



»Ich sehe was,
was du nicht siehst«

Demenz verstehen. Sinnvoll handeln.

Zukunftsorientierte Demenzpflege





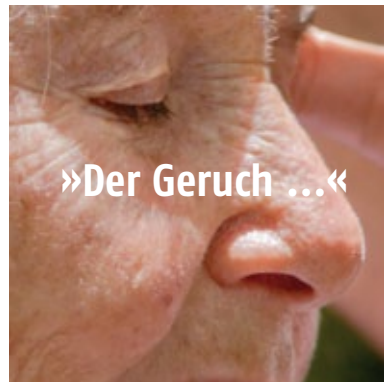
»Ich sehe was ...«



»Es fühlt sich ...«



»Man hört ...«



»Der Geruch ...«



»Es schmeckt ...«

Sehr geehrte Damen und Herren,

»ohne Geist« – so lautet die wörtliche Übersetzung des Begriffs »Demenz« aus dem Lateinischen. Gleichzeitig ist das auch das wesentliche Merkmal von Demenzerkrankungen: der Verlust der geistigen Leistungsfähigkeit.

Wir, die AWO Bayern, haben uns auf die Betreuung, Förderung und Pflege von demenziell erkrankten Menschen spezialisiert. Zukunftsorientierte Demenzpflege liegt uns besonders am Herzen. Wir setzen aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse in unseren Konzepten um und stehen im Austausch mit der Alzheimer Gesellschaft. Demenz ist zwar noch nicht heilbar, aber mit moderner Medizin und professioneller Betreuung lässt sich das Fortschreiten der Erkrankung verzögern. Das sind unbezahlbare Monate mit Lebensqualität, Kontakt zur Familie und Normalität.

Wir wünschen uns, dass diese Broschüre Ihnen ausreichend Informationen bietet sowie Zuversicht und das sichere Gefühl gibt, dass sich Bewohnerinnen und Bewohner mit einer Demenz bei uns mit all ihren Sinnen wohlfühlen. Angehörige und Freunde sollen bei uns die notwendige Beratung und Unterstützung erfahren.





»Das Leben in einem Augenblick.«



Was ist Demenz?

Demenz kommt aus dem Lateinischen und lässt sich aus den Wortteilen de = weg und mens = Denkvermögen, Verstand ableiten. Das heißt vereinfacht: Die Leistungsfähigkeit des Gehirns ist beeinträchtigt.

Demenzkranken leiden unter Gedächtnisstörungen. Ihr Gehirn hat mit fortschreitender Krankheit zunehmend Schwierigkeiten, Informationen aufzunehmen, zu speichern und abzurufen. Das bedeutet: Es wird immer schwieriger, sich an Mitmenschen zu erinnern und sich in der gewohnten Umgebung zurechtzufinden.

Zu Beginn einer Demenz ist es dem Gehirn noch möglich, einige der neuen Erfahrungen zu speichern und auch wieder abzurufen. Bei der fortgeschrittenen Erkrankung wird es allerdings für den Betroffenen immer schwerer, die »richtigen« Erinnerungen zu finden. Neue Erfahrungen werden zumeist direkt nach Erhalt wieder vergessen. So kann es auch passieren, dass im weiteren Verlauf der Krankheit alte Erinnerungen für immer aus dem Gedächtnis verloren gehen.

Drei Krankheitsstadien

Die Krankheit verläuft bei jedem Betroffenen anders, man kann jedoch im Allgemeinen drei Stadien feststellen, die fließend ineinander übergehen. Charakteristisch für alle demenziellen Erkrankungen sind beispielsweise ihr schleichender, nahezu unmerklicher Beginn und das kontinuierliche Fortschreiten.

Am Anfang treten kleinere Gedächtnislücken und Stimmungsschwankungen auf, die Lern- und Reaktionsfähigkeit nimmt ab. Hinzu kommen erste Sprachschwierigkeiten, die Erkrankten benutzen einfachere Worte und kürzere Sätze oder stocken mitten im Satz, verlieren den Faden. In diesem Stadium registrieren die Kranken bewusst die Veränderungen, die in ihnen vorgehen. Deswegen reagieren viele von ihnen mit Wut, Angst, Beschämung oder Niedergeschlagenheit. Im weiteren Verlauf der Krankheit werden die Symptome offensichtlich. Der erkrankte Mensch ist bei Alltagsaufgaben wie Körperpflege oder Nahrungsaufnahme zunehmend auf die Unterstützung durch andere Menschen angewiesen. Kennzeichnend für dieses Stadium ist eine hochgradige Störung des Gedächtnisses; nahe Verwandte können nicht mehr namentlich benannt werden, das Zeit- und Ortsgefühl geht verloren und die Sprache wird undeutlich und inhaltsleer. Die Erkrankten können ihre Gefühle kaum noch kontrollieren, plötzliche Stimmungsschwankungen, Aggressionen und Depressionen treten verstärkt auf.

Im späten Stadium der schweren Demenz ist der/die Kranke vollkommen auf Pflege und Betreuung durch andere angewiesen. Die Sprache beschränkt sich auf wenige Worte oder Laute; das Orientierungsvermögen in Bezug auf Zeit, Raum, Personen und Situationen geht vollkommen verloren.



Die Ursachen

Es gibt eine Vielzahl von verschiedenen Demenzformen. Zu den häufigsten zählt die Alzheimer-Demenz. Hierbei lassen die Hirnfunktionen schleichend und schrittweise nach und sind unwiederbringlich verloren. Die Ursachen der Alzheimer-Demenz sind bislang noch nicht ausreichend erforscht. Bekannt sind aber eine Reihe von Veränderungen im Gehirn. Bei der Krankheit kommt es zu einem Absterben von Nervenzellen und ihrer Verbindung untereinander. Damit ist ein Rückgang der Hirnmasse verbunden. Weiterhin werden Eiweißablagerungen im Gehirn sowie eine Verminderung eines für das Gedächtnis wichtigen Botenstoffs beobachtet. Ein wichtiger Forschungsansatz ist die Suche nach sogenannten Risikofaktoren. Genetische Faktoren spielen eine untergeordnete Rolle. Die Wahrscheinlichkeit, an Demenz zu erkranken, steigt mit zunehmendem Alter.

Im Verlauf der Demenzerkrankung kommt es zu Gedächtnis- und Verhaltensstörungen. Emotionale, häufig unkontrollierte Verhaltensweisen und Stimmungswechsel treten plötzlich auf. Meist erscheint einem der Erkrankte wie ein Kind, das sein Unbehagen auf manchmal abrupte Weise äußert. Denken Sie immer daran, dass keine bösen Absichten hinter bestimmten Verhaltensweisen stecken. Das hört sich traurig an, ist aber einfach eine Folge der Gehirnerkrankung. Versuchen Sie sich in das Erleben und Fühlen von Demenzkranken hineinzusetzen. Gemeinsam mit unserem qualifizierten Personal lässt sich allerhand tun und es hilft dem Demenzkranken, sein Leben mit Lebensqualität und in Würde zu verbringen.

DIE STADIEN DER DEMENZ

Im frühen Stadium (Vergessensstadium mit leichter Demenz)

Die Patienten sind in ihren Tätigkeiten und sozialen Aktivitäten beeinträchtigt, können aber meist noch unabhängig leben. Ihr Urteilsvermögen ist noch intakt. Sie verfügen in der Regel über eine ausreichende Krankheitseinsicht und über eine breite Palette an Fähigkeiten, die sie bei Aufforderung selbst noch aktivieren können.

Im mittleren Stadium (Verwirrtheitsstadium mit mittelgradiger Demenz)

Die selbstständige Lebensführung ist nur noch mit Schwierigkeiten möglich. Die Patienten brauchen ein gewisses Maß an Aufsicht und benötigen zunehmend Hilfe, um ganz alltägliche Dinge durchzuführen. Jemand muss sie bei den sogenannten Basisaktivitäten (essen, trinken, anziehen, zur Toilette gehen) unterstützen. In diesem Stadium konzentriert sich die Pflege darauf, diese einfachen Fähigkeiten durch ständiges Aktivieren und Wiederholen zu erhalten oder aufzubauen. Besonders die bereits genannten Verhaltensstörungen treten in diesem Stadium gehäuft auf.

Im späten Stadium (Hilflosigkeitsstadium mit schwerer Demenz)

Beim Fortschreiten der Erkrankung sind die Aktivitäten des täglichen Lebens der Patienten so stark beeinträchtigt, dass eine ständige und kontinuierliche Aufsicht benötigt wird. Zusätzlich zu den Basisaktivitäten verschwinden nun auch mehr und mehr die verbalen Aktivitäten (das Sprechen). Oft befinden sich die Menschen dann in einem in sich zurückgezogenen Zustand, der Außenstehenden als „Dämmerzustand“ erscheint.



»Jeder Tag sieht anders aus.«



Wissen schafft Vertrauen

Derzeit gibt es etwa 1,2 Millionen Menschen mit einer demenziellen Erkrankung in Deutschland. Jedes Jahr tritt bei 200.000 Menschen die Erkrankung neu auf. Wenn man den Zeitraum von der Diagnosestellung bis zum Tod betrachtet, dann ist der einzelne Mensch etwa acht bis zehn Jahre betroffen – das ist für viele Kranke annähernd ein Zehntel ihres Lebens. Aber nicht nur, dass ein beachtlicher Teil der Bevölkerung davon betroffen ist. Außer dem Kranken selbst sind sein soziales Umfeld, seine Familie und seine Freunde physisch und psychisch belastet. Insgesamt ist die Alzheimer-Demenz als ein Massenphänomen mit immenser Bedeutung zu betrachten.

Deshalb ist es auch eine anspruchsvolle wissenschaftliche Herausforderung, Therapien zu finden, die das damit verbundene Leiden besser als bisher vermeiden können. Solche Therapien helfen nicht nur dem Einzelnen, sie sind auch von großer gesellschaftlicher Bedeutung: Denn Therapien tragen dazu bei, dass die Menschen länger selbstständig leben können.



»Der Geruch erinnert mich an irgendwas.«



Lebensqualität für Demenzkranke

In der Welt des dementen Menschen herrschen weder Logik noch Vernunft noch Erfahrung. Die Logik weicht der Poesie, die Vernunft der Sensibilität und die Erfahrung weicht einzelnen wichtigen Erinnerungen. Es sind die Gefühle, die allgegenwärtig werden und die den Platz des Gedächtnisses einnehmen. Dass sich Menschen auch in der Krankheit wohlfühlen können, ist vielen nicht klar. Die Definition von Lebensqualität ist für Gesunde immer eng mit verstandesmäßiger Leistungsfähigkeit verbunden, weniger mit den unmittelbaren Gefühlen, die das Befinden Demenzkranker bestimmen. Die Fähigkeit, Emotionen zu zeigen, bleibt oft als einzige Ausdrucksform erhalten.

Demenzkranken sind sehr authentisch. Sie nehmen keine Rücksicht auf das, was sozial erwünscht ist. Wenn sie lachen, meinen sie es auch so. Ihre Befindlichkeit ist unschwer anhand von Mimik, Gestik und Lauten in für sie typischen Situationen zu erkennen. Mittels Beobachtungen werden diese individuellen Bedürfnisse von unseren hierauf geschulten Mitarbeitern ermittelt. Einschlägige Testverfahren, wie beispielsweise der Mini-Mental-Status-Test, können dabei unterstützen. Mit diesen speziellen Assessments zur Ermittlung der individuellen Bedürftigkeit nähern sich unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einer individuellen Idealversorgung an. Wo zum Beispiel befinden sich die Lieblingsplätze des Kranken und könnte man die nicht öfter aufsuchen?



»Es riecht nach Sonne und Frieden.«



Die Welt des Gerontogartens

Gerontogärten, wie die speziell für Demenzkranke angelegten Gärten genannt werden, stellen eine Erweiterung des Lebensraums und der Therapie dar. Ein Gerontogarten ist ein Ort, an dem Erkrankte Ruhe und Orientierung, Beschäftigung und Geborgenheit finden. Die Wege sind als Rundwege angelegt und ermöglichen den Erkrankten ihrem Bewegungsdrang nachzugehen, ohne sich zu verirren. Dies vermittelt und gibt ihnen das Gefühl der Sicherheit. Klang- und Windspiele, Pflanzen und Sträucher sowie Aromabeete gehören zum Garten, um die jahreszeitliche Orientierung, das Riechen und Berühren zu unterstützen. Bänke laden zum Ausruhen und Verweilen ein. Tiergehege, beispielsweise mit Hasen, bieten die Möglichkeit, sich im Garten zu beschäftigen. Unsere Erfahrungen mit der Tiertherapie sind fast ausschließlich positiv. So ein Garten aktiviert die Sinne und regt die Bewohner dazu an, ihre Gefühle in den verschiedenen Gefühlsräumen auszuleben.

Licht und Farbe

Orange wirkt anregend, Gelb hellt die Stimmung auf, Blau beruhigt ... Der Einfluss der Farben ist heute weitgehend bekannt. Diese Wirkungen können auch genutzt werden, um das Wohlbefinden von demenzkranken Menschen zu fördern und Begleitererscheinungen zu mindern. Die Bestrahlung mit farbigem Licht ist nur eine von ganz unterschiedlichen Formen der Farbtherapie. Hierfür wird ein Farbstrahler benutzt, in den verschiedene Farbfilter eingesetzt werden können. Das Ziel bei der Farbtherapie ist es, Symptome der Demenz oder der Begleiterkrankungen wie Schmerzen, Schlafstörungen oder Angstzustände zu lindern.



»Ich sehe gerne in die Vergangenheit.«

Erinnerungen gehören zum Leben

Jeder Mensch hat seine Erinnerungen – seine Geschichte. Unsere Sinne sind die Quelle der Erinnerungen an diese ganz persönliche Geschichte. So kann ein Duft, ein Bild, ein Gegenstand, ein Geschmack oder ein Lied sie wieder wachrufen.

Oft genügt nur ein kleiner Anstoß und auf einmal sind sie alle wieder da: erlebte Situationen, Gesichter von geliebten Menschen, Musik von früher. Demenziell erkrankte Menschen verlieren nach und nach alle diese Erinnerungen. Aber manchmal macht es bei Sinneswahrnehmungen von früher bei ihnen „klick“. Und sie nicken oder lächeln oder ergreifen unsere Hand. Ein Zeichen: Die Erinnerung ist zurückgekehrt. Wenn auch oft nur für kurze Zeit.

Bei demenziell erkrankten Menschen sind Erinnerungen nicht immer präsent. Aber es ist möglich, sie über ihre Sinne wieder wachzurufen. Besonders, weil der kognitive Zugang zu ihnen erschwert ist und sie besonders gut über Emotionen zu erreichen sind. Biografiearbeit – die Arbeit mit Erinnerungen aus dem Leben des demenzkranken Menschen – ist daher ein unverzichtbarer Bestandteil der Lebensbegleitung älterer und besonders demenzkranker Menschen.

Pflege mit Herz und Verstand

Der maßgeblichste Faktor für ein ausgezeichnetes Seniorenzentrum und somit seine Pflegekompetenz sind die Mitarbeiter. Besondere Qualifikation, persönlicher Einsatz, Motivation und Empathie sind unabdingbare Voraussetzungen für unser Personal. In unseren Seniorenzentren arbeiten und engagieren sich eine Vielzahl von Mitarbeitern aus den verschiedensten Berufsgruppen, doch eines ist ihnen allen gemein: Sie sind hervorragend ausgebildet.

Denn bei der Betreuung, Förderung und Pflege unserer Bewohner setzen wir auf qualifiziertes Personal und richtungsweisende Pflegekonzepte. Um einen pflegebedürftigen Menschen gemäß seinem individuellen Hilfsbedarf optimal pflegen zu können, nehmen unsere Mitarbeiter an regelmäßigen gerontopsychiatrischen Weiterbildungen und Schulungen teil. Und das gilt für alle unsere Angestellten. Pflegefachkräfte, Pflegehilfskräfte, der Sozialdienst mit Diplom Sozialpädagogen (FH) und Betreuungsassistenten, den hauswirtschaftlichen Servicekräften und dem Reinigungspersonal. So verfügen alle unsere Mitarbeiter über das benötigte Hintergrundwissen sowie Praxiserfahrung im Umgang mit pflegebedürftigen Senioren.





**»Funktionale Architektur im Einklang
mit unserem Betreuungskonzept.«**



Unsere Architektur

»Ein Platz, wo man sich geborgen fühlt«, so lautet der häufigste Wunsch von Senioren bei der Suche nach einem geeigneten Lebensort fürs Alter. In allen unseren Seniorenzentren spielt daher moderne, ansprechende und lebensnahe Architektur eine entscheidende Rolle.

Alle unsere Häuser verfügen über helle, wohnliche Einzel- und Doppelzimmer, lichtdurchflutete Flure und Aufenthaltsbereiche sowie komplette Barrierefreiheit. Um unseren Bewohnern und unserem Personal lange Gänge zu ersparen, verfolgen wir in allen Häusern das Prinzip der »kurzen Wege«. Mit dieser von uns gewählten Architektur können unsere Wohngruppenkonzepte annähernd idealtypisch umgesetzt werden und erfüllen zudem die funktionalen Anforderungen an eine moderne Pflegeeinrichtung. Rund um alle unsere Seniorenzentren finden sich gepflegte Grünanlagen, die zum Verweilen und Spazieren einladen. Eine attraktive, ruhige und ortsnaher Lage wertet die hohe Lebensqualität unserer Bewohner nochmals auf.

Wir wissen, dass es eine enorme psychische Belastung darstellt, einen dementen Angehörigen zu haben, selbst wenn der Angehörige in einem Heim gepflegt wird. Damit Sie sich nicht alleingelassen fühlen, stehen wir in ständigem Kontakt mit Angehörigen. Machen Sie sich selbst ein Bild von unserem Verständnis von der Arbeit mit Demenzkranken. Rufen Sie einfach kurz an und vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin in einem AWO Seniorenzentrum in Ihrer Nähe.

Ihre AWO Bayern





Menschen mit Demenz verstehen. Sinnvoll handeln.

Akzeptanz und Nähe

- Akzeptiere den demenziell Erkrankten so, wie er ist
- Nimm seine Gefühle und Bedürfnisse ernst und reagiere entsprechend
- Biete ihm Nähe und Wertschätzung
- Gib ihm die Möglichkeit, Selbstachtung zu erleben
(Loben für Gelungenes ist bei all dem Scheitern im Alltag wichtig)
- Setze ihn nicht herab und gib ihm nicht das Gefühl, nutzlos zu sein,
lass ihn vertrauten Beschäftigungen nachgehen (kleine Aufgaben finden)
- Lach mal wieder! (Mit Humor wird manches leichter)
- Klage den demenziell Erkrankten nicht für sein Verhalten an
(»Was hast du denn schon wieder gemacht?«)
- Zwinge ihn nicht, etwas zu tun, was er nicht will
- Konfrontiere ihn nicht mit seinen Defiziten
- Behandle ihn nicht wie ein Kind

Menschen mit Demenz verstehen, das ist die Grundlage für unsere Arbeit. Wir haben uns auf die Betreuung und Pflege von demenziell erkrankten Menschen spezialisiert. Wir arbeiten eng mit der Alzheimer Gesellschaft zusammen. Denn Wissen schafft Sicherheit.

**Demenzpflege mit allen Sinnen.
Bei der AWO finden Sie Rat,
Hilfe, Trost und Unterstützung.**



IMPRESSUM

Herausgeber

AWO Bezirksverband Oberbayern e.V.
Edelsbergstraße 10 · 80686 München
Telefon: 089 54714-0
Telefax: 089 54714-211
E-Mail: info@awo-obb.de
Internet: www.awo-obb.de

Vorstandsvorsitz

Herbert Hofauer

Geschäftsführung

Andreas Niedermeier (Sprecher)
Wolfgang Schindele

Vereinsregister

München VR 5463

Verantwortlich für den Inhalt

Wolfgang Schindele
Max Ruf

Konzeption, Gestaltung, Fotos, Umsetzung

COMMWORK Werbeagentur GmbH

Demenz verstehen. Sinnvoll handeln.
Zukunftsorientierte Demenzpflege.

