

# Voraussetzungen für häusliche Betreuung bei Demenz

## Punkte, die pflegende Angehörige berücksichtigen sollten



### **Wohnumfeld anpassen**

In einem ruhigen, zweckdienlichen und übersichtlichen Umfeld fühlen sich Menschen mit Demenz wohl. Es sollte zum Beispiel niemals den ganzen Tag das Radio oder der Fernseher laufen. Zudem sollte das Wohnumfeld auf Dinge reduziert werden, die benötigt werden und einen Zweck erfüllen. Der Tagesablauf benötigt eine geplante Struktur mit täglich festen Abläufen und Ritualen.

### **Krankheitsbilder kennen**

Das Denken, Fühlen und Verhalten der Betroffenen wird durch eine Demenzerkrankung beeinflusst. Es gibt verschiedene Krankheitsformen, wobei die Alzheimer-Krankheit die häufigste ist. Der Verlauf dauert durchschnittlich sieben bis zehn Jahre. In diesem langen Zeitraum gehen nach und nach immer mehr Fähigkeiten verloren, die erkrankten Personen verändern sich und damit auch ihre Bedürfnisse.

### **Bestehende Fähigkeiten einbeziehen**

Gebraucht zu werden, tut auch Demenzerkrankten gut. Sie ihren Fähigkeiten entsprechend mithelfen zu lassen und beispielsweise gemeinsam Wäsche zusammenzulegen, zu kochen, den Tisch zu decken oder spazieren zu gehen und für die Hilfe ein Dankeschön zu erhalten, gibt ihnen ein positives Gefühl. Viele Alltagsbeschäftigungen lassen sich laufend vereinfachen, so können die Betroffenen auch bei fortschreitendem Krankheitsverlauf aktiv bleiben.

### **Behauptungen nicht «richtigstellen»**

Erzählt eine erkrankte Person, dass sie das Mittagessen gekocht hat, der Blick in die Küche aber zeigt, dass dies nicht sein kann, sollte man dies einfach stehen lassen.

Widerspruch oder auch Nachfragen zum Gekochten, können die Betroffenen blamieren oder demütigen. Wichtig ist zu akzeptieren, dass die erkrankte Person in ihrer Welt gekocht hat. Die Konfrontation mit Fehlern kann Aggressionen auslösen.

### **Die Lebensgeschichte kennen**

Wünsche und Bedürfnisse den Demenzbetroffenen sind sehr individuell und können sich am Leben in der Vergangenheit orientieren. Es ist für Betreuende von Vorteil, Eigenarten, Vorlieben, Rituale, Erlebnisse und Ereignisse aus dem Leben der Betroffenen zu kennen und in der Betreuung daran anzuknüpfen.

### **In der Familie integrieren**

Achtsamkeit, Liebe und Respekt werden vermittelt, wenn die erkrankte Person weiterhin Teil der Gemeinschaft ist und nicht ausgeschlossen wird. Manchmal reicht es, mit der Familie zusammensitzen zu können ohne die Erwartung, an den Gesprächen teilhaben zu müssen. Menschen mit einer Demenz beobachten gerne und fühlen sich durch die Anwesenheit «mittendrin» zugehörig.

### **Positive Bezugspersonen**

Betreuende von Demenzerkrankten sollten ausgeruht, geduldig, zugewandt, achtsam und fröhlich sein, egal ob in der Familie oder in einer Institution. Wenn Angehörige 24 Stunden für die Betreuung einer an Demenz erkrankten Person verantwortlich sind, kann das an den Kräften zehren. Wichtig ist deshalb, dass sich Angehörige, kleine Auszeiten gönnen und Entlastungsangebote der Familie, der Nachbarschaft oder professionelle Angebote annehmen und nutzen.

Bei weiteren Fragen rund um die häusliche Betreuung von Demenzerkrankten hilft die kostenlose Telefonberatung durch die Demenz-Expertin Katrin Fritz von Home Instead weiter: **079 898 13 00**.

