

Informationsblatt Nr. 28a

Checkliste Wohnumfeld für Menschen mit Demenz

Die Checkliste stellt beispielhaft Möglichkeiten vor, wie Wohnungen an die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz angepasst werden können. Das Wohnumfeld/ die Wohnung sollte hierbei weitgehend auf die persönlichen Fähigkeiten des demenziell erkrankten Menschen unter Einbeziehung der räumlichen Gegebenheiten abgestimmt werden.

Grundregeln:

- das Wohnumfeld vereinfachen
- Orientierung erleichtern
- Gefahren minimieren
- gemütliche und vertraute Atmosphäre herstellen
- alle Veränderungen mit Vorsicht und kleinschrittig durchführen – ausprobieren
- Gewohnheiten und Biografie einbeziehen

Allgemeine Sicherheit/ Orientierung

- Stolperfallen beseitigen, z. B. Läufer entfernen, feste Hausschuhe
- Fenster mit abschließbaren Griffen und Kippmöglichkeiten ausstatten
- Regler an Heizkörpern sichern
- Steckdosen mit Sicherung versehen
- Herd und Bügeleisen mit Abschaltautomatik verwenden
- Nutzung eines Wassermelders
- Rauchmelder anbringen
- Feuerzeuge, Kerzen, Streichhölzer sichern, evtl. entfernen
- Reinigungsmittel, Medikamente, Chemikalien und Hygieneartikel sicher aufbewahren
- giftige und stachelige Pflanzen entfernen
- Wohnungstür sollte von außen zu öffnen sein, auch wenn der Schlüssel innen steckt
- allgemein ist auf gute Beleuchtung zu achten, dunkle Ecken und Schattenbildung vermeiden
- Türen mit Piktogrammen versehen (auf Augenhöhe des Betroffenen befestigen)
- Spiegelungen in Fenstern durch Gardinen vorbeugen

Eingangsbereich von Wohnung und Flur

- Beleuchtungsintervalle im Treppenhaus verlängern
- Treppenabsatz (z. B. durch Absperrgitter) sichern
- Treppenstufen farblich kennzeichnen
- offene Treppen verkleiden
- Flure und Treppenhäuser mit beidseitigen Handläufen versehen
- Eingangstür mit Bewegungsmelder ausstatten
- auf Spiegel im Eingangsbereich (allgemein) verzichten
- Bewegungsmelder als Nachtbeleuchtung nutzen
- Türen mit Funktion des Raumes kennzeichnen
- Türen, die nicht geöffnet werden sollen, kaschieren
- rutschfesten Bodenbelag verwenden
- helle, einfarbige Tapeten (allgemein)
- auf dunkle Läufer und Fußmatten verzichten

Wohnzimmer

- Lieblingsplatz einrichten (z.B. mit Blick in den Garten und Vogelhäuschen; mit lieb gewonnenen Gegenständen; Fotoalben; weiches Plüschtier)
- bei Angst oder Unruhe Fernseher und Radio ausschalten oder entfernen
- gegebenenfalls Zeitschaltuhr am Fernsehgerät anbringen
- bei defekten Geräten ist die Reparatur oft sinnvoller als ein Neukauf
- Übersichtlichkeit im Raum beachten, keine spiegelnden Oberflächen
- Telefon mit Nummernspeicher, Großtasten- oder Fototastentelefone bevorzugen
- Beleuchtung vom Bett ausschaltbar installieren und den Weg zur Toilette beleuchten
- Bewegungsmelder oder Geräuschemelder nutzen
- getrennte Schlafzimmer zur Erholung des Ehepartners einrichten
- Hilfsmittel Schlafzimmer: Toilettenstuhl, Pflegebett

Küche

- Festen Sitz-, Arbeits- und Essplatz schaffen
- Reduzierung der technischen Küchenausstattung anstreben
- Gebrauchsgegenstände gut erreichbar und sichtbar positionieren
- Schränke mit Piktogrammen versehen, eventuell Schranktüren entfernen
- bei unkontrolliertem Essdrang Kühlschrank sicher verschließen
- große Uhr mit arabischen Zahlen anbringen
- Geschirrspüler und Waschmaschine mit Aquastopp einsetzen
- Herdüberwachung und Rauchmelder installieren
- bei Gasherd Gashahn sperren
- Mikrowelle anstatt Herd
- Teller mit farbig abgesetzten Rand

Bad

- nur die Pflegeprodukte hinstellen, die benötigt werden
- Gegenstände in den persönlichen Lieblingsfarben kennzeichnen
- Waschbecken rot umranden (z.B. mit Isolierband), rote Toilettenbrille und Haltegriffe verwenden,
- Thermostatmischbatterie mit Verbrühschutz einbauen
- Füllstandmelder für die Badewanne und den Waschtisch installieren
- Badezimmertür nach außen öffnend, Außenentriegelung montieren, ggf. Schlüssel entfernen
- Hilfsmittel Bad: Toilettensitzerhöhung, Badewannenlifter, Duschstuhl, Haltegriffe

Garten und Balkon

- Sitzgelegenheiten, Beschäftigungsecken schaffen und Hochbeete anlegen
- wenn möglich Rundweg anlegen, Gartenteich sichern
- Gelände einzäunen und durch Bepflanzung eingrenzen
- Haltegriffe und Geländer, Rampen fest oder mobil anbringen; Erhöhung der Brüstungshöhe des Balkons
- Bewegungsmelder am Gartentor anbringen

Gerne beraten Sie die Mitarbeitenden des Pflegestützpunktes

Kontaktdaten finden Sie unter: www.pflegestuetzpunkte-brandenburg.de



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