



TIPPS FÜR BETREUUNGSPERSONEN VON MENSCHEN MIT DEMENZ

Demenz ist eine fortschreitende Erkrankung des Gehirns. Die Gehirnsubstanz baut sich langsam ab. Das bewirkt, dass auch selbstverständliche Fähigkeiten des Alltags langsam weniger werden und Betroffene immer mehr Unterstützung brauchen. Die auftretenden Probleme zeigen sich nicht immer gleich stark. Schwankungen sind normal. Wichtig: Die erkrankte Person macht das nicht absichtlich.

PASSEN SIE IHRE UNTERSTÜTZUNG AN DAS DEMENZSTADIUM AN

Je nach Verlauf (Stadium) der Erkrankung wird unterschiedlich viel Unterstützung gebraucht. Diese sollte unbedingt an die noch vorhandenen Fähigkeiten angepasst werden.



So kann beispielsweise jemand mit beginnender Alzheimer-Demenz Hilfe benötigen, um einen Überblick über die Einkäufe oder Unterstützung beim Kochen zu haben – während jemand mit mittelschwerer Demenz bereits Unterstützung bei der Auswahl der Kleidung braucht und Probleme in der Orientierung hat. Bei Betroffenen mit schwerer oder sehr schwerer Demenz ist zusätzlich zur Betreuung auch immer mehr körperliche Pflege notwendig. Erkrankte in diesem Stadium benötigen Unterstützung bei allen Verrichtungen des täglichen Lebens und sind vollkommen von der Zuwendung ihrer Umgebung abhängig.

Wichtig: Auch wenn Betroffene im fortgeschrittenen Stadium sich nicht mehr äußern oder ihre Bedürfnisse mitteilen können, nehmen sie doch vieles aus ihrer Umgebung wahr – sowohl Worte und Handlungen als auch Stimmungen.

**„Die fehlende Wertschätzung der Umgebung ist das wahre Leiden
von Menschen mit Demenz.“**

*Univ. Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Stefanie Auer, Professorin für Demenzforschung,
Donau-Universität Krems und wissenschaftliche Leiterin der MAS Alzheimerhilfe*

NEHMEN SIE HERAUSFORDERUNGEN AN

Menschen mit Demenz und deren Angehörigen stehen vor neuen, großen Herausforderungen. Nicht selten haben Angehörige das Gefühl, sie müssen dem Betroffenen alles abnehmen. Tun Sie das nicht, sondern finden Sie das richtige Maß an Unterstützung. So können Menschen mit Demenz noch lange ein gutes Leben führen. Demenz/Alzheimer verläuft in der Regel schleichend. Doch in jedem Stadium sind Fähigkeiten vorhanden, die unbedingt erkannt und auch anerkannt werden sollen.

Wie geht es den Betroffenen?

Welche Verhaltensweisen ergeben sich daraus?

Betroffene Personen leiden meist psychisch unter dem schleichenden Verlust ihrer Fähigkeiten und ihrer Selbstständigkeit. Verzweiflung und Depression sind oft die Folge. Betroffene leugnen oft Defizite aus Selbstschutz, weisen Fehler anderen zu und erleben Unterstützung häufig als Übergriff oder Einmischung in ihre Privatsphäre. Durch den fortschreitenden Verlust von Fähigkeiten können Ängste oder Zorn entstehen und Betroffene mit Auflehnung, Verzweiflung, Aggressionen oder Aktivitätsstörungen reagieren.

„Behandeln Sie Menschen mit Demenz so, wie Sie selbst gerne behandelt werden möchten, sollten Sie plötzlich auf Hilfe angewiesen sein.“

Karin Laschalt, Leiterin der Demenzservicestellen der MAS Alzheimerhilfe

Beziehen Sie Betroffene mit ein

Menschen mit Demenz brauchen Herausforderungen und sollten möglichst viel in den Alltag einbezogen werden. Aufgaben wie kochen, putzen oder im Garten arbeiten können gemeinsam erledigt werden. Wenn Sie die betroffene Person möglichst viel selbst machen lassen, bleiben Fähigkeiten, Selbstständigkeit und Zufriedenheit länger erhalten. Lob und Anerkennung ist dabei sehr wichtig.

Was ist zu beachten:

- Menschen mit Demenz brauchen Aufgaben und Erfolgserlebnisse.
- Betroffene motivieren mitzumachen, Betroffene motivieren mitzumachen. Nicht alles abnehmen!
- Vieles kann gemeinsam gemacht werden (nur so viel Unterstützung wie nötig).
- Der Weg ist das Ziel! Verschiedene Arbeiten können als Beschäftigungstherapie gesehen werden – es kommt nicht auf das Ergebnis an.
- Veränderte Verhaltensweisen wie Beschimpfungen möglichst nicht persönlich nehmen. Aggressionen sind oft Ausdruck innerer Verzweiflung.
- Sich auf noch vorhandene Fähigkeiten konzentrieren und diese hervorheben (loben).
- Struktur und gleichbleibende Rahmenbedingungen geben Sicherheit.
- Tägliche Abläufe beibehalten – Routine hilft!

„Es hat alles seinen Grund – das Problem ist nur, dass wir die Dinge oft anders sehen als der Betroffene. Die Hintergründe zu verstehen oder sich in den Erkrankten einzufühlen, hilft oft über schwierige Situationen hinweg.“

Ehefrau eines Betroffenen.

BEISPIELE ZUM BESSEREN VERSTÄNDNIS:

Betroffene können in jedem Krankheitsstadium - auch mit sehr schwerer Demenz - tatsächlich noch immer am Alltag teilhaben und davon profitieren.

Beispiel 1

Ein Herr, der früher nie im Haushalt geholfen hat, hilft seiner Frau jetzt liebend gerne aufzukehren. Er kehrt immer nur dieselben Ecken und der Schmutz bleibt auch da und dort liegen. Sie hat mittlerweile gelernt, die „Hilfe“ im Haushalt als Beschäftigung zu sehen und ihn dafür zu loben sowie die eigenen Ansprüche an die Fähigkeiten ihres Mannes anzupassen.

Beispiel 2

Eine Betroffene scheitert immer wieder daran, sich die Hose richtig anzuziehen. Die geduldige Tochter leitet ihre Mutter nur sanft an und unterstützt sie, indem sie die Beine ihrer Mutter berührt und andeutet, wo sie die Hose richtig platzieren kann. Es dauert zwar seine Zeit, aber beide haben Spaß und die Mutter hat ein Erfolgserlebnis.

Beispiel 3

Einer Ehefrau, deren Mann an sehr schwerer Demenz leidet, ist trotzdem wichtig, ihm das Gefühl der Würde und Zugehörigkeit zu geben, auch wenn er das Bedürfnis danach nicht mehr direkt ausdrücken kann. Daher lässt sie ihn nicht im Bett, sondern setzt ihn mit viel Mühe in den Rollstuhl, damit er sie im Alltag beobachten kann. Sie weiß, dass ihrem Mann die Reize, die sie ihm durch die Teilnahme am Alltag bietet, gut tun. Unberührt ist sie daher der Meinung: „Was heute geht, wird gemacht. Was morgen geht, das sehen wir morgen!“

FAZIT

- Jeder Mensch (auch eine Person mit Demenz) braucht Beschäftigung und das Gefühl, zu etwas gut zu sein.
- Das Nachlassen von Fähigkeiten ist zumeist sehr schmerzlich. (Noch) leistbare Aufgaben helfen, dem Gefühl des Verlustes entgegenzuwirken.
- Gehen Sie einfühlsam vor, damit die Unterstützung nicht als Eindringen in die Privatsphäre und als Übergriff empfunden wird.
- Stellen Sie sich der Krankheit aktiv und holen Sie sich rechtzeitig private und professionelle Hilfe.
- Wenn die betroffene Person Tätigkeiten ablehnt, hilft es oft, das zu akzeptieren und es zu einem späteren Zeitpunkt wieder zu versuchen. So wird Abwehr möglichst vermieden und das Gefühl der Fremdbestimmung verringert.
- Schaffen Sie Erfolgserlebnisse!



EIN BESONDERER TIPP FÜR PFLEGEKRÄFTE, DIE VON AUSSERHALB DER FAMILIE KOMMEN

Um Menschen mit Demenz die Chance auf Erfolgserlebnisse zu geben ist es notwendig, auch die eigenen Ansprüche an die Fähigkeiten der betroffenen Person anzupassen und entsprechende Beschäftigungsmöglichkeiten anzubieten. Menschen mit Demenz wollen nicht das fertige Endergebnis präsentiert bekommen. Viel besser ist es, ihnen bei Bedarf Hilfestellung zu geben, damit sie selbst die Situation bewältigen können. Dies kann einen großen Beitrag zur Zufriedenheit sowohl der erkrankten als auch der Betreuungsperson leisten.

Oft sind Betroffene lange körperlich sehr gesund und die Art der Unterstützung muss an deren individuelle Situation angepasst werden. Jemanden zu betreuen, der durch eine körperliche Erkrankung bettlägerig ist und Hilfe braucht, dessen geistige Fähigkeiten aber uneingeschränkt sind, erfordert andere Maßnahmen in der Betreuung und Pflege als Personen mit Demenz. Diese brauchen oft jemanden, der da ist, auf sie eingeht, sie beschäftigt und motiviert.

Bitte machen Sie sich bewusst, dass Sie als fremde Person in die Lebenswelt des Betroffenen eindringen. Es ist das Zuhause des Menschen mit Demenz, in dem er sich trotz seiner Erkrankung und trotz seiner Hilfsbedürftigkeit noch immer zu Hause fühlen soll und in dem noch immer ein wenig Selbstbestimmung und sehr viel Respekt möglich sein muss.



Mit freundlicher Unterstützung von

BARMÜLLER
CONSULTING >>

barmueller-consulting.com

Rat und Hilfe in allen Fragen zu Demenz/Alzheimer erhalten Sie bei der MAS Alzheimerhilfe

MAS Alzheimerhilfe
Zentrale und Demenzservicestelle
Lindastraße 28, 4820 Bad Ischl
+43 (0) 664/889 28 619
Mail: alzheimerhilfe@mas.or.at

DSS Gmunden/Regau 0664/858 9485
DBS Micheldorf 0664/854 6694
DSS Ottensheim 0664/854 6699
DSS Ried/I. 0664/854 6692
DSS Pregarten 0664/854 6695

www.alzheimer-hilfe.at
www.alzheimerakademie.at
www.alzheimerurlaub.at

demenz
erkennen
ansprechen
handeln