

IM BLICK » ARZT UND PRAXISTEAM

Eine Serie in Kooperation von **ÄrzteZeitung** und **AOK-Bundesverband**



Fit für die Betreuung Demenzkranker

Ohne Orientierung, verunsichert, unverstanden: Für Angehörige und auch Praxisteams ist oft nur schwer vorstellbar, was ein Leben mit Demenz bedeutet. Der Kompaktkurs Demenz Partner vermittelt grundlegende Kenntnisse zum Krankheitsbild. Schon kleine Gesten können für Erkrankte hilfreich sein, sagt Dr. Katharina Graffmann-Weschke.

Das Interview führte Taina Ebert-Rall

Frau Dr. Graffmann-Weschke, wie genau ist der Demenz-Partner-Kurs aufgebaut und was wird darin vermittelt?

Dr. Katharina Graffmann-Weschke: Der Kurs führt in etwa 90 Minuten über verschiedene Stufen zu einem besseren Verständnis für Menschen, die sich für Gesunde auf den ersten Blick ungewöhnlich verhalten. Zunächst einmal wird die Erkrankung definiert. Es wird erläutert, was bei der Entstehung einer Demenz im Gehirn passiert, an welchen Hauptmerkmalen beziehungsweise Symptomen man sich orientieren kann, wie lange diese Symptome anhalten müssen, um von einer Demenz zu sprechen. Es wird auch über die Risikofaktoren für eine Demenz informiert und über die Diagnose sowie über Behandlungsmöglichkeiten. Und schließlich darüber, wie wir Menschen mit Demenz am besten begegnen.

Wie sieht das im Detail aus?

Ich nutze bei der Schulung zum „Demenz Partner“-Folien, die die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. für die Initiative Demenz Partner zur Verfügung stellt und die ich um eigene Anmerkungen und persönliche Erfahrungen ergänzt habe. Dabei erläutere ich beispielsweise, was wir unter dem Demenz-Hauptmerkmal „eingeschränkte Alltagsfähigkeit“ verstehen, dass also schon allein ein Arztbesuch oder der tägliche Einkauf für Menschen mit Demenz plötzlich ein kaum zu bewältigendes Projekt werden kann.

Auch für die weiteren Hauptmerkmale der Erkrankung, also für Gedächtnisstörungen, für Orientierungsstörungen und für Konzentrationsstörungen sowie für Veränderungen im Verhalten und in der Persönlichkeit finde ich Beispiele, anhand derer sich Menschen, die sich schulen lassen, leicht orientieren können. Es geht einfach darum, konkrete Situationen zu benennen, um die Aufmerk-

Per Handyspiel zu Forschungsdaten

■ **Rund 1,7 Millionen Menschen** in Deutschland leiden an Demenz. Bis 2050 wird diese Zahl auf etwa drei Millionen steigen.

■ **Sea Hero Quest** ist ein mit Mitteln der Deutschen Telekom entwickeltes Handyspiel, das zur Erforschung von Demenz beiträgt.

■ **Über 4,3 Millionen Menschen** haben seit 2016 mitgespielt und Daten für die Demenzforschung gesammelt – weitaus mehr, als dies mit herkömmlichen Methoden möglich gewesen wäre. Sea Hero Quest dient Forschern als Grundlage für eine frühzeitige Diagnose von Demenz und der Entwicklung möglicher Therapien.



www.telekom.com/de/verantwortung/details/sea-hero-quest-spielen-gegen-das-vergessen-587114

Dr. Katharina Graffmann-Weschke

■ **ist Leiterin** der „AOK Pflege Akademie“ der AOK Nordost in Berlin

■ **seit Anfang März 2016** gibt es die Akademie bereits.



Weitere Infos unter: <https://pflegeakademie.aok.de>



© AOK NORDOST



Verhaltensweisen wie Misstrauen und Angst können Warnsignale für eine Demenz sein. Sie treten 30 bis 40 Monate vor den kognitiven Störungen auf. © P. PLEUL / DPA

Bundesweit fast 58 000 „Demenz Partner“

Fast 58 000 Menschen haben sich bis Ende 2019 zum „Demenz Partner“ schulen lassen. Basis-Schulungen zum Thema Demenz richten sich nach Angaben der Initiative Demenz Partner an Angehörige, an ehrenamtlich Engagierte sowie an Menschen verschiedener Berufsgruppen, die in ihrem Arbeitsalltag auf Menschen mit Demenz treffen. In Deutschland geht die Initiative Demenz Partner von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. aus. Sie wird vom Bundesministerium für Gesundheit sowie vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Ju-

gend unterstützt. Eine der rund 700 Institutionen, die Demenz-Partner-Kurse anbieten, ist die von Katharina Graffmann-Weschke geleitete „AOK Pflege Akademie“. Als virtuelle Koordinierungsstelle entwickelt und bündelt die Akademie der AOK Nordost sämtliche Qualifizierungs-, Weiterbildungs- und Schulungsangebote der Gesundheitskasse zum Thema Pflege unter einem Dach. Neben Schulungen für pflegende Angehörige und Ehrenamtliche bietet sie Weiterbildungen für Pflegekräfte sowie Qualifizierungen für Pflegeberaterinnen und Pflegeberater an. (Ebert-Rall)

samkeit für Menschen mit Demenz zu schärfen. Der Nachbar hat Schwierigkeiten, beim Einkauf sein Geld abzuzählen? Körperpflege oder Zähne putzen wird zum Problem? Die betagte Mutter verlegt Schlüssel oder vergisst Benimmregeln? Es könnte an der Erkrankung liegen.

Aber die Symptome kommen ja nicht aus dem Nichts ...

Genau deshalb ist es wichtig, dass nicht nur Ärztinnen und Ärzte, sondern möglichst viele Menschen informiert sind und erste Anzeichen als solche erkennen. Denn „Verhaltensstörungen“ wie Reizbarkeit oder Ag-

gressivität, Misstrauen oder Angst treten bereits 30 bis 40 Monate vor den kognitiven Störungen auf. Ein Familienmitglied, ein Betreuer oder Freund der betroffenen Person könnte dann versuchen, eine Differenzialdiagnose durch einen Facharzt anzuregen. Leidet der Betroffene an Parkinson, an einer Depression oder an Entzündungen? Hier könnten sich erste Hinweise zeigen.

Ich benenne in den Schulungen, die ich gebe, auch Risikofaktoren wie Alter, Schädelhirnverletzungen und andere und verweise auf vorbeugende Maßnahmen. Ich erkläre, wie wichtig die korrekte Medikamenteneinnahme

bei Bluthochdruck ist oder die Behandlung von Depressionen. Aber auch auf eigentlich ganz normale Verhaltensweisen mache ich aufmerksam, bringe gesunde Ernährung und Bewegung in Erinnerung oder die große Bedeutung sozialer Kontakte. Dann schildere ich in der Regel noch den Verlauf einer Demenz am Beispiel der Alzheimer-Krankheit – von der Diagnose über Behandlungsmöglichkeiten bis hin zu den Wünschen und Bedürfnissen der Erkrankten.

Wie beschreiben Sie die Bedürfnisse und wie können diese möglichst erfüllt werden?

Ich gehe davon aus, dass alle Menschen sozial eingebunden sein möchten, sie möchten nützlich und hilfreich sein und sich sicher fühlen. Sie möchten in ihrer vertrauten Umgebung sein und möglichst selbstbestimmt leben. Wenn wir uns vergegenwärtigen, dass Menschen mit Demenz sich ihr Wohlbefinden nicht mehr selbst herstellen können, ergeben sich manche Antworten quasi von selbst. Andere muss man erst lernen und einüben. Wir unterstützen sie dabei, sich gut aufgehoben zu fühlen. Das funktioniert, indem wir nicht auf ihre Defizite hinweisen, sondern stattdessen ihre Bedürfnisse ernst nehmen, sie respektvoll behandeln und Ruhe und Sicherheit vermitteln.

Im Gespräch mit Menschen mit Demenz ist es besonders wichtig, Blickkontakt aufzunehmen, aufmerksam zuzuhören, geduldig auf Antworten zu warten, Ja-Nein-Fragen zu nutzen und selbst in einfachen und kurzen Sätzen zu sprechen.

Bietet der Kurs auch Tipps für schwierige Situationen?

Auch hier arbeiten wir viel mit Beispielen. Wenn etwa ein Mensch mit Demenz stark verängstigt ist oder plötzlich aggressiv wird, nutzt es wenig, auf Tatsachen hinzuweisen. Viel besser ist es, zu klären, ob es einen erkennbaren Grund für das Verhalten gibt. Auf jeden Fall sollte das jeweilige Thema aufgenommen und nach einer Lösung gesucht werden. Es hilft dann einfach nicht, zu argumentieren. Wir können auch eine Unterbrechung der Situation herbeiführen oder – falls mehrere Personen anwesend sind – den Gesprächspartner wechseln. Das ist anstrengend, man kann auch mal wütend werden, dann ist es notfalls auch mal gut bei einem Konflikt, natürlich nur mit kurzer Ansage, kurz den Raum zu verlassen und nach wenigen Minuten wieder zurückzukehren. Dann kann die Situation schon deutlich entspannter sein. Die Herausforderungen des Alltags sind so vielfältig und unvorhersehbar, dass es sehr hilft, sich mit ebenso Betroffenen regelmäßig auszutauschen. Und das ermöglichen Selbsthilfegruppen.

Litsch: Entscheidend ist der medizinische Nutzen

AOK-TICKER

Der Vorstandsvorsitzende des AOK-Bundesverbandes, Martin Litsch, begrüßt, dass die Hersteller von digitalen Gesundheitsanwendungen künftig verpflichtet werden sollen, „die positiven Versorgungseffekte ihrer Anwendung nachzuweisen“. Aber der vom Bundesgesundheitsministerium nun vorgelegte Referentenentwurf für eine „Digitale-Gesundheitsanwendungen-Verordnung“ (DiGAV) geht ihm nicht weit genug. „Entscheidend ist dabei, dass der medizinische Nutzen dieser Anwendungen im Sinne der Patienten geprüft und bewertet wird“, so Litsch. Außerdem sei zwingend sicherzustellen, dass keine Daten an Dritte gelangen. (reh)

Erster Qualitätsvertrag zur Delir-Vermeidung geschlossen

Die AOK Rheinland/Hamburg und das Malteser Krankenhaus Seliger Gerhard Bonn/Rhein-Sieg haben zum Jahresbeginn den bundesweit ersten Qualitätsvertrag zur Vermeidung des postoperativen Delirs geschlossen. „Mit dem Vertrag wollen wir einen wichtigen Beitrag dazu leisten, die Versorgung älterer Patienten zu verbessern und die Delir-Rate nach Operationen messbar zu senken“, sagt Matthias Mohrmann, Mitglied des Vorstands der AOK Rheinland/Hamburg. Der Vertrag verfolgt das Ziel, eine Pflegebedürftigkeit zu vermeiden. Dies soll unter anderem durch ein systematisches Screening aller Patienten ab 65 Jahren vor Operationen erreicht werden. (eb)

Fast jeder Vierte in NRW greift zur Zigarette

In Nordrhein-Westfalen wird mehr geraucht, als im Bundesdurchschnitt: So qualmten im Jahr 2017 insgesamt 22,6 Prozent der Bevölkerung, 26,1 Prozent Männer und 19,4 Prozent Frauen. Im Bundesdurchschnitt waren es 22,5 Prozent, berichtet die AOK NORDWEST auf Basis der aktuellen Mikrozensus-Auswertung des Statistischen Bundesamtes. „Das zeigt uns, dass wir nicht nachlassen dürfen, über die Gefahren des Rauchens aufzuklären“, sagt der Vorstandsvorsitzende der AOK NORDWEST, Tom Ackermann. Die Krankenkasse unterstützt ihre Versicherten mit zahlreichen Angeboten auf dem Weg zum Nichtraucher, darunter auch liveonline-Kurse. (eb)

Die Praxis-Serie

Lesen Sie am 7. Februar, wie Telemedizin Versorgung tatsächlich verbessern kann. Seit einigen Jahren können Versicherte der AOK Hessen im Rahmen der Kasseler Stottertherapie (KST) eine reine Teletherapie nutzen. Vor allem für Kinder und ihre Eltern ein Zugewinn.

Kontakt: Haben Sie Fragen an die AOK oder Themewünsche für diese Seite? Dann schreiben Sie uns an: prodialog@bv.aok.de.