

Autofahren und Demenz

Demenz beeinträchtigt die Fahreignung. Betroffene und ihre Angehörigen sollten sich schon frühzeitig damit auseinandersetzen, dass Autofahren irgendwann nicht mehr möglich sein wird. Ärzte, Ärztinnen und andere Fachleute bieten Rat und beurteilen, ob aus ihrer Sicht die Fahreignung noch gegeben ist.

Wer bei guter Gesundheit ist, kann noch bis ins hohe Alter Auto fahren. Ältere Menschen verursachen insgesamt nicht mehr Autounfälle als jüngere. Sie verfügen über eine langjährige Erfahrung im Strassenverkehr und gehen beim Fahren weniger Risiken ein. Ein genauer Blick auf die Statistik zeigt jedoch, dass die Unfälle pro gefahrenen Kilometer ab 75 Jahren stark zunehmen¹. Im Alter verändert sich die Leistungsfähigkeit in verschiedenen Bereichen, was die Fahreignung beeinträchtigen kann. Nebst einem allgemeinen altersbedingten Rückgang der Reaktionsfähigkeit spielen auch ein vermindertes Seh- und Hörvermögen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Einschränkungen des Bewegungsapparats und der Einfluss von Medikamenten eine Rolle.

Für alle älteren Menschen stellt sich deshalb früher oder später die Frage, wann der Zeitpunkt gekommen ist, an dem das Risiko beim Autofahren zu gross wird. Dies gilt insbesondere bei einer Demenzdiagnose. Der Verzicht auf das Auto fällt vielen schwer, denn

Autofahren bedeutet, flexibel und mobil zu sein. Das Auto erscheint den Betroffenen als wichtiges Mittel, um weiterhin aktiv am Leben teilzunehmen und unabhängig zu bleiben. Nicht zuletzt ist es für viele auch ein Statussymbol. Das Umsteigen auf den öffentlichen Verkehr erfordert eine Umstellung der Gewohnheiten, was mit zunehmendem Alter, und gerade bei Demenz, immer schwieriger wird.

Den Führerschein abzugeben verändert den Alltag aber nicht nur für den Betroffenen selbst, sondern auch für die Angehörigen. Je früher Betroffene und Angehörige sich jedoch mit der Frage auseinandersetzen, umso mehr Zeit haben sie, nach Alternativen zu suchen.

¹Casutt, G; Martin, M; Jäncke, L; [2013]. Alterseffekte auf die Fahrsicherheit bei Schweizer Kraftfahrern im Jahr 2010. Zeitschrift für Verkehrssicherheit, 21(1): 84-91.

Mit einer Demenz weiter Auto fahren? Nützliche Hinweise

Wann muss ein Mensch mit Demenz das Autofahren aufgeben? Eine generelle Antwort auf diese Frage ist nicht möglich. Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen sollten dieses Thema möglichst früh miteinander besprechen. Eine Abklärung bei Fachpersonen bringt Klarheit, und die Suche nach Alternativen hilft, sich auf die Zeit ohne Auto vorzubereiten.

Demenz beeinträchtigt die Fahrfähigkeit

Wenn jemand an einer Demenz erkrankt, ist er oder sie in der Regel schon jahrzehntelang Auto gefahren. Dies bedeutet, dass viele Fertigkeiten fürs Autofahren gut eingeübt sind und noch lange erhalten bleiben. Allerdings genügt es nicht, ein Auto korrekt bedienen zu können, um sicher Auto zu fahren. Mit dem Auto unterwegs zu sein, heisst, immer wieder mit unerwarteten Situationen konfrontiert zu werden und im kritischen Moment schnell und automatisch richtig zu reagieren. Dies wird bei einer Demenz zunehmend schwieriger, da die kognitive Leistungsfähigkeit allmählich abnimmt. Das Strassennetz und der Verkehr hingegen werden ständig dichter, was die Anforderungen erhöht. Folgende Aufgaben können demenzkranken Personen Schwierigkeiten bereiten:

- Handlungen im Verkehr richtig planen, anpassen, je nach Situation umstellen, kontrollieren und richtig vollziehen. Das bedeutet, den Verkehr richtig wahrnehmen und räumlich verarbeiten. Dazu gehört beispielsweise den Weg finden sowie die Distanzen zu anderen Verkehrsteilnehmern oder die Geschwindigkeit von anderen Autos korrekt abschätzen.
- Aufmerksam bleiben, den Überblick behalten.
- Seine Fahrweise dem Verkehr anpassen, sowie die unterschiedlichen Situationen im Strassen-

verkehr richtig einschätzen und rasch darauf reagieren.

- Verkehrsschilder, Verkehrssituationen, Fussgänger und andere Verkehrsteilnehmer visuell wahrnehmen, richtig einschätzen und entsprechend handeln.

Den Fahrausweis freiwillig abgeben?

Betroffene und Angehörige stellen sich oft die Frage, ob man mit Gedächtnisschwierigkeiten oder einer Demenz noch Auto fahren kann und wenn ja, wie lange. Darauf gibt es keine klare Antwort. Bei einer Demenz-Diagnose muss die Fahreignung individuell beurteilt werden. Im Anfangsstadium einer Demenz können speziell dafür qualifizierte Ärzte oder Ärztinnen Betroffene und Angehörige beraten, die Fahreignung der Kranken beurteilen und dann auch regelmässig überprüfen. Die gesetzlich bestehende Eigenverantwortung gilt jedoch auch für Demenzkranke und ihre Angehörigen! Es empfiehlt sich deshalb durchaus, zum richtigen Zeitpunkt den Führerschein abzugeben. Das bedeutet lieber zu früh als zu spät! Ihr Hausarzt oder Ihre Hausärztin berät Sie gern und kann Sie auch zu einer Abklärung weiterverweisen.

Folgende Situationen sollten Anlass dazu sein, den Führerschein freiwillig abzugeben oder eine Eigenungsprüfung zu erwägen:

- Der Autolenker bzw. die Autolenkerin verhält sich im Strassenverkehr oft aufgeregt und unsicher.
- Die Unsicherheit ist besonders gross in ungewohnter Umgebung oder wenn sich auf gewohnten Strecken etwas verändert, zum Beispiel durch eine Baustelle.
- Der Autolenker findet den Weg nicht mehr oder braucht Anleitung, um von A nach B zu gelangen.

- Es häufen sich Missgeschicke wie links und rechts verwechseln, in der Strassenmitte fahren, Rotlicht oder Rechtsvortritt nicht beachten, unvermittelt abbiegen, Verkehrstafeln übersehen, unangepasste Geschwindigkeit, unvermitteltes Bremsen, Gas und Bremse verwechseln etc.
- Der Fahrer oder die Fahrerin reagiert langsam oder zögert an Kreuzungen oder an der Ampel.
- Es ereignen sich kleinere Unfälle oder am Auto sind kleinere Schäden ersichtlich, z.B. Parkschäden.

Gerade bei einer Demenz ist es für die betroffene Person oft schwierig, selbst zu erkennen, ob sie noch sicher fährt. Fällt Angehörigen die zunehmende Unsicherheit im Strassenverkehr auf, sollten sie versuchen, offen und vorwurfsfrei mit der betroffenen Person über deren Schwierigkeiten zu sprechen.

Eine hilfreiche Frage, die man sich als Angehöriger stellen kann, um die Dringlichkeit von Handlungsbedarf zu erkennen, ist folgende: Würde ich mein Kind mit ihm bzw. ihr noch mitfahren lassen? Wenn Sie diese Frage mit «nein» beantworten, sollten Sie die betroffene Person dringend vom freiwilligen Aufgeben des Autofahrens bzw. von der ärztlichen Prüfung ihrer Fahrtauglichkeit zu überzeugen suchen.

Die Fahreignung abklären

Generell gilt, dass ältere Menschen, die sich beim Autofahren zusehends unsicherer fühlen, ihre Kenntnisse auffrischen und ihre Reaktionsfähigkeit verbessern können. Die Verkehrsverbände bieten Auffrischkurse und Fahrtraining an und beim Fahrlehrer-Verband gibt es Fahrberater für Senioren.

- Wenn das Autofahren zum Problem wird, kann man sich direkt an den Hausarzt wenden. Sprechen Sie offen über die Unsicherheiten im Strassenverkehr, die Sie selbst erleben oder beobachten. Der Arzt wird Tests durchführen und im Zweifelsfall eine weitere Abklärung an einer Memory Clinic oder bei

einer Spezialabklärungsstelle veranlassen. Diesen Wunsch können Sie auch selbst äussern, wenn Sie das Gefühl haben, dass das geschilderte Problem banalisiert wird.

- In der Schweiz müssen Autolenker ab 75 Jahren alle zwei Jahre zu einer ärztlichen Kontrolluntersuchung. Seit Mitte 2016 gelten in der Schweiz neue medizinische Mindestanforderungen für Autofahrer. In diesen werden auch diverse Anzeichen von Demenz ausdrücklich erwähnt. Sieht der Arzt, der die Kontrolluntersuchung gemacht hat, die Fahreignung als fraglich an, muss er dies laut neuer Regelung der Behörde mitteilen. Es besteht dann die Möglichkeit einer nochmaligen Beurteilung durch einen höher qualifizierten Amtsarzt oder Verkehrsmediziner. Ist die Fahreignung nicht mehr gegeben, wird der Arzt versuchen, die Person zum freiwilligen Verzicht auf den Fahrausweis zu bewegen.
- Verzichtet die betroffene Person nicht freiwillig auf den Führerschein, kann der Arzt sie beim Strassenverkehrsamt melden, was in diesem Fall auch sinnvoll ist. Das Amt leitet in der Regel eine verkehrsmedizinische Abklärung ein. Je nach Befund kommt es danach zu einer amtlichen Probefahrt. Die Kosten dieser Abklärungen gehen zu Lasten der betroffenen Person.

Der einfachste Weg ist, freiwillig auf den Führerschein zu verzichten. In diesem Fall muss eine Verzichtserklärung unterschrieben und zusammen mit dem Führerschein an das kantonale Strassenverkehrsamt geschickt werden. Die Formulare sind beim Strassenverkehrsamt erhältlich und können auch vom Internet heruntergeladen werden.

Was können betreuende Angehörige tun, wenn den Betroffenen die Einsicht fehlt?

Für Menschen mit Demenz ist es aufgrund der Krankheit nicht immer einfach, selbst zu beurteilen, wie sicher sie noch Auto fahren und ob sie am Steuer

sich und andere gefährden. Manchmal hilft dann auch das gute Zusprechen nichts. Diese Situation kann für betreuende Angehörige sehr belastend sein. Bei gefährlichem Fahrverhalten und Uneinsichtigkeit können Angehörige auch direkt und zunächst ohne die betroffene Person zum Arzt gehen und ihre Beobachtungen schildern. Auch besteht die Möglichkeit, eine Meldung beim Strassenverkehrsamt zu machen. Ein solcher Schritt belastet jedoch oft die Beziehung zwischen Angehörigen und Kranken und sollte nur als letzter Ausweg gewählt werden. Auf Wunsch kann die Behörde den meldenden Personen Anonymität zusichern.

Sich ohne Auto fortbewegen

Irgendwann wird eine demenzkranke Person ihren Fahrausweis abgeben müssen. Dies ist ein schwieriger Moment. Je früher man sich jedoch mit dem Gedanken auseinandersetzt, desto mehr Zeit hat man, sich auf ein Leben ohne Auto einzurichten. So gelingt das Umsteigen besser:

- Gewöhnen Sie sich an, häufiger mit dem Bus oder dem Zug zu reisen. Probieren Sie aus, wie Sie Ihren gewohnten Aktivitäten auch ohne Auto nachgehen können.
- Ein(e) Ergotherapeut(in) kann mit Menschen mit Demenz die Benützung der öffentlichen Verkehrsmittel einüben.
- Nötige Autofahrten lassen sich oft auch nach Absprache in der Familie oder mit anderen Personen aus dem persönlichen Umfeld organisieren. Manchmal finden sich Mitfahrgelegenheiten.
- Lassen Sie sich die Lebensmittel nach Hause liefern. Vielleicht hat Ihr Laden einen Lieferdienst oder Sie finden Leute in der Umgebung, die Ihnen beim Einkaufen helfen. Bei Migros und Coop kann man auch im Internet einkaufen und sich die Lebensmittel nach Hause bringen lassen (leshop.ch / coopathome.ch).

- Fahrdienste existieren bei verschiedenen Anbietern, etwa bei Pro Senectute, dem Schweizerischen Roten Kreuz und der Spitex. Informieren Sie sich auch über mögliche Angebote der Gemeinde oder von Taxidiensten.
- In gewissen Fällen werden Ihnen Vergünstigungen auf die Transport- und Reisekosten gewährt. Ein Beispiel dafür ist die Ausweiskarte für Behinderte der SBB. Mehr Informationen dazu finden Sie in unserem Infoblatt «Finanzielle Ansprüche bei Demenzkrankheiten».
- Das Leben ohne Auto hat durchaus auch Vorteile: Sie sparen Kosten, haben weder Parksorgen noch Autowartungsprobleme, stehen nicht im Stau etc. Mit dem gesparten Geld können Sie sich öfters mal eine Taxifahrt leisten.

Für weitere Informationen

Bewilligte Ärzte und Psychologen: medtraffic.ch
Memory Clinic: swissmemoryclinics.ch
Strassenverkehrsämter Schweiz:
strassenverkehrsaeemter.ch

Benötigen Sie eine persönliche, auf Ihre individuelle Situation zugeschnittene Beratung?

Die Fachberaterinnen am Alzheimer-Telefon beantworten alle Ihre Fragen rund um das Thema Demenz.

Alzheimer-Telefon: 058 058 80 00
Montag bis Freitag: 8–12 und 13.30–17 Uhr

Die 21 kantonalen Sektionen von Alzheimer Schweiz sind auch in Ihrer Region für Sie da. Kontaktieren Sie uns via alz.ch.

Impressum

Redaktion und Herausgeberin:
Alzheimer Schweiz

Wissenschaftlicher Beirat:

Dr. med. Rolf Seeger, Allgemeinmediziner, Verkehrsmediziner SGRM