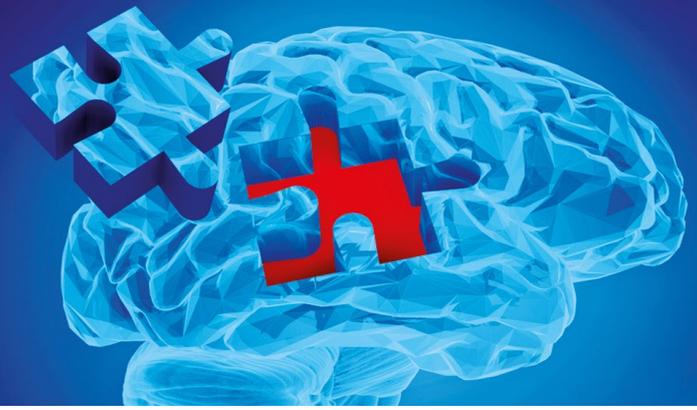


Lebensqualität behalten in der Betreuung von Menschen mit Demenz



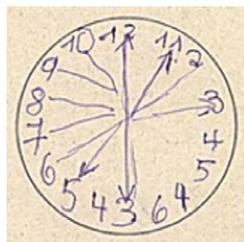
Demenz ist heute in aller Munde, ist aber ein Überbegriff und entspricht nicht nur der Alzheimer-Erkrankung. Allen Unterformen der Demenz ist gemeinsam, dass sie zu einem Verlust des Gedächtnisses, des Denkvermögens, der Sprache und des praktischen Geschicks führen.

Je nach Ursache unterscheiden sich die Demenzen, zumindest am Anfang der Entwicklung:

- bei der **vaskulären Demenz** (durch Arteriosklerose) zeigt sich eine Verlangsamung der Bewegungen und im Denken. Nebst ruhigen Verlaufsphasen kommt es öfters zu plötzlichen Verschlechterungen.
- Bei der **Alzheimer-Erkrankung** (die häufigste Demenzform, zusammen mit der vaskulären Demenz) beobachtet man eine langsame und stetige Verschlechterung aller Hirnfunktionen, zu aller erst aber des Gedächtnisses.
- Bei der **Parkinson/Levy-Body-Demenz** kommt es öfters zu Angstschüben, Unruhe;
- Betroffene sind besonders sturzgefährdet.
- Bei der **frontotemporalen Demenz** zeigt sich eine Veränderung der Persönlichkeitszüge: zumeist in Form von Teilnahmslosigkeit, zum Teil durch Aggressivität, Tatenlosigkeit, massloses Essen. Auch sind das Sprechen und das Sprachverständnis schon früh beeinträchtigt.

Für Angehörige gilt

Je besser es dem Angehörigen selber geht, desto besser geht es dem betreuten dementen Menschen – sowie auch umgekehrt. Wissen (zum Verlauf der Krankheit, zu den Medikamenten aber auch zum Umgang) ist wichtig; frühes Wissen (durch Abklärung beim Hausarzt oder in einer Memory-Klinik) noch besser.



- Frühzeitig Unterstützung in Anspruch nehmen, bevor die Belastung zu gross ist.
- Die persönliche Würde des demenzerkrankten Menschen wahren.
- Wenn die demente Person ins Heim übertreten ist, regelmässige Kommunikation mit dem Pflegepersonal; dabei sind Vertrauensaufbau und Loslassen lernen wichtig.

- Sich selber Zeit nehmen, Arbeit abgeben. Auch den eigenen Weg gehen, um besser vom betreuten Menschen, der sich langsam verliert, Abschied nehmen zu können (schwierige Trauer)

Wie verbessere ich die Lebensqualität des dementen Menschen und damit auch meine?

- Durch einen dem dementen Menschen gerechten Umgang: wenn nötig langsam, eindeutig und ruhig sprechen. Vorsicht: nicht unbedingt laut sprechen! Mit dem Körper sprechen! Sich nicht verstellen, normal bleiben. Lachen, nicht auslachen. In die Welt des Betroffenen einsteigen (Validation); sich fragen: «auf welche Art kann ich sie/ihn erreichen?»
- Für den Komfort des dementen Menschen sorgen: Obstipation, Schmerzen vermeiden, regelmässiger WC-Gang ...
- Dem beginnend dementen Menschen helfen durch gutes Licht, gut lesbare Uhr, Kalender, regelmässiges Erinnern und Reorientieren.
- Grosse Diskussionsrunden etwa in der Familie vermeiden.
- Regelmässiges Überprüfen der Medikation zusammen mit dem Hausarzt.
- Regelmässigkeiten und Rituale bewahren oder einführen.

Referenten

- **Dr. med. Daniel Strub**
Praxis für Psychiatrie und Psychotherapie FMH
Spez. Alterspsychiatrie und Alterspsychotherapie FMH
Pizolcare Praxis, Sargans
- **Herbert Fasolt**
Stationsleitung Demenz, Pflegeheim Werdenberg, Grabs SG

Adresse

Palliativ-Netz Liechtenstein
Erika Oertle, Geschäftsführerin, Forellenweg 10,
9490 Vaduz, 079 277 77 79, info@palliativ-netz.li
www.palliativ-netz.li

Bücher

- **Demenz – Der person-zentrierte Ansatz im Umgang mit verwirrten Menschen**, Tom Kitwood, Demenz, Huber Verlag
- **Dement, aber nicht bescheuert**
Aus der Sicht des Leiters des Pflegeheim Sonnweid bei Zürich. Aus der Praxis. Michael Schmieder, Ullstein Verlag