© diego cervo/stock.adobe.com

FAKTOREN, DIE EINE ERHÖHTE REIZBARKEIT BEWIRKEN KÖNNEN

Körperliche Faktoren:

- Chronische Schmerzen
- Schlafstörungen
- Hunger, Durst
- Harndrang
- Unterzuckerung
- Schilddrüsenüberfunktion
- Reaktionen auf Medikamente
- Einwirkung von Kaffee oder Alkohol
- Entzugssymptome

Psychosoziale Faktoren:

- andauernde Unzufriedenheit oder
- Verbitterung
- Langeweile im Alltag
- Reizüberflutung
- Gefühl entmündigt zu werden
- ausbleibende Wertschätzung
- negative Gefühle durch Geräusche (Sirene, Gerüche,...)

Umgebungsfaktoren:

- Lärm
- räumliche Enge
- Lichtmangel
- Unruhe

Um offen zu sein, ich fürchte,
ich bin nicht bei vollem Verstand.
Mir scheint, ich sollte Euch kennen,
und diesen Mann auch,
doch ich bin im Zweifel;
denn ich bin völlig im Unklaren,
was für ein Ort dies ist,
und alle Kenntnis, die ich habe,
erinnert sich nicht an diese Kleider;
auch weiß ich nicht, wo ich
letzte Nacht gewohnt habe

(W. Shakespeare, König Lear, 4. Akt, Szene 7)

Links im Internet zum Thema Demenz

www.alzheimerinfo.de

www.leben-mit-demenz.de/was-bedeutetdemenz/

www.pflege-deutschland.de/pflegeratgeber/demenz.html

www.50plus.de/gesundheit/article/wie-sie-sichdagegen-wehren-koennen.html

www.integrativevalidation.de/files/iva/pdf/Buch.Inhalt.Leseprobe.pdf

2024/05

GFO

franziskanisch · offen · zugewandt

Eine Einrichtung der Gemeinnützigen Gesellschaft der Franziskanerinnen zu Olpe mbH (GFO) · Titelbild © Ocskay Bence/stock.adobe.com

DAMIT ES GELINGT

MENSCHEN MIT DEMENZ BEGEGNEN

GFO

franziskanisch · offen · zugewandt

SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN,

die Begegnung mit einem Menschen mit Demenz löst unterschiedliche Reaktionen in uns aus. Das können Ängste sein, einmal selbst an einer Demenz zu erkranken, Mitgefühl, Unsicherheiten im Umgang mit dem Betroffenen oder auch Ablehnung und Distanzierung.

In unserer intellektuell geprägten Gesellschaft gehört der Verlust geistiger Fähigkeiten zu den schwersten Beeinträchtigungen, die wir uns vorstellen können. Dass auch Menschen mit Demenz trotz ihrer Erkrankung über Lebensqualität verfügen und positive Gefühle wie Glück, Liebe, Harmonie und Zufriedenheit empfinden, ist für viele zunächst kaum vorstellbar. Tatsächlich bringt eine Demenz hohe Belastungen für die Betroffenen selbst, aber auch für ihre Angehörigen mit sich.

Und doch: Je mehr Menschen Verständnis für die Betroffenen und ihre Beeinträchtigungen entwickeln und je mehr geeignete Lebensräume und Betreuungsformen geschaffen werden, umso mehr ist ein »Leben mit Demenz« möglich.

Wir möchten Sie mit diesem Info-Flyer unterstützen, beraten und Ihnen für schwierige Situationen eine kleine Hilfestellung geben.

Wenn Sie noch Fragen haben,
sprechen Sie uns bitte an.

GRUNDREGELN ZUM UMGANG

- Sprechen Sie deutlich, in einfachen Sätzen und auf Augenhöhe mit dem Mensch mit Demenz
- Achten Sie auf körpersprachliche Signale und gehen Sie auf der Gefühlsebene auf den Menschen ein, dadurch fühlen sich die Betroffenen ernst genommen und verstanden z. B.:
  - „Sie sind ganz unruhig“ oder
  - „Sie sind richtig ärgerlich“ oder
  - „Da fühlt man sich ganz allein gelassen“
- Beginnen Sie ein Gespräch am besten mit einer anerkennenden oder wertschätzenden Mitteilung. Dies schafft schnell Vertrauen und reduziert Ängste oder Unsicherheiten beim Gegenüber.
- Stellen Sie Fragen, die der Betroffene möglichst einfach z.B. mit Ja oder Nein beantworten kann.Stellen Sie **keine „W“-Fragen** wie z. B. Wie? Wieso? Warum? Wann?, weil sie die Betroffenen leicht überfordern können.
- **Diskutieren Sie nie!** Sie können den Menschen mit Demenz nicht von etwas überzeugen, was er nicht verstehen kann.
- Kündigen Sie Ihr TUN zuvor an, um Überraschungen zu vermeiden (z. B. Rollstuhl anschieben). Geben Sie Anleitungen in einzelnen Schritten hintereinander.
- Gehen Sie auf die Vergangenheit des Betroffenen ein (Lebensthema) z. B.: Betroffener: „Ich muss zur Arbeit“:
  falsch: „Sie sind doch schon lange in Rente!
  richtig: „Sie wissen, was Arbeit ist!“ oder
  „Ohne Fleiß kein Preis!“

ANGEMESSENE REAKTIONEN

- Bei Stress und Angst können Menschen mit Demenz ihre Reaktionen nicht mehr verstandesmäßig steuern. Sie reagieren impulsiv und unkontrolliert entsprechend ihrer emotionalen Situation.
- Vermeiden Sie Belehrungen und Zurechtweisen.
- Aufmerksamkeit, Zuhören, Ernstnehmen und Zuwendung schaffen Vertrauen und mindern Ängste.
- Erkennen Sie die Sichtweise des Menschen mit Demenz als für ihn gültig an. Er lebt in seiner Erinnerungswelt und in seinen Vorstellungen und kann nur diese als wahr akzeptieren.
- Sorgen Sie für eine ruhige Umgebung.
- Bewahren Sie Geduld und Gelassenheit.
- Vermeiden Sie, dass mehrere gleichzeitig reden.
- Beziehen Sie das Verhalten des Betroffenen nicht auf sich, auch wenn er seine Aggressionen gegen Sie richtet.
- Vermeiden Sie bei großer Reizbarkeit und Aggressivität unter Umständen Berührung oder Festhalten. Dies kann als Bedrohung wahrgenommen werden. Bleiben Sie selbst gelassen und klar.
- Gehen Sie gegebenenfalls auf Distanz.
- Versuchen Sie es nach 5 Minuten noch einmal.