Ellernstraße 20  
D-06507 Bad Suderode

Lektorat: Dr. Klaus Reinhardt  
Herstellung: Jörg Kleine Büning  
Bearbeitung: Ulrike Weidner, Berlin  
Umschlaggestaltung: Claude Borer, Basel  
Druckvorstufe: punktgenau GmbH, Bühl  
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Tritsch GmbH, Ochsenfurt  
Printed in Germany

*Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek*

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Der Verfasser hat größte Mühe darauf verwandt, dass die therapeutischen Angaben insbesondere von Medikamenten dem Wissensstand bei der Fertigstellung des Werkes entsprechen. Da jedoch die Pflege und Medizin als Wissenschaft ständig im Fluss sind, da menschliche Irrtümer und Druckfehler nie völlig auszuschließen sind, übernimmt der Verlag für derartige Angaben keine Gewähr. Jeder Anwender ist daher dringend aufgefordert, alle Angaben in eigener Verantwortung auf ihre Richtigkeit zu überprüfen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen oder Warenbezeichnungen in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen-Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen.

*Anregungen und Zuschriften an:*

Verlag Hans Huber  
Länggass-Strasse 76  
CH-3000 Bern 9  
Tel: 0041 (0)31 300 4500  
[verlag@hanshuber.com](mailto:verlag@hanshuber.com)  
[www.verlag-hanshuber.com](http://www.verlag-hanshuber.com)

1. Auflage 2013

© 2013 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern

(E-Book-ISBN [PDF] 978-3-456-95286-4)

(E-Book-ISBN [EPUB] 978-3-456-75286-0)

ISBN 978-3-456-85286-7

# Inhalt

<b>Vorwort</b> . . . . .	11
<b>Teil 1</b>	
<b>Alter, Krankheit und Pflegebedürftigkeit</b> . . . . .	13
<b>1. Alter und Krankheit</b> . . . . .	15
Literatur- und Internetquellen . . . . .	21
<b>2. Pflegebedürftigkeit im Alter</b> . . . . .	23
Literatur- und Internetquellen . . . . .	26
<b>3. Das MDK-Gutachten</b> . . . . .	27
3.1 Befund des Allgemeinzustands (AZ) . . . . .	29
3.2 Beschreibung von Schädigungen und krankheitsbedingten Ausfällen . . . . .	29
3.3 Ermittlung des konkreten Hilfebedarfs . . . . .	30
3.4 Die einzelnen Verrichtungen . . . . .	31
3.5 Die Zeiten im Einzelnen . . . . .	35
<b>4. Die Pflegestufen</b> . . . . .	37
Literatur- und Internetquellen . . . . .	42
<b>5. Pflegerische Betreuungsangebote</b> . . . . .	43
Literatur- und Internetquellen . . . . .	45
<b>6. Angehörige selbst betreuen?</b> . . . . .	47
Literatur- und Internetquellen . . . . .	49

## Teil 2

### Altersbedingte Krankheiten und ihre medizinischen und pflegerischen Folgen . . . . . 51

#### 7. Herzerkrankungen . . . . . 55

7.1 Koronare Herzkrankheit (KHK) . . . . . 57

7.2 Herzschwäche (Herzinsuffizienz) . . . . . 61

#### 8. Kreislauf- und Gefäßerkrankungen . . . . . 67

#### 9. Lungen- und Atemwegserkrankungen . . . . . 75

9.1 Grippe (Influenza) und Erkältung . . . . . 76

9.2 Lungenentzündung (Pneumonie) . . . . . 80

9.3 Chronische Lungenschwäche (COPD) . . . . . 84

9.4 Lungenkrebs (Bronchialkarzinom) . . . . . 90

9.5 Plötzliche Verstopfung eines Lungengefäßes  
(Lungenembolie) . . . . . 95

#### 10. Erkrankungen von Magen und Darm . . . . . 101

10.1 Übelkeit und Erbrechen. . . . . 102

10.2 Blut im Stuhl. . . . . 106

10.3 Durchfall und Verstopfung (Diarrhö und Obstipation) . 108

10.4 Entzündung der Speiseröhre durch Magensäure  
(Refluxösophagitis) . . . . . 112

10.5 Magenentzündung und Magengeschwür  
(Gastritis und Ulkus) . . . . . 114

10.6 Magenkrebs (Magenkarzinom). . . . . 117

10.7 Darmverschluss (Ileus) . . . . . 119

10.8 Darmkrebs (kolorektales Karzinom). . . . . 121

10.9 Hämorrhoiden. . . . . 124

#### 11. Erkrankungen von Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse . . . . . 127

11.1 Alkoholgeschädigte Leber (Fettleber, Leberzirrhose). . . 128

11.2 Gallensteinleiden (Cholelithiasis) . . . . . 131

11.3 Bauchspeicheldrüsenkrebs (Pankreaskarzinom) . . . . . 134

<b>12. Erkrankungen, die durch Störungen des Stoffwechsels oder der Ernährung entstehen</b> . . . . .	139
12.1 Krankhaftes Übergewicht (Adipositas) . . . . .	140
12.2 Untergewicht (Kachexie, Anorexie) . . . . .	146
12.3 Flüssigkeitsmangel (Dehydratation, Exsikkose). . . . .	149
12.4 Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus). . . . .	152
12.5 Gicht . . . . .	158
<b>13. Krebserkrankungen</b> . . . . .	161
Literatur- und Internetquellen . . . . .	167
<b>14. Verletzungen, Stürze und Erkrankungen der Knochen und Gelenke</b> . . . . .	169
14.1 Rheuma (rheumatische Erkrankungen) . . . . .	172
14.2 Abnutzung der Gelenke (Arthrose) . . . . .	176
14.3 Knochenschwund (Osteoporose) . . . . .	178
14.4 Wirbelsäulenerkrankungen . . . . .	182
14.5 Oberschenkelbruch (Femurfraktur) . . . . .	186
<b>15. Blutvergiftung und im Alter häufige Infektionen</b> . . . . .	191
15.1 Blutvergiftung (Sepsis) . . . . .	193
15.2 Gürtelrose (Zoster) . . . . .	195
15.3 Fußpilz . . . . .	197
15.4 Lungenentzündung (Pneumonie) . . . . .	199
<b>16. Erkrankungen der Haut und Veränderung der Sexualität</b> . . . . .	201
16.1 Druckgeschwür (Dekubitus) . . . . .	202
16.2 Wundliegen (Intertrigo) . . . . .	209
16.3 Altershaut (atrophische Haut) . . . . .	211
16.4 Störungen der Sexualität im Alter . . . . .	213
<b>17. Erkrankungen der Niere, Blase und Harnwege</b> . . . . .	217
17.1 Vermehrte Harnausscheidung (Polyurie) . . . . .	218
17.2 Erschwertes oder schmerzhaftes Wasserlassen . . . . .	221
17.3 Unvollständige Blasenentleerung und Blockade der Harnwege (Restharn und Harnverhalt) . . . . .	223
17.4 Blasenschwäche (Harninkontinenz) . . . . .	224



17.5	Blut im Urin (Hämaturie) . . . . .	228
17.6	Harnwegsinfektionen . . . . .	230
17.7	Blasenkrebs. . . . .	233
17.8	Nierenerkrankung (nephrotisches Syndrom). . . . .	235
17.9	Nierenschwäche (chronische Niereninsuffizienz). . . . .	237
17.10	Gutartige Vergrößerung der Prostata (Prostatahyperplasie) . . . . .	241
17.11	Prostatakrebs. . . . .	243
17.12	Konzentrationsstörungen wichtiger Mineralien (Kalium und Natrium) . . . . .	246
17.13	Wasserablagerungen im Körper (Ödeme). . . . .	249
<b>18. Augenerkrankungen . . . . .</b>		<b>253</b>
18.1	Alterssichtigkeit (Presbyopie). . . . .	253
18.2	Grauer Star (Katarakt) . . . . .	254
18.3	Grüner Star (Glaukom). . . . .	256
18.4	Altersbedingte Makuladegeneration . . . . .	258
<b>19. Ohrenerkrankungen . . . . .</b>		<b>261</b>
19.1	Schwerhörigkeit (Presbyakusis) . . . . .	261
19.2	Schwindel (Vertigo). . . . .	264
<b>20. Erkrankungen des Nervensystems . . . . .</b>		<b>267</b>
20.1	Parkinson-Krankheit . . . . .	269
20.2	Schlaganfall (Insult, Apoplex) . . . . .	273
20.3	Mehrfache Nervenschädigung (Polyneuropathie) . . . . .	278
20.4	Alzheimer-Krankheit und Demenz . . . . .	280
<b>21. Erkrankungen der Psyche . . . . .</b>		<b>289</b>
21.1	Depressionen. . . . .	292
21.2	Angst, Unruhe und Schlafstörungen. . . . .	297
21.3	Alkoholabhängigkeit . . . . .	301
<b>Anhang: Das MDK-Gutachten . . . . .</b>		<b>305</b>
<b>Erklärung medizinischer Begriffe. . . . .</b>		<b>321</b>
<b>Sachregister . . . . .</b>		<b>327</b>

---

*Vermisst bist Du schon über 60 Jahr,  
Liebster wo magst Du sein?  
Ich hab den Wind gefragt, er stob den Weg und hat mir's nicht gesagt.  
Ich rief ihm nach: wir haben ein Knäbelein!  
Trag's in die weite Ferne hinein, wo immer du magst sein!  
Wo Du magst sein, frag ich viele 1 000 Mal den Sonnenschein.  
Er lächelt nur, sagt frag beim goldenen Mondenstrahl, der sagte:  
«Ich sah einen Müden träumen, von einem Weib und einem Knäbelein,  
das du gebarst, als er vermisst gemeldet ward ...»*

Gedicht einer 1920 geborenen Patientin an ihren Ehemann, der nach sechs Monaten Ehe nicht mehr aus dem zweiten Weltkrieg zurückkehrte. Sie heiratete nie wieder. Die Patientin wusste zwar nicht, welcher Tag und welches Jahr zum Zeitpunkt des Gespräches waren, rezitierte das Gedicht aber ohne Mühe aus ihrem Gedächtnis.



# Vorwort

Das vorliegende Buch soll all den Menschen helfen, die von altersbedingten Erkrankungen betroffen sind oder Verwandte und nahestehende Bekannte haben, die im Alter pflegebedürftig wurden.

Es entstand in der langjährigen Unterrichtsarbeit mit Pflegeschülern im Bereich Pflege- und Krankheitsberatung, welches zu den leider noch oft wenig genutzten Aufgabenfeldern des Pflegers gehört. Außerdem flossen unzählige Erfahrungen mit Patienten der Akutgeriatrie und geriatrischen Rehabilitation ein, die im Rahmen ihres Klinikaufenthaltes für ihre Genesung auch Informationen über ihre Krankheit, das weitere medizinische Vorgehen und die Möglichkeiten der eigenen Gesunderhaltung benötigen.

Anliegen des Buches ist dabei, Krankheiten verständlich zu machen und aufzuzeigen, was diese zukünftig und aktuell für den Erkrankten bedeuten. Dabei werden Grundbegriffe der Medizin und Pflege, aber auch Zusammenhänge dieser Bereiche und sozialrechtliche Aspekte erläutert.

Es soll im vorliegenden Werk jedoch absichtlich keine Anleitung für Pflegemaßnahmen gegeben werden. Die praktische Durchführung solcher Handlungen kann aus meiner Sicht nicht mit Hilfe eines Buches erlernt werden. Sie bedarf der Beobachtung am Menschen und alltagsnahen Übungen. Vielmehr soll aufgezeigt werden, was ausgebildete Fachkräfte leisten und leisten *sollten*, wenn ein Mensch alterskrank ist. Die Auswahl der beschriebenen Erkrankungen erfolgte anhand konkreter Erfahrung in der geriatrischen Arbeit sowie der Recherche relevanter Literatur. Da es für Alterskrankheiten keinen einheitlichen Katalog aufgezählter Störungen gibt, kann auch kein Anspruch auf Vollständigkeit erhoben werden.

In der Verwendung von Begriffen wurde fast immer die männliche Schreibweise verwendet, dies soll die Lesbarkeit erleichtern; das weibliche Geschlecht wird aber auf gleiche Weise mit einbezogen.

Es wurde weiterhin bewusst so oft wie möglich der Begriff des Betroffenen verwendet. Dies zum einen darum, da das Wort Patient mit vielen negativen Attributen belegt ist und bei einer Vielzahl der im Buch behandelten Erkrankungen eher ein Dauerzustand zu erwarten ist. Zum anderen liegt eine hier eher verwirrende Unterscheidung zwischen ambulanter und stationärer Pflege vor: ambulante Dienste bezeichnen ihre Anvertrauten als Patienten und Pflegeheime als Bewohner. Somit könnte der Eindruck entstehen, es ginge nur um ambulante Pflege, wenn von Patienten die Rede ist.

Das Buch soll alles in allem Sicherheit vermitteln, in der Kommunikation mit Ärzten und Pflegepersonal unterstützen und einen realistischen und so oft als möglich beruhigenden Blick auf das viel diskutierte Thema Kranksein im Alter werfen.

Bad Suderode, im Januar 2012  
Christian Hentschel

# Teil 1

## Alter, Krankheit und Pflegebedürftigkeit

