



WISSENSWERTES FÜR BETREUUNGSPERSONEN

von Menschen mit demenziellen Erkrankungen

Liebe Leserin, lieber Leser,

Menschen mit demenziellen Erkrankungen bedürfen einer speziellen Betreuung und Versorgung.

Sich die besonderen Bedürfnisse der erkrankten Menschen bewusst zu machen, ist oftmals ein erster hilfreicher Schritt auf dem gemeinsamen Weg. Auch hilft es, auf das Erleben des betroffenen Menschen und sein Verhalten einfühlsam eingehen zu können.

Die nachfolgenden Informationen sollen Sie dabei unterstützen.

Mit freundlichen Grüßen

**Ihre
AOK Rheinland/Hamburg –
Die Gesundheitskasse**



DER SCHLÜSSEL ZUM VERSTÄNDNIS

Eine demenzielle Erkrankung geht weit über den Verlust der geistigen Fähigkeiten hinaus. Sie beeinträchtigt die Wahrnehmungen, das Erleben und somit das gesamte Verhalten des Menschen. Eine Herausforderung, der sich viele Angehörige stellen müssen. Für Angehörige und betreuende Personen ist es demnach wichtig – wenn auch schwer – sich in die Welt eines Menschen mit Demenz einfühlen zu können.

Mit den nachfolgenden Hinweisen möchten wir Ihnen als Betreuungsperson einige wichtige Hilfen an die Hand geben:

1. HINWEISE ZUR KOMMUNIKATION

Es gibt viele Möglichkeiten, Wünsche und Bedürfnisse auszudrücken, wenn Worte fehlen. Nicht immer sind sie leicht zu deuten und es braucht manchmal Fantasie und Mut, sich einzulassen und sich leiten zu lassen. Es ist daher wichtig, die richtigen Kommunikationswege zu finden. Dies ist verbal und nonverbal möglich.

Was Sie berücksichtigen sollten:

- Dem Betroffenen von vorne nähern und sich auf Augenhöhe mit ihm begeben
- Während des Gespräches Augenkontakt halten
- Während des Gespräches, z. B. durch Berührungen, Geborgenheit und Sicherheit vermitteln
- Langsam und ruhig sprechen und einen freundlichen Gesichtsausdruck halten
- Versuchen, mit einer beruhigenden und tiefen Stimme zu sprechen
- In der Kommunikation mit dem Betroffenen einfache und kurze Sätze nutzen
- Soweit möglich, auf vertraute Redewendungen achten
- Vergessene Informationen, wie das aktuelle Datum oder Namen, unauffällig in das Gespräch einfließen lassen
- Nur eine Mitteilung oder Frage auf einmal äußern
- In bejahenden Sätzen sprechen
- Wichtige Informationen nach Möglichkeit an das Satzende stellen
- Geschlossene Fragen formulieren, sodass der Betroffene diese mit ja oder nein beantworten kann
- Dem Betroffenen ausreichend Zeit für seine Antworten lassen
- Dem Betroffenen zeigen, dass man aktiv zuhört und versucht, das Gesagte zu verstehen

- Vorsichtig Hilfestellung geben und Verständnis aufbringen, auch wenn es mitunter schwer fällt
- Den Betroffenen in der Kommunikation stärken und entsprechend loben
- Auf nonverbale Signale des Betroffenen in der Gestik und Mimik achten
- Die eigene Körpersprache nutzen, um die Kommunikation zu unterstützen

Was Sie vermeiden sollten:

- Nicht über den Betroffenen sprechen, als wäre er nicht anwesend
- Den Betroffenen nicht wie ein Kleinkind behandeln
- Den Betroffenen nicht bei seinen Äußerungen unterbrechen
- Keine Kritik üben und nicht unnötig Wort- und Satzfehler korrigieren
- Ironie und sarkastische Ausdrücke

Was Sie wissen sollten:

- Der Betroffene kann ein- und dieselbe Frage und Antwort oder einen Gedanken-gang mehrfach wiederholen
- Gespräche können möglicherweise nicht begonnen und laufen gelassen werden
- Dem Betroffenen fällt es schwer, einem Gespräch zu folgen; vor allem dann, wenn mehrere Personen gleichzeitig sprechen
- Oft kommt es zu einem ungewollten Abdriften vom eigentlichen Gesprächs-thema oder zum Vergessen der Thematik mitten im Gespräch
- Beachten Sie ein fehlendes Erinnerungsvermögen an Namen, Personen, Orten oder Objekten
- Der Betroffene erzählt in der Regel viel aus der Vergangenheit. Zwingen Sie ihn nicht, in das „Heute“ zurückzukehren. Nutzen Sie, wenn möglich, die Chance, von dort eine Brücke in die Gegenwart zu schlagen

„Fühlen Sie sich in die Welt des Menschen mit Demenz ein!“



2. BEDÜRFNISSE VON MENSCHEN MIT DEMENZ

Wenn das Gedächtnis schwindet und sich Verhaltensweisen ändern, hat der Mensch in den einzelnen Stadien der Demenz Bedürfnisse, die untypisch zu seiner vorherigen Lebensweise sein können. Dabei sind folgende Punkte zu beachten:

Beschäftigung

- Beschäftigung erhält und fördert Fähigkeiten und Selbstachtung
- Auch Betroffene können und möchten, je nach Biographie und körperlichen Fähigkeiten, mit einbezogen werden
- Beschäftigungen müssen nicht ergebnisorientiert sein

Emotionen

- Die Emotionen bleiben den gesamten Krankheitsverlauf erhalten
- Hinter bestimmten Verhaltensweisen können verschiedene emotionale Bedürfnisse stehen
- Emotionen nicht unterdrücken, auch wenn es sich um vermeintliche Tabus handelt

Identität

- Um dem Betroffenen etwas von seiner Identität zu vermitteln, ist es hilfreich, wenn die Betreuungsperson seine Lebensgeschichte kennt
- Mit Hilfe von Biographiearbeit kann auf frühere, eventuell verlorengegangene Vorlieben und Fertigkeiten eingegangen werden

Primäre Bindung

- Menschen mit Demenz fixieren sich oftmals auf vertraute Personen; diese Bindung soll auch in schwierigen Phasen der Demenz verlässlich sein
- Werden gleichzeitig mehrere Beziehungen beendet, so kann dies zu Unsicherheit und Angst führen

Selbstbestimmung

- Menschen sind nicht nur denkende, sondern auch emotionale und soziale Wesen und diese Eigenschaften bleiben auch bei einer Demenz lange erhalten
- Der Blick sollte auf die vorhandene Selbstständigkeit gerichtet werden, um die Selbstbestimmung wahrzunehmen und zu unterstützen

- Die Wahrnehmung des Betroffenen als Person mit eigenen Wünschen hilft dabei, respektvoll auf seine Bedürfnisse einzugehen

Sicherheit

- Da der Betroffene sich oftmals in Situationen befindet, die für ihn beängstigend sind, wird dadurch das Bedürfnis nach Sicherheit stark angeregt
- Primäre Bindung bildet eine Art Sicherheitsnetz
- Rituale und feste Strukturen bieten Sicherheit
- Persönliche Gegenstände und Erinnerungsstücke vermitteln ein Gefühl von Geborgenheit

Trost

- Wichtig, wenn der Betroffene mit dem Gefühl des Verlustes ringt, bspw. dem Versagen von Fähigkeiten
- Verständnis vermitteln
- Nähe/Körperkontakt anbieten

3. UMGANG MIT HERAUSFORDERNDEM VERHALTEN

Im Verlauf einer Demenz kann es zu Situationen kommen, die Sie vor eine Herausforderung stellen. Im Folgenden erhalten Sie beispielhaft einige Informationen, die im Alltag hilfreich sein können. Ursache von einigen herausfordernden Verhaltensweisen können auch Schmerzen des Betroffenen sein, daher sollte dies immer beachtet und möglichst ausgeschlossen werden.

Förderlich ist es zudem, eine positive Haltung zu bewahren und Ruhe auszustrahlen. Versuchen Sie außerdem, das Verhalten und eventuelle Kränkungen des Betroffenen nie persönlich zu nehmen.

Gedächtnis- und Verständigungsstörungen

- Umgebung anpassen und unnötige Veränderungen vermeiden
- Gewohnte Tagesstruktur unterstützen
- Eile und Zeitdruck vermeiden
- Keine unnötige Aufmerksamkeit auf Fehlleistungen lenken
- Erinnerungshilfen: Namen/Gegenstände kennzeichnen, z. B. Räumlichkeiten und Schrankinhalte mit Hilfe von Worten oder Bildern darstellen („Wegweiser“), Namensschilder für Betreuungspersonen, Kalender

ORIENTIERUNGSSTÖRUNG

- Örtliche Orientierung
 - Den Betroffenen beruhigen, wenn er sich Sorgen macht, weil er nicht weiß, wo er ist oder wo er hin muss
 - Umgebung übersichtlich gestalten und Orientierungshilfen schaffen
 - Aufmerksamkeit auf etwas Vertrautes lenken, bspw. ein Bild
- Zeitliche Orientierung
 - Fester Tagesablauf
 - Keine minutengenauen Zeitvorgaben setzen, sondern die Zeitspanne an einer Tätigkeit festmachen. Beispiel: „Wenn Sie Ihren Kaffee ausge-trunken haben.“
 - Lassen Sie die richtige Tageszeit, den Wochentag und die Jahreszeit ab und zu in Gespräche einfließen
- Orientierung zur Person
 - Erinnerungsarbeit (Fotos, Beschäftigung an frühere Tätigkeiten anlehnen, Musik, Düfte)
 - Den Betroffenen mit Namen ansprechen und im Falle einer Verwandtschaft/Bekanntschaft den Beziehungsgrad benennen. Beispiel: „Hallo Opa Klaus“
 - Als Betreuungsperson den eigenen Namen nennen

UNRUHE UND NERVOSITÄT

- Ursachensuche: Forschen, ob alle Grundbedürfnisse befriedigt sind (Essen, Trinken, Toilettengang, Bewegung)
- Den Drang nach Bewegung zulassen und die Umsetzung gefahrlos ermöglichen
- Viel Platz bieten, damit sich der Betroffene nicht in die Ecke getrieben fühlt
- Beschäftigung nach Vorlieben anbieten. Beispiel: spazieren gehen, Betroffenen in Haushaltstätigkeiten einbeziehen
- Bei Beschäftigung auf Schweregrad und Ermüdungszeichen achten
- Bei Unruhe in den Händen Gegenstände zum Nesteln/Fühlen anbieten. Beispiel: Taschentuch, Stofftier

ANGST UND FURCHT

- Suche nach den Ursachen, bspw. reizüberflutende Umgebung (Fernsehen/Radio, Sinnestäuschungen, Atmosphäre, Unsicherheit)
- Beruhigen und Körperkontakt halten, sofern der Betroffene es mag

- Wenn möglich, ablenken und Ursache beseitigen
- Erklären, wer die anwesenden Personen sind und was gerade geschieht
- Vertraute Umgebung schaffen und an Routinen festhalten
- Angenehme, entspannte Atmosphäre schaffen

WUTAUSBRÜCHE/SCHIMPFFEN

- Versuchen, soweit wie möglich Ablenkung zu schaffen
- Soweit die Situation es zulässt ggf. den Raum verlassen
- Wenn möglich Verständnis für die Wut aufbringen
- Hilfreich ist, Folgendes zu vermeiden:
 - Diskussion führen und in gleicher Weise reagieren
 - Aufgaben stellen, die überfordern
 - mehrere Personen sprechen zur gleichen Zeit
 - Viele Fragen stellen oder solche, die nicht beantwortet werden können
 - den Betroffenen bevormunden
 - ein herrischer oder vorschreibender Tonfall, bspw. anstatt „Ziehen Sie jetzt Ihren Mantel an.“, „Hier ist Ihr Mantel, lassen Sie sich doch von mir hineinhelpen!“

AGGRESSIVES VERHALTEN

- Versuchen herauszufinden, was der Auslöser war, um die Situation in Zukunft zu vermeiden
- Auslöser sind oft Frustration, Angst, Schmerz, Abwehr einer fälschlicherweise wahrgenommenen Gefahr
- Den Betroffenen versuchen abzulenken, indem bspw. der Vorschlag gemacht wird, etwas gemeinsam zu tun
- Neckeln, Lachen oder Festhalten können zu unbeabsichtigter Provokation führen
- Bekommt die Betreuungsperson Angst, dann sollte sie den Raum/die Wohnung verlassen und dem Betroffenen die Rückkehr mitteilen
- Über aggressives Verhalten sollte der Arzt informiert werden
- Als Betreuungsperson für die eigene Sicherheit sorgen

UNANGEMESSENES VERHALTEN

- Ursachen erforschen und beseitigen
- Oft führen nur die eigenen Verhaltensanforderungen dazu, dass einem das Verhalten des Betroffenen unangemessen erscheint
- Andere Personen könnten das Verhalten verstehen, wenn Sie wissen, dass das

Verhalten Ausdruck einer Erkrankung ist

- Wenn möglich, den Betroffenen bei unpassendem Verhalten sanft aus der Situation herausholen und/oder ablenken

WIEDERHOLTES FRAGEN

- Mögliche Strategien (unterschiedlich erfolgreich):
 - Frage jedes Mal beantworten
 - Frage ignorieren
 - Antwort aufschreiben und auf den Zettel deuten
 - Falls die Frage nicht beantwortet werden kann, dem Betroffenen anderweitig mehr Aufmerksamkeit widmen
 - Wenn der Grund für wiederholtes Fragen darin liegt, dass der Betroffene sich um etwas sorgt, ihm ein sicheres Gefühl vermitteln
 - Versuchen, die Situation durch Ablenkung zu unterbrechen

SINNESTÄUSCHUNG UND WAHNPHÄNOMENE

- Bei unzutreffender Wahrnehmung dem Betroffenen vermitteln, dass alles in Ordnung und unter Kontrolle ist und mit Verständnis entgegenreten
- Bei Sinnestäuschungen ist es zwecklos diese auszureden, vielmehr wirkt eine sanfte Beruhigung positiv
- Mögliche auslösende Umweltgegebenheiten können Sinnestäuschungen hervorrufen wie bspw. Spiegel, dunkle Ecken, Schattenbildung, Tierfiguren etc.
- Gegenstände entfernen, die Sinnestäuschungen bedingen, dennoch nie zu viele Veränderungen auf einmal vornehmen
- Ausreichende Beleuchtung sicherstellen
- Sinnestäuschungen dem Arzt mitteilen

VERLIEREN VON GEGENSTÄNDEN/FALSCHER ANSCHULDIGUNGEN

- Betroffenen beruhigen und gemeinsam versuchen, den vermissten Gegenstand wieder zu finden
- Mitteilen, dass es ärgerlich sein muss, wenn etwas plötzlich verschwindet
- Niemals nachweisen, dass der Betroffene die Dinge selbst versteckt oder verlegt hat
- Versuchen, einen Überblick darüber zu behalten, wo Gegenstände bevorzugt versteckt werden
- Die Anzahl möglicher Verstecke sollte beschränkt werden, bspw. einzelne Schubladen verschließen, Papierkorb/Wäschekorb vor dem Ausleeren überprüfen

- „Lieblingsverstecke“ regelmäßig nach gehorteten Lebensmitteln überprüfen
- Von wichtigen Dingen (bspw. Brillen, Dokumenten, Schlüssel) sollten Duplikate vorhanden sein
- Brillen, Hörgeräte und Zahnprothesen namentlich kennzeichnen
- Beschuldigt der Betroffene die Betreuungsperson des Diebstahls, gelassen bleiben und Diskussion vermeiden

VERMEINTLICH SEXUELLES VERHALTEN

- Mögliche Gründe für das Nesteln an Kleidungsstücken:
 - Der Betroffene muss auf die Toilette
 - Es liegt eine Erkrankung des Genitalbereichs vor
 - Die Kleidung ist zu warm und/oder zu eng
 - Intime Berührungen können auch das Bedürfnis nach Geborgenheit, Nähe, menschlichen Kontakt ausdrücken
- Entsetzen und Verärgerung nicht zeigen, weil dies zu einer Überreaktion führen kann
- Befriedigt sich der Betroffene in der Öffentlichkeit selbst, sollte versucht werden, ihn zu einer anderen Tätigkeit zu bewegen
- Wird eine unangemessene sexuelle Annäherung versucht, Ruhe bewahren und sanft zu verstehen geben, dass eine Annäherung nicht erwünscht ist

UMHERWANDERN

- Versucht der Betroffene das Haus zu verlassen, sollten Konfrontation oder körperlicher Zwang vermieden werden
- Vorzugsweise sollte der Betroffene begleitet oder abgelenkt werden
- Für eine sichere, vertraute Umgebung sorgen, in der der Betroffene gefahrlos umherlaufen kann
- Mitteilen, dass das Herumgehen nicht störend ist, sofern dies auch stimmt
- Für viel Bewegung sorgen, bspw. durch gemeinsame Spaziergänge oder Einkaufen
- Dafür Sorge tragen, dass der Betroffene ein Erkennungsmerkmal bei sich trägt (bspw. Namensschild, Adresse, Telefonnummer in der Kleidung oder Gravur auf einem Armband)
- Durch Vorhänge Türen unsichtbar machen oder Klangspiele anbringen sowie Reize, bspw. Straßenschuhe, Hut, Gehstock aus dem Sichtfeld entfernen, um ein ungewolltes Verlassen der Wohnung zu vermeiden
- Nach den Bedingungen des Herumwanderns forschen: Fehlende Sicherheit, Vertrautheit, Hunger, Durst, wichtige Erledigungen

Die nachfolgenden Seiten können im Rahmen des Individualpflegekurses dafür genutzt werden, die wichtigsten Informationen über die zu betreuende Person zu sammeln. Hier bietet sich für die Betreuungsperson die Möglichkeit, hilfreiche Hinweise für ihre Betreuungsaufgabe übersichtlich festzuhalten.

Die Informationssammlung ist untergliedert in die Bereiche:

- Biografische Daten
- Struktur Tagesablauf
- Interessen/Beschäftigungen
- Bedürfnisse/Gewohnheiten
- Vorlieben/Abneigungen
- Besonderes Verhalten
- Aktivitäten des täglichen Lebens
- Telefonnummern im Notfall

Informationsblatt für: _____

Biographische Daten	Name:	
	Geburtsdatum:	
	Geburtsort:	
	aufgewachsen in/ sonstiger langjähriger Wohnsitz:	
	Ehe-/Lebenspartner:	
	Kinder:	
	Geschwister:	
	Beruflicher Werdegang:	
	Besondere Ereignisse im Leben:	

Struktur Tagesablauf	08:00 Uhr	
	09:00 Uhr	
	10:00 Uhr	
	11:00 Uhr	
	12:00 Uhr	
	13:00 Uhr	
	14:00 Uhr	
	15:00 Uhr	
	16:00 Uhr	
	17:00 Uhr	
	18:00 Uhr	
	19:00 Uhr	
	20:00 Uhr	
	21:00 Uhr	
22:00 Uhr		

Interessen/ Beschäftigungen	
--	--

Bedürfnisse/ Gewohnheiten	
--------------------------------------	--

Vorlieben/ Abneigungen	Vorlieben:	Abneigungen:

Besonderes Verhalten	Situation:	
	Verhalten:	
	Umgang:	
	Situation:	
	Verhalten:	
	Umgang:	
	Situation:	
	Verhalten:	
	Umgang:	

Essen und Trinken		
--------------------------	--	--

Ausscheiden		
--------------------	--	--

Telefonnummern im Notfall	

AOK-Servicestelle Demenz

02461 682-299

ac.demenz@rh.aok.de

AOK-Pflegehotline

0800 329 0 329

*kostenfrei aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz