

Ratschläge für den Alltag mit Demenzkranken

Die Diagnose Demenz betrifft die ganze Familie. Für die betreuenden Angehörigen bedeutet das eine enorme körperliche und seelische Belastung. Als zusätzliche Belastung kommt oft noch der Anspruch hinzu, die Situation alleine bewältigen zu wollen. Gerade für die pflegenden Angehörigen ist es jedoch sehr wichtig, Hilfsangebote von außen anzunehmen, um selbst nicht an der Situation zu zerbrechen. Allgemeingültige Rezepte für den Umgang mit Demenzkranken gibt es nicht, aber einige Regeln, die sich in der Praxis bewährt haben. Es hilft Ihnen, wenn Sie sich über die Krankheit informieren und die Krankheit als Tatsache annehmen und sich auf den Verlauf einstellen.

Allgemeine Ratschläge zum Umgang mit dem Erkrankten:

- sprechen Sie in einfachen, kurzen Sätzen
- sprechen Sie langsam, aber deutlich und bestimmt
- lassen Sie dem Patienten Zeit zu reagieren
- wiederholen Sie wichtige Informationen bei Bedarf
- diskutieren Sie nicht mit dem Patienten
- ignorieren Sie Anschuldigungen
- versuchen Sie, geduldig zu sein

Die Umwelt dem Kranken anpassen:

- behalten Sie eine feste Routine im Tagesverlauf bei
- einfache Regeln und feste Gewohnheiten sind hilfreich
- jede Veränderung (Pflegerwechsel, Umzug) so langsam wie möglich vornehmen
- passen Sie das Umfeld der Erkrankung an, d.h. sichern Sie Gas- und Elektrogeräte, beseitigen Sie Stolperfallen, sorgen Sie für ausreichende Beleuchtung zur Orientierung
- Uhr, Kalender etc. helfen, die Orientierung zu erhalten

Ratschläge zur Pflege:

- achten Sie darauf, ob der Patient Krankheitszeichen verschleiert
- loben Sie den Patienten für jede Tätigkeit, die er selber verrichtet, z.B. mit Worten, durch Berühren, ein Lächeln
- stärken Sie das Selbstwertgefühl des Erkrankten, animieren Sie in zu Tätigkeiten
- vermeiden Sie Überforderungen durch z.B. Lärm, Gedränge
- bequeme Kleidung, die sich einfach anziehen lässt, ist von Vorteil
- achten Sie auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr
- günstig ist leichte körperliche Gymnastik (z.B. tägliches Spazierengehen)



Ambulanter Pflegedienst Jürgen Vierthaler



Informationsbroschüre Demenz

Bei Anregungen und Rückfragen:

Ambulanter Pflegedienst Jürgen Vierthaler

Am Haidhügel 18a

95326 Kulmbach

Tel.: 09221/87659

info@pflegedienst-vierthaler.de

Bei Fragen zur Weiterversorgung/-behandlung nach wenden Sie sich bitte an die Mitarbeiter des Pflegedienstes oder Ihrem Hausarzt

Demenz -

Formen und Ursachen

Die Demenz zeichnet sich durch einen fortschreitenden Verlust früher erworbener Fähigkeiten des Gehirns aus. Hierzu gehören Gedächtnisfunktionen, Urteilsfähigkeit, Orientierung und Denkvermögen. Streng genommen ist die Demenz keine eigenständige Krankheit, sondern ein Syndrom. Ein Syndrom wiederum ist eine Gruppe unterschiedlicher Symptome, also Krankheitszeichen, die für ein bestimmtes Krankheitsbild charakteristisch sind. Im Folgenden werden die verschiedenen Arten der Demenz erläutert. Bei den so genannten primären Formen, zum Beispiel der Alzheimer-Demenz, ist die Demenz vorwiegendes oder einziges Krankheitszeichen. Es gibt aber auch sekundäre Demenzen, bei denen die Symptome einer Demenz auf eine Vielzahl anderer Ursachen zurückzuführen sind wie zum Beispiel einen Mangel an bestimmten Nahrungsstoffen, Alkoholmissbrauch, Kopfverletzungen oder Hirnentzündungen.

Demenz vom Alzheimer-Typ

Die häufigste Art der Demenz ist die vom Alzheimer-Typ mit einem Anteil von 60 Prozent der Fälle.

Vaskuläre Demenz

Die zweithäufigste Ursache für eine Demenz sind Erkrankungen der Hirngefäße. Man spricht hierbei von einer vaskulären Demenz, die sich in circa 15 Prozent der Fälle findet.

Demenz - das klinische Bild

Das klinische Erscheinungsbild einer Demenz ist anfänglich durch die Abnahme der Gedächtnisfunktionen, später auch des Denkvermögens gekennzeichnet. Im weiteren Verlauf treten auch Veränderungen der Persönlichkeitsmerkmale hinzu.

Bei den Gedächtnisstörungen unterscheidet man solche, die das Kurzzeitgedächtnis beeinträchtigen von denen, die Langzeitinhalte betreffen. So können Patienten mit Störungen des Kurzzeitgedächtnisses neue Informationen schlecht behalten. Patienten mit Beeinträchtigung des Langzeitgedächtnisses vergessen Gedächtnisinhalte, die sie schon seit vielen Jahren gespeichert hatten wie zum Beispiel die eigenen Geburtsdaten, den Beruf oder die Namen der Kinder. In der Frühphase einer Demenzerkrankung, insbesondere bei der vom Alzheimer-Typ, fallen neben ersten Fehlern in der Gedächtnisleistung, die überwiegend das Kurzzeitgedächtnis betreffen, eine zunehmende Unsicherheit im Umgang mit neuen Dingen auf. Dies erscheint zum Teil wie Desinteresse und eine Abnahme der Sorgfalt und des Engagements in den Alltagsaktivitäten (Hobbys, Hausarbeit, berufliche Leistung, Körperhygiene). Im weiteren Verlauf treten noch andere Symptome hinzu:

- **Störungen des abstrakten Denkens:** zum Beispiel Sprichwörter erklären;
- **Beeinträchtigung des Urteilsvermögens:** zum Beispiel Abwägen von Argumenten bei einer Problemlösung;
- **Beeinträchtigung des räumlichen Vorstellungsvermögens:** zum Beispiel Figuren nachzeichnen;
- **Persönlichkeitsveränderungen:** Geiz, Misstrauen, Aggressivität, Eifersucht, distanzloses Verhalten, Pedanterie, Rechthaberei, sozialer Rückzug;
- **Orientierungsstörungen:** der Kranke findet sich in der Heimatstadt oder in der Wohnung nicht mehr zurecht
- **Störungen im Bewegungsablauf alltäglicher Tätigkeiten:** zum Beispiel Zähne putzen, Anziehen, Schnürsenkel binden usw.;
- **Sprachstörungen:** Wortfindungsstörungen, Dinge benennen.

Gestaltung der häuslichen Umgebung

Die gewohnte häusliche Umgebung ist der Ort, an dem sich ein Demenzpatient am besten zurechtfindet. Erleichtert wird diese Orientierung noch durch das Anbringen von Hinweisschildern mit Symbolen für bestimmte, häufig aufgesuchte Zimmer wie zum Beispiel die Küche oder das Bad. Stolperfallen, Engpässe in Gängen und Glastüren sollten entfernt werden. Mögliche Gefahrenquellen für den Kranken wie Gasherde oder Elektrogeräte müssen entsprechend gesichert werden. Das Aufstellen aktueller Familienbilder sowie von Kalendern und Uhren kann eine zusätzliche Orientierungshilfe für den Patienten darstellen. Ansonsten gilt die Grundregel, an der gewohnten Umgebung des Patienten möglichst wenig zu verändern. Das Umstellen der Möbel oder schon eine neue Tapete können zu erstaunlicher Verwirrung des Kranken beitragen. Ein Demenzkranker benötigt zudem einen fest gegliederten, aber einfachen Tagesablauf, an dem er sich orientieren kann.

Einsatz von Pflegehilfsmitteln

Pflegerische Hilfsmittel können auch im Verlauf einer Demenzerkrankung hilfreich sein. Hierbei kommen Aufstehhilfen, Griffverstärkungen, Toilettensitze, Gehhilfen, spezielle Matratzen und Pflegebetten zum Einsatz. Von einigen Krankenkassen werden kostenlose Pflegekurse für Angehörige angeboten. Hier erlernen diese unter anderem einfache Handgriffe, die das Leben für Patient und Pflegenden einfacher machen. Neben der Befriedigung der rein körperlichen Bedürfnisse wie Körperpflege, Nahrungsaufnahme, Bewegung oder Toilettengang ist es gerade für den Patienten mit einer fortschreitenden Hirnleistungsstörung wichtig, Anregungen aus seiner Umwelt zu bekommen. Angepasst an das jeweilige Leistungsniveau des Kranken können Musik, Photos, Radio, Fernsehen, Zeitungen und Kontakt mit Freunden und Familienangehörigen eine große Hilfe darstellen.