



BeKo

...selbstbestimmt im Alter!

Checkliste Demenz

1. Einschränkungen in den Alltagskompetenzen

Die Krankheit „Demenz“ kann dazu führen, dass bestimmte Tätigkeiten im Bereich der Körperpflege, im Haushalt und/oder der Erledigung von Alltagsgeschäften nicht mehr oder nur noch eingeschränkt ausgeführt werden können. Pflegende Angehörige sollten folgende Aspekte beobachten und ggf. Abhilfe schaffen, sobald Einschränkungen vorliegen. Dies kann durch persönliche Aufforderung, Beaufsichtigung oder (teilweise) Übernahme der Tätigkeiten erfolgen.

a. Im Bereich der Grundpflege und medikamentösen Versorgung

- Körperpflege und Körperhygiene
- Einnahme von Mahlzeiten
- Flüssigkeitszufuhr
- An- und Auskleiden
- Aufsuchen und Verlassen des Bettes
- Einnahme verordneter Medikamente
- Verlassen oder Wiederaufsuchen der Wohnung

b. Im Bereich der hauswirtschaftlichen Versorgung

- Reinigung und Beheizen der Wohnung
- Wechsel der Bettwäsche
- Entsorgung des Abfalls
- Waschen und Pflege der Kleidung
- Zubereitung von Mahlzeiten
- Spülen von Geschirr
- Einkaufen
- Gefahrenquellen: Feuer, elektrische Geräte

c. Im Bereich „Sozialverhalten, Beschäftigung und Tagesstruktur“

- Aufrechterhaltung und Pflege sozialer Kontakte
- Verhalten gegenüber anderen Personen
- Struktur im Tagesablauf und Beschäftigung
- Angemessenes/Unangemessenes Verhalten
- Schlaf-/Wach-Rhythmus
- Emotionale Kompetenz und Orientierung in und außerhalb der Wohnung

d. Im Bereich „Erledigung von Alltagsgeschäften“

- Erledigung von Bankgeschäften
- Führen eines PKWs
- Umgang mit Geld
- Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel

2. Umgang mit dementiell erkrankten Angehörigen

Die Schwierigkeiten im Zusammenleben mit dementiell erkrankten Angehörigen werden bestimmt vom Stadium der Demenzerkrankung, von den äußeren Umständen, von der Lebensgeschichte, aber auch von der Persönlichkeit und dem Verhalten der Bezugspersonen. Daher können Lösungen für einen konfliktarmen bzw. –freien Umgang nur im Einzelfall gefunden werden.

Die folgenden Grundregeln haben sich aber in vielen Familien bewährt:

- Informieren Sie sich gründlich über die Demenzerkrankung. Dieses Wissen gibt Ihnen Sicherheit und bewahrt Sie davor, Unmögliches von sich zu verlangen.
- Versuchen Sie nicht, den/die Betroffene(n) zu ändern bzw. ihn/sie mit Argumenten zu überzeugen.
- Demenzerkrankte folgen einer anderen Logik als Nicht-Betroffene.
- Halten Sie die Eigenständigkeit des/der Betroffenen so weit wie möglich aufrecht. Sie ist entscheidend für sein/ihr Selbstwertgefühl. Hierzu gehört es, Gefahrenquellen zu sichern, wie z.B. Gas- oder Elektrogeräte, Treppen oder glatte Badewannen und Duschen.
- Behalten Sie nach Möglichkeit die Gewohnheiten des/der betroffenen Angehörigen bei. Die vertrauten Menschen und Dinge der Vergangenheit sind für ihn/sie wichtiger als die Gegenwart, in der er/sie sich nicht mehr zurechtfindet.
- Sorgen Sie für einen überschaubaren und gleichbleibenden Tagesablauf. Sicherheit und Orientierung geben Sie dem/der Betroffenen durch z.B. Hinweisschilder, farbige Kennzeichnungen, gut ablesbare Uhren, eine Tafel mit den wichtigsten Mitteilungen und eine ausreichende nächtliche Beleuchtung.
- Suchen und nutzen Sie die Persönlichkeitsbereiche und Fähigkeiten des/der Betroffenen, die von der Krankheit verschont geblieben sind.
- Verwenden Sie Blicke, Gesten und Berührungen als Mittel des Kontaktes, besonders wenn die sprachliche Verständigung immer schwieriger wird.
- Lösen Sie Konflikte durch Ablenkung oder Zuwendung. Vermeiden Sie nutzlose Wortgefechte.

- Reagieren Sie gelassen auf Ängstlichkeit und Hinterherlaufen, aber auch auf Aggressivität. Diese Verhaltenweisen entspringen der Ratlosigkeit und Verunsicherung des Betroffenen. Sie sind keine bewusste Schikane. Im Allgemeinen sind sie auch kurzzeitig.
- Vergessen Sie über der Sorge für den Betroffenen nicht sich selbst. Sie müssen mit Ihren Kräften haushalten. Sie handeln nicht selbstsüchtig, wenn Sie sich Erholungspausen verschaffen, in denen Sie Ihren eigenen Interessen nachgehen. Es ist auch kein Eingeständnis eigener Unzulänglichkeit, wenn Sie Hilfe von außen holen. Suchen Sie auch das Gespräch mit Menschen, die in derselben Lage sind wie Sie. Dieser Erfahrungsaustausch gibt Ihnen wertvolle Anregungen und stärkt ihre Zuversicht.

3. Pflegerische Grundsätze im Umgang mit verwirrten alten Menschen

- Herstellung eines verlässlichen Milieus
(strukturierter Tagesplan, mittleres Reizangebot, möglichst keine Veränderung der Situation, Zusagen und Versprechen einhalten)
- Schaffen einer vertrauensvollen Atmosphäre
(möglichst wenig Personalfuktuation)
- Einfache Kommunikation einsetzen
(kurze Sätze mit den Worten des Betroffenen, gemeinsames Tun, Beachtung der nonverbalen Kommunikation)
- Schwierigkeiten akzeptieren
- Positive Körpergefühle und Atmosphäre schaffen durch Gymnastik, Massage, Haarpflege, Kleidung, Aromatherapie

4. Möglichkeiten zur Entlastung der Pflege zu Hause

- Austausch mit Gleichgesinnten (Gesprächskreise)
- Aufgaben auf Familienmitglieder und / oder Freunde verteilen
- Ambulante häusliche Hilfsangebote nutzen
- Tages-/Nachtpflege in Anspruch nehmen
- Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege, betreuten Urlaub in Anspruch nehmen
- Einsatz von Hilfsmitteln

5. Angelegenheiten, die geregelt werden sollten

a. Vertretung in persönlichen Angelegenheiten:

Sobald eine Demenz vom Facharzt diagnostiziert wurde und keine Vorsorgevollmacht vorliegt, können rechtliche Angelegenheiten nur über die Einrichtung einer rechtlichen Betreuung geregelt werden.

b. Führen von Kraftfahrzeugen:

Je nach Demenzform und Ausprägung ist die Fähigkeit zum Führen eines PKWs zu überprüfen.

Dies sollte mit dem Hausarzt / Facharzt abgeklärt werden. Ärzte sind bei einer dementiellen Störung zur Aufklärung über Verkehrssicherheit verpflichtet.

Angehörige sollten zunächst versuchen, den Betroffenen auf die Gefahren aufmerksam zu machen und vom Autofahren abzubringen. Um trotzdem eine so weit wie mögliche Unabhängigkeit in der Mobilität zu erhalten, sollten alternative Fortbewegungsmittel besprochen und trainiert werden.

Lässt sich das Autofahren dennoch nicht verhindern, sollte eine Meldung vom Angehörigen oder vom Arzt an die Führerscheinstelle erfolgen. In diesem Fall darf nach der Gesetzeslage die ärztliche Schweigepflicht gebrochen werden. Einen Demenzerkrankten wissentlich hinters Steuer zu lassen, kann nicht nur bei Angehörigen, sondern auch bei behandelnden Ärzten als grobe Fahrlässigkeit und Verstoß gegen die Führersorgepflicht gewertet werden.

Der ADAC bietet einen Fahr – Fitness – Check für Senioren an. Die regionale Geschäftsstelle in Gießen erteilt Ihnen nähere Informationen.

c. Versicherungsschutz bei Demenz:

Der/die Versicherungsnehmer/in ist verpflichtet seine Versicherung (z.B. Unfall-, Hausrat-, (KFZ)-Haftpflichtversicherung) über sog. „gefahrenerhebliche Umstände“ zu informieren. Dazu gehört auch die Diagnose „Demenz“. Im Schadensfall kann der Versicherungsschutz verweigert werden.

Falls bisher keine Haftpflichtversicherung besteht, wird der Abschluss eines geeigneten Versicherungsschutzes unter Angabe der Diagnose unbedingt empfohlen.

d. Schwerbehindertenausweis:

Personen mit Demenz haben Anspruch auf Anerkennung als Schwerbehinderte(r). Der Ausweis wird beim Versorgungsamt beantragt. Er bringt unter anderem steuerliche Vorteile und Ermäßigungen bei der Benutzung öffentlichen Verkehrsmitteln.

6. Wohnraumgestaltung bei Demenz

Die Wohnung sollte auf Gefahrenquellen hin überprüft und diese entfernt werden:

- Tür- und Fensterschlösser an unzugänglichen Stellen (oberer Türbereich) anbringen
- Türdurchgänge, die nicht genutzt werden, zuhängen oder Pflanzen vor die Tür stellen
- Nicht benötigte Schlüssel und Schlösser von Zimmertüren entfernen
- Zweites Schloss an der Eingangstür macht das Öffnen für die dementiell erkrankte Person zu kompliziert
- Glocken-oder Alarmsystem an der Wohnungstür hilft gegen unbeobachtetes Weglaufen
- Eingangstür von außen zwecks Wiedererkennung auffällig gestalten (evtl. durch ein Bild oder Fotografie)
- Blockieren von Drehsesseln, Entfernen von Schaukelstühlen
- Genügend Bewegungsfreiheit in den Räumen schaffen
- Nachtlicht im Bad anbringen und über Bewegungsmelder steuern
- Scharfe Kanten an Möbeln abdecken oder abrunden
- Absperrgitter an Treppen anbringen
- Steckdosen absichern
- Vor heiße Radiatoren Möbelstücke stellen
- Lagerung von Putzmitteln in der Wohnung vermeiden oder unter Verschluss bringen
- Wasserhahn mit Sensortechnik, evtl. Temperaturbegrenzer gegen Verbrühen versehen
- Herdsicherungssysteme (Überhitzungsschutz, Rauchmelder) installieren
- Stolperquellen entfernen

Eine Übersicht mit Informationen, was nach einer Demenz-Diagnose zu tun ist, bietet die Deutsche Alzheimer Gesellschaft an. Den Link finden Sie [hier](#).