

# Herausforderung Demenz

„Ein Mensch mit Demenz kann sich nicht der Umwelt anpassen. Deshalb sollte sich die Umwelt an ihn anpassen.“

Als Demenz werden Hirnleistungsstörungen bezeichnet. Hirnleistungsstörungen können durch verschiedene Krankheiten ausgelöst werden.

- Ursachen:**
- Alzheimer Erkrankung
  - Herz-Kreislauf-Erkrankung
  - Durchblutungsstörungen des Gehirns in Kombination bei Parkinson-Erkrankung
  - Vitamin/Hormonmangel
  - Flüssigkeitsmangel und andere

Die Alzheimer Erkrankung ist nicht heilbar, kann jedoch durch Medikamente und aktivierende Beschäftigungen verlangsamt werden. Für Menschen mit Demenz ist es wichtig, weiter am „normalen“ Leben teilnehmen zu können.

- Symptome:**
- Kurzzeitgedächtnis wird schwächer
  - Zeitlich, örtlich desorientiert
  - Tragen unpassender Kleidung
  - Probleme, die richtigen Worte zu finden
  - Fragen werden einfach wiederholt
  - Gesagtes wird nicht verstanden
  - Logisches Denkvermögen ist eingeschränkt
  - Geruchs- und Geschmackssinn gestört
  - „Leben in der Vergangenheit“

Menschen mit Demenz sind durch die Symptome häufig sehr verunsichert. Sie sind empfindlich, wenn sie sich kritisiert oder bevormundet fühlen. Manchmal versuchen sie so lange wie möglich eine „normale Fassade“ aufrecht zu erhalten, um das Gesicht nicht zu verlieren. Alles was sie denken und tun, entspricht für sie der Realität.

- Umgang:**
- Wenden Sie sich dem Erkrankten zu und nehmen Sie Blickkontakt auf
  - Sprechen Sie langsam und deutlich, in kürzeren Sätzen, die nur eine Information erhalten
  - Sprechen Sie freundlich und dem Menschen zugewandt, mit Gestik und Mimik
  - Wichtige Informationen bei Bedarf wiederholen – notfalls mehrfach
  - Vermeiden Sie W-Fragen (wieso, weshalb, warum etc.) und stellen Sie immer nur eine Frage
  - Lassen Sie Zeit zum Antworten
  - Vermeiden Sie Diskussionen, es geht nicht darum, wer Recht hat
  - Nehmen Sie Menschen mit Demenz ernst, vermitteln Sie Ruhe und Sicherheit
  - Behandeln Sie Menschen mit Demenz mit Respekt und Wertschätzung
  - Auch wenn der Mensch mit Demenz nicht Nachvollziehbares erzählt, für ihn ist es real
  - Vergewissern Sie sich, ob der Betroffene alleine zurechtkommt (nach Hause begleiten, auf Angehörige warten)
  - Bei Beschuldigungen nicht persönlich nehmen und verteidigen, Streitgespräche belasten die Situation zusätzlich (Gefühlsausbrüche sind meistens Reaktionen auf frustrierende Erlebnisse)