Mini-Mental-Status-Test (MMST)

Nachname: _____ Beruf (vor Rente): _____

Vorname: _____ Untersucher: _____

Geburtsdatum: _____ Datum des Tests: _____

Pro Aufgabe gibt es jeweils 1 Punkt. Die Fragen sollten / können in der folgenden Reihenfolge gestellt werden.

1. Zeitliche und Räumliche Orientierung

Erreichte Punkte

Aufgabe 1: Zeitliche Orientierung — 5 Punkte

1. Welches Datum haben wir heute? (vgl. wievielte des Monats)
2. Welcher Wochentag ist heute?
3. Welchen Monat haben wir heute?
4. Welches Jahr haben wir?
5. Welche Jahreszeit ist jetzt?

Aufgabe 2: Räumliche Orientierung — 5 Punkte

6. In welchem Land befinden wir uns?
7. In welchem Kanton sind wir?
8. In welcher Gemeinde / Ortschaft sind wir?
9. Was ist die Adresse an der wir uns befinden (Arzt / Einrichtung)
10. Auf welchem Stockwerk/Etage befinden wir uns?

/ 10

Erreichte Punkte

2. Merkfähigkeit

Aufgabe 3 **3 Punkte**

Wiederholen und merken Sie sich bitte die folgenden Wörter:

11) **Apfel**

12) **Schüssel**

13) **Ball**

Vermerk: Sie werden zuerst aufgefordert, sich auf einen kurzen Gedächtnistest einzulassen. Man wird Ihnen langsam und klar drei Begriffe vorgeben, welche Sie wiederholen und sich merken müssen. Sollte es nicht gelingen, sich die Worte zu merken, ist die Durchführung des Gedächtnistests nicht möglich. Pro Wort 1 Punkt.

/ 3

3. Aufmerksamkeit und Rechenfähigkeit

Aufgabe 4 **5 Punkte**

Bitte nehmen Sie die Zahl **100** und ziehen Sie von der Zahl immer 7 ab, bis ich stopp sage (typischerweise nach 5x):

14) _____

15) _____

16) _____

17) _____

18) _____

/ 5

Erreichte Punkte

Alternative zur Rechenaufgabe: Bitte Buchstabieren Sie das Wort **TRAUM** rückwärts (pro korrektem Buchstaben 1 Punkt)

14) ____
15) ____
16) ____
17) ____
18) ____

/ 5

Lerntipp: Nehmen Sie andere Startzahlen oder andere Wörter und üben Sie diese Aufgabe. Sprechen Sie die Dinge laut vor, dann ist die Übung effektiver!

4. Gedächtnis

Aufgabe 5 **3 Punkte**

Welche Wörter haben Sie vorhin nachgesprochen?

/ 3

19) _____
20) _____
21) _____

Lerntipp: Merken Sie sich die Worte als Geschichte! (Beispielsweise: Der Apfel in der Schüssel wird vom Ball getroffen)

5. Sprache

Erreichte Punkte

Aufgabe 6: Anweisung befolgen — 3 Punkte

Ihnen werden gewisse Gegenstände gezeigt. Benennen Sie diese bitte korrekt.

22) Was ist das? (bspw. Gegenstand auf dem Tisch)

23) Was ist das? (bspw. Armbanduhr benennen)

24) Sprechen Sie folgenden Satz nach (maximal 3 Wiederholungen): “Kein wenn und oder aber“

Vermerk: Wenn die Redewendung „Kein Wenn und Aber“ benutzt wird, ist dies falsch!

/ 3

Lerntipp: Üben Sie eigene Sätze/angepasste Redewendungen ebenfalls mit (doppelter) Verneinung. Beispielsweise: Ich bin nie nicht gerne Ski gefahren.

Aufgabe 7: Anweisung befolgen (3-Glieder-Befehl) — 3 Punkte

Ihnen wird ein Blatt Papier auf dem Tisch vorgelegt. Befolgen Sie nachfolgende Anweisungen:

25) Nehmen Sie das Blatt Papier in die rechte Hand,

26) falten Sie es in der Mitte und

27) lassen Sie es auf den Boden fallen.

/ 3

Lerntipp: Lassen Sie sich von jemandem aus Ihrem Umfeld solche “Anweisungs-Aufgaben“ zur Übung geben!

Aufgabe 8: Schriftliche Aufforderung **1 Punkt**

Erreichte Punkte

Ihnen wird beispielsweise folgende schriftliche Aufforderung vorgelegt (typischerweise möglichst gross geschrieben, dass Lesbarkeit auch bei eingeschränktem Sehvermögen gewährleistet ist):

“Schliessen Sie Ihre Augen“

28) Ihr Aufgabe: **“Lesen Sie diesen Text laut vor und führen Sie es aus.“**

/ 1

Lerntipp: Üben Sie diese Aufgabe anhand anderer Aufforderungen. Beispielsweise: „Heben Sie Ihre rechte Hand.“

Aufgabe 9: Schriftliche Aufforderung **1 Punkt**

29) Schreiben Sie spontan bitte irgendeinen Satz auf ein Blatt Papier (vgl. Box unten).

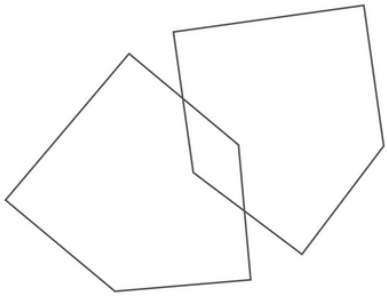
/ 1

Lerntipp: Nehmen Sie einen möglichst einfachen vollständigen Satz, den Sie sich merken können und immer angewandt werden kann (siehe Beispiel Lösung)

Aufgabe 10: Figur abzeichnen **1 Punkt**

Erreichte Punkte

30) Auf folgendem Blatt Papier sind zwei sich überschneidende Fünfecke aufgezeichnet. Zeichnen Sie bitte diese so genau wie möglich nach.



/ 1

Wir weisen hier ausdrücklich darauf hin, dass der MMST und alle nachfolgenden Tests keine ausführliche psychologische und ärztliche Untersuchungen ersetzen können. Diese Tests dienen lediglich als Beispiel, welche als Anhaltspunkt dienen können, um die Fahrtauglichkeit zu beurteilen.

Auswertung
Mini-Mental-Status-Test (MMST)

AUFGABEBEREICH	ZWISCHENERGEBNIS
ORIENTIERUNG	
MERKFÄHIGKEIT	
AUFMERKSAMKEIT UND RECHENFÄHIGKEIT	
GEDÄCHTNIS	
SPRACHE	
GESAMTPUNKTZAHL (MAX. 30 PUNKTE)	

GESAMTPUNKTZAHL	ERGEBNIS
30-28 PUNKTE:	KEINE DEMENZ
27-25 PUNKTE:	LEICHTE KOGNITIVE BEEINTRÄCHTIGUNG
24-18 PUNKTE:	LEICHTE DEMENZ
17-10 PUNKTE:	MITTELSCHWERE DEMENZ
WENIGER ALS 9 PUNKTE:	SCHWERE DEMENZ