

ORIENTIERUNG FÜR ANGEHÖRIGE UND BETROFFENE

Demenztest zum Ausdrucken

Pflege-Schätzle Orientierungscheck zu Veränderungen bei Gedächtnis, Orientierung und Alltag. Der Fragebogen hilft, Beobachtungen strukturiert festzuhalten und auf ein Arztgespräch vorzubereiten.

☐ Ich fülle den Check für mich selbst aus☐ Ich fülle den Check für eine nahestehende Person aus

Datum: _____

Optional: Name/Kürzel: _____

Was dieser Check kann

Der Fragebogen ordnet Beobachtungen nach Art, Beginn und Verlauf. Er vergibt bewusst keine Punkte und keine Demenzwahrscheinlichkeit. Ein auffälliger Eindruck kann viele Ursachen haben und sollte bei anhaltenden oder zunehmenden Veränderungen medizinisch eingeordnet werden.

So beantworten Sie die Fragen

- Mit früher vergleichen: Entscheidend ist, ob sich etwas gegenüber dem bisherigen Alltag verändert hat.
- Nicht nach einem einzelnen schlechten Tag urteilen: Achten Sie auf wiederkehrende oder anhaltende Veränderungen.
- Körperliche Ursachen mitdenken: Seh-, Hör- oder Bewegungseinschränkungen können Tätigkeiten erschweren, ohne dass eine kognitive Veränderung vorliegt.
- "Trifft nicht zu" nutzen: wenn eine Tätigkeit früher schon nicht selbst erledigt wurde oder nicht sinnvoll beurteilt werden kann.
- Bei "Ja" oder "Unsicher": zusätzlich Beginn und Verlauf ankreuzen.

Wichtig bei plötzlich neuen Veränderungen

Wenn eine deutliche Veränderung innerhalb von Stunden oder wenigen Tagen neu auftritt, sollte sie kurzfristig medizinisch beurteilt werden. Bei plötzlich einsetzender ausgeprägter Sprachstörung, Lähmung, hängendem Mundwinkel oder deutlicher Bewusstseinsveränderung: 112.

Hinweis: Dieser Pflege-Schätzle Demenztest ist eine selbst entwickelte Orientierungshilfe für Alltagsbeobachtungen. Er ist kein medizinisch validiertes Screeningverfahren, stellt keine Diagnose und kann eine Demenz oder andere Erkrankung weder bestätigen noch ausschließen.

Gedächtnis, Orientierung und Sprache

Hauptantwort ankreuzen; Beginn und Verlauf nur bei "Ja" oder "Unsicher" ergänzen.

1

GEDÄCHTNIS

Werden kürzlich besprochene Informationen oder Ereignisse deutlich häufiger vergessen als früher?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

2

GEDÄCHTNIS

Kommt es häufiger vor, dass dieselbe Frage oder dasselbe Thema innerhalb kurzer Zeit erneut angesprochen wird, obwohl es kurz zuvor bereits besprochen wurde?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

3

ORIENTIERUNG

Fällt es schwerer als früher, sich an vertrauten Orten oder auf bekannten Wegen zurechtzufinden?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

4

ORIENTIERUNG

Gibt es neue oder zunehmende Schwierigkeiten, Datum, Wochentag, Termine oder zeitliche Abläufe richtig einzuordnen?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

5

SPRACHE UND VERSTÄNDNIS

Fällt es deutlich schwerer als früher, passende Wörter zu finden, Gesagtes zu verstehen oder einem vertrauten Gespräch zu folgen?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

Alltagsplanung, Sicherheit und Selbstständigkeit

Hauptantwort ankreuzen; Beginn und Verlauf nur bei "Ja" oder "Unsicher" ergänzen.

6

PLANUNG UND VERTRAUTE ABLÄUFE

Fallen vertraute mehrschrittige Aufgaben schwerer als früher – zum Beispiel Kochen, Einkaufen oder die Bedienung bekannter Geräte?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

7

ORGANISATION UND SICHERHEIT

Gibt es neue Schwierigkeiten, Rechnungen, Überweisungen oder andere vertraute Geldangelegenheiten zuverlässig zu erledigen?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

8

ORGANISATION UND SICHERHEIT

Gibt es neue Schwierigkeiten, Medikamente wie gewohnt richtig einzunehmen oder selbstständig zu organisieren?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

9

URTEILSVERMÖGEN UND SELBSTSTÄNDIGKEIT

Fällt es schwerer als früher, alltägliche Situationen, Risiken oder Entscheidungen angemessen einzuschätzen?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

10

URTEILSVERMÖGEN UND SELBSTSTÄNDIGKEIT

Wird bei Aufgaben, die früher selbstständig erledigt wurden, inzwischen häufiger Erinnerung, Anleitung oder Unterstützung benötigt?

Hauptantwort: ☐ Nein ☐ Ja ☐ Unsicher ☐ Trifft nicht zu / nicht beurteilbar

Nur bei Ja oder Unsicher zusätzlich ausfüllen:

Seit wann? ☐ heute / wenige Tage ☐ Wochen ☐ Monate ☐ > 6 Monate ☐ unklar

Verlauf? ☐ vereinzelt ☐ wiederholt ☐ zunehmend ☐ stark schwankend ☐ unklar

ZUSAMMENFASSUNG FÜR DAS ARZTGESPRÄCH

Was ist Ihnen besonders aufgefallen?

Konkrete Beispiele, Beginn und Verlauf sind hilfreicher als eine reine Anzahl angekreuzter Antworten.

Zusätzliche Beobachtung - nicht Teil der Auswertung

- ☐ Zusätzlich sind deutliche Veränderungen von Stimmung, Verhalten oder Persönlichkeit aufgefallen.

Die wichtigsten Veränderungen

Bereich	Was ist aufgefallen?	Seit wann?

Konkrete Beispiele aus dem Alltag

Beispiel 1:
Beispiel 2:
Welche Veränderung macht aktuell am meisten Sorge?

Wie die Antworten genutzt werden können

- Vereinzelt und nicht zunehmend: weiter beobachten und konkrete Situationen notieren.
- Wiederholt, zunehmend, stark schwankend oder länger anhaltend: ärztlich besprechen.
- Auswirkungen auf Sicherheit oder Selbstständigkeit: zeitnahe ärztliche Abklärung ist sinnvoll.
- Neu innerhalb von Stunden oder wenigen Tagen: kurzfristig medizinisch beurteilen lassen.

Kein Punktwert, keine Diagnose

Eine Demenzdiagnose basiert nicht auf diesem Fragebogen und nicht auf einer einfachen Anzahl von Ja-Antworten. Der Bogen hilft ausschließlich dabei, Beobachtungen strukturiert festzuhalten und beim Arztgespräch konkret zu beschreiben.

Online-Version und weitere Informationen: pflege-schaetzle.de/ratgeber/betreuung-alltag/demenztest/