

Demenz

Demenz ist ein Überbegriff für Erkrankungen, bei denen die geistigen Fähigkeiten wie das Denken, die Erinnerung und die Orientierung verloren gehen. Sie betrifft vor allem ältere Menschen und führt nicht nur zu Gedächtnisverlust, sondern auch zu Veränderungen in den Gefühlen und im sozialen Verhalten. Das kann das Zusammenleben schwierig machen. Es gibt viele Arten der Demenz, die häufigste Form ist die Alzheimer-Demenz. Zu bedenken gilt: nicht jede Vergesslichkeit ist eine Demenz.

Die ersten Anzeichen sind oft Gedächtnislücken, Schwierigkeiten beim Finden von Wörtern oder das Verlieren von Gegenständen. In solchen Fällen sollte man frühzeitig einen Arzt aufsuchen. Je nach Demenzart gibt es unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten. Die Demenz ist derzeit nicht heilbar, aber man kann die Symptome lindern und den Verlauf der Krankheit verzögern. Das Ziel ist es, den Betroffenen und ihren Angehörigen möglichst lange eine gute Lebensqualität zu ermöglichen.

Symptome einer Demenz können sein:

- Probleme mit dem Kurz- und Langzeitgedächtnis
- Zeitliche und örtliche Orientierung schwindet
- Schwierigkeiten mehrschrittige Handlungen auszuführen (z.B. das Bedienen einer Kaffeemaschine)
- Sinnestäuschungen, Ängste und Aggressionen

Im Alltag entwickeln sich oft Verhaltensweisen, die für die Angehörigen belastend sein können. Im Folgenden einige Hinweise, wie man respektvoll mit Betroffenen umgehen kann:

1. **Umgang mit Kritik:** Vermeiden Sie Zurechtweisungen und Kritik. Diese werden von Betroffenen nicht mehr verstanden. Diskussionen führen nicht zum Ziel, verderben allenfalls die Stimmung.
2. **Positive und ruhige Stimmung verbreiten:** Betroffene reagieren zumeist positiv auf eine herzliche, ihnen zugewandte Ansprache.
3. **Die Sicht des Betroffenen akzeptieren:** Auch wenn die Wahrnehmung nicht der Realität entspricht, respektieren Sie die Sichtweise.
4. **Entscheidungsmöglichkeiten verringern:** Nutzen Sie Fragen die mit „ja“ oder „nein“ beantwortet werden können. Hilfreich ist auch, nur zwei Optionen zur Wahl zu stellen (z.B. Kirsch- oder Apfelkuchen). Weitreichende Entscheidungen, die nicht mehr überblickt werden können, sollten Angehörige treffen.
5. **Geduldig anleiten:** Beim alltäglichen Handeln, wie beim Essen oder Anziehen, Geduld zeigen und nur bei Bedarf helfen.
6. **Gespräche führen:** Klare, kurze Fragen stellen und auf Themen eingehen, die den Betroffenen interessieren. Wiederholte Fragen ruhig beantworten.
7. **Umgang mit Aggressionen oder Wut:** Aggressionen entstehen oft durch Angst oder Verwirrung. Beruhigung und Ablenkung können helfen.
8. **Ruhelosigkeit:** Wenn der Betroffene unruhig ist oder umherläuft, kann das ein Ausdruck von Verwirrung sein oder aber auch die Suche nach etwas Verlorenem. Gemeinsames Laufen kann hilfreich sein und gegebenenfalls ablenken.

Die beschriebenen Hinweise können helfen, den Umgang Menschen, die von einer Demenz betroffen sind, zu erleichtern. Es ist jedoch menschlich, dass auch pflegende Angehörige nicht jeden Tag gleichermaßen geduldig und aufmerksam im Umgang mit den Betroffenen sind. Es ist wichtig, ab und zu mit jemandem über die eigene Situation zu sprechen und sich Beratung und Unterstützung zu holen.

Angebote:

- Demenztelefon Brandenburg der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.
- Demenzberatung
- Schulungsangebote zur Thematik
- Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige
- Freizeitangebote (z.B. Demenzcafé)
- Tagespflegeeinrichtungen

Wohnberatung bei Demenz:

Aufgrund der veränderten Wahrnehmung kann es hilfreich sein, den eigenen Wohnraum auf die Bedürfnisse eines von Demenz Betroffenen anzupassen. Bereits kleine individuelle Dinge können hierbei wirksam sein (wie z.B. für ausreichend Helligkeit sorgen, Installation einer automatischen Herdabschaltung). Ein angepasster Wohnraum kann die Lebensqualität verbessern, die Selbständigkeit erhalten und vor Gefahren schützen.

Gerne beraten Sie die Mitarbeitenden des Pflegestützpunktes
Kontakt Daten finden Sie unter: www.pflegestuetzpunkte-brandenburg.de



Träger der Pflegestützpunkte sind das Land Brandenburg sowie die Pflege- und Krankenkassen in Brandenburg