

Pflegedienst GmbH * Mario Kärtner

Ambulante Alten- und Krankenpflege
Herrnbergstr. 36 * 84428 Ranoldsberg
Telefon: 08086 511 * Telefax: 08086 94500
Institutionskennzeichen: 462 916 660

Unser Service
Ihr Wohlbefinden



Informationsblatt zu Demenz (für Betroffene/Angehörige)

Sie als Angehöriger eines Menschen, der an Demenz erkrankt ist, stehen vor einer großen Herausforderung. Wir als Ihr Pflegedienst bieten Ihnen Informationen, Hilfestellung und Handlungsanregungen. Ihre Vilstal – Pflege ist dieser Aufgabe gewachsen und begleitet Sie und Ihren Angehörigen durch diese schwere Zeit.

Demenz ist nicht das Ende des „Seins“, es kann auch der Anfang eines neuen, anderen Erfahrens sein. Wir haben Menschen vor uns, die einen Vorsprung an Erfahrung besitzen, die eine Lebensleistung erbracht haben; das gilt auch dann, wenn sich der Verstand krankheitsbedingt verändert hat. Respekt vor diesen Menschen und die Akzeptanz ihrer Andersartigkeit sorgen für ein Klima, das Menschlichkeit zulässt und das macht im Ergebnis „Lebensqualität“ für die Betroffenen und deren Helfer aus.

Meist stellt sich die Situation so dar, dass Sie alles tun, was Ihnen möglich erscheint, um es dem Betroffenen recht zu machen und häufig werden Sie dann völlig unverständlich mit Ablehnung, Misstrauen oder gar Beschimpfungen konfrontiert.

Informiert und aufgeklärt sein nimmt Ängste und gibt Sicherheit, so dass Sie mit Umsicht, Liebe und Können dem demenziell veränderten Menschen begegnen, ihn begleiten und ihm Hilfe anbieten können. Wichtig ist dabei auch für alle Betroffenen ein entspanntes und zufriedenes Zusammenleben.

Was bedeutet Demenz?

Demenz ist ein Überbegriff für viele verschiedene Erkrankungen. Gemeinsam ist allen der Verlust geistiger Fähigkeiten (Intelligenz). Typische Anzeichen dafür sind, dass sich die Sprache, die Gedächtnisleistung, das praktische Geschick und das Denkvermögen verschlechtern, das Bewusstsein dabei aber nicht eingetrübt ist. Das bedeutet, der Mensch nimmt diese Veränderungen bewusst wahr und fühlt sich hilflos und unzufrieden. Und es bedeutet auch, dass er zunehmend seine alltäglichen Aufgaben nicht mehr ohne Hilfe ausführen kann.

Alzheimer Demenz

Bei dieser am häufigsten auftretenden Form sterben in einem schleichenden Prozess im Gehirn Nervenzellen und ihre Verbindungen ab. Dies fällt erst viele Jahre später mit einer massiven Vergesslichkeit auf.

Vaskuläre Demenz

Bei dieser Form sind dauerhaft geschädigte Blutgefäße der Grund für viele kleine, zum Teil unbemerkte Schlaganfälle. Dabei wird die Durchblutung in bestimmten Hirnbereichen unterbrochen. Dies kann zu unterschiedlichen Auswirkungen führen. Häufig kommt es zu Sprachproblemen, Stimmungsschwankungen, epileptischen Anfällen oder Lähmung einer Körperhälfte, der Arme oder der Beine.

Folgende Risikofaktoren begünstigen das Entstehen oder Fortschreiten der Erkrankung:

- Bewegungsmangel
- Rauchen
- Bluthochdruck
- starkes Übergewicht (Adipositas)
- Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus)
- deutliche Erhöhung der Blutfettwerte (Cholesterin)

Weitere Demenzformen, die eher selten vorkommen, sind z.B. Hirnschädigung durch Alkoholkrankheit (Wernicke-Korsakow-Syndrom), Veränderung des Gehirns bei stark fortgeschrittener Parkinsonerkrankung, Hirnschädigung durch Ablagerungen von kleinen Eiweißteilchen (Lewy-Body-Demenz) und eine Demenzform, bei der die Betroffenen eher durch unangebrachte Verhaltensweisen als durch Vergesslichkeit auffallen (Morbus Pick).

Wie ist der Verlauf einer Demenz?

Der bei jedem Betroffenen unterschiedliche Krankheitsverlauf kann in drei Stadien aufgeteilt werden, wobei jedes Stadium ungefähr drei Jahre dauert. Mit dem Auftreten der ersten Anzeichen kann noch eine viele Jahre dauernde Lebenserwartung bedeuten, aber auch ein schnelles Durchlaufen der Stadien ist möglich.

Pflegedienst GmbH
Mario Kärtner
Herrnbergstr. 36
84428 Buchbach (Ranoldsberg)

Telefon: 08086 511
Telefax: 08086 94500
E-Mail: mario.kaertner@t-online.de
Internet: www.vilstal-pflege.de

Bank: VR-Bank Taufkirchen-Dorfen eG
Kontonummer: 3323862
Bankleitzahl: 70169566
Institutionskennzeichen: 462 916 660



Frühstadium	Nach ersten Warnhinweisen können Störungen im Kurzzeitgedächtnis auftreten. Sinnvolle Zusammenhänge können häufig nicht mehr hergestellt werden.
Mittleres Stadium	Das Langzeitgedächtnis lässt nach. Es kommt zu Verhaltensauffälligkeiten und der Betroffene ist zunehmend auf Hilfe angewiesen.
Spätstadium	Der Betroffene verliert neben zunehmendem Sprachverlust auch die Kontrolle über Körperfunktionen wie z.B. der Ausscheidung oder der Körperhaltung. Er ist vollständig auf die Hilfe anderer angewiesen. Es kann zu Krampfanfällen oder zu Schluckstörungen kommen. Als Folge daraus kann es zu einer Entzündung der Atemwege bis zur Lungenentzündung oder einer extremen Sturzgefährdung kommen. Der Betroffene kann zwar eigene Gefühle wahrnehmen, diese aber nur noch über nicht sprachliche Möglichkeiten wie z.B. Lachen, Weinen und Unruhe ausdrücken.

Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es neben einer medikamentösen Therapie?

Neben der Medikamentengabe gibt es noch viele andere Therapiemöglichkeiten, die für den Betroffenen und für Sie als Angehörigen hilfreich sein können.

Sie sollten sich dabei möglichst von fachlich qualifiziertem Personal unterstützen lassen, denn Probleme wie unwillkürlicher Abgang von Urin und Stuhl (Inkontinenz), Wundliegen (Dekubitus), Schwierigkeiten beim Essen und Schlucken oder auch die Sturzgefahr können auftreten und Sie als Angehöriger vor scheinbar unlösbare Probleme stellen.

Neben dem betreuenden Pflegedienst und behandelndem Arzt sollten zusätzliche Fachkräfte wie Apotheker, Sozialarbeiter, Physiotherapeuten (Krankengymnastik), Ergotherapeuten (Beschäftigungstherapie) und Logopäden (Therapie bei Sprach-, Sprech- und Stimmstörungen) zu Rate gezogen werden. Hilfreich können auch Heilpraktiker und alternative Medizin sein.

Fähigkeiten, die noch am Besten erhalten sind, sollten gefördert werden. Weitere Therapiemaßnahmen sind Verhaltens-, Kunst- oder Bewegungstherapie, bei denen die noch vorhandenen Fähigkeiten gefördert und somit länger erhalten bleiben.

Grundlegende Änderungen in der häuslichen Umgebung würden eine vorhandene Orientierungslosigkeit des Betroffenen verstärken. Anpassungen können sinnvoll sein und sich positiv auf Unruhe und Verwirrheitszustände des Betroffenen auswirken.

Tipps

- planen Sie Freizeitaktivitäten wie singen, spazieren gehen, malen usw. in den Tagesablauf mit ein (dies ist besonders bei verstärkten sprachlichen Problemen eine Chance für den Betroffenen sich auszudrücken)
- behalten Sie feste Zeiten und Rituale zum Essen und Schlafen bei
- planen Sie den Tagesablauf gleich bleibend, das erhöht das Sicherheitsgefühl des Betroffenen
- lassen Sie ihn nach seinen Fähigkeiten weiter aktiv an den täglichen Arbeitsprozessen teilnehmen (Kochen, Waschen usw.)
- sorgen Sie für ausreichende Lichtquellen besonders des Nachts
- unterstützen Sie den Tag/Nacht Rhythmus evtl. durch Beleuchtung am Tag und Abdunklung in der Nacht
- beseitigen Sie Gefahrenquellen wie z.B. hoch stehende Teppichränder, rutschende Unterlagen etc.
- sichern Sie Gas- und Elektrogeräte, Treppen, glatte Badewannen usw.
- vermeiden Sie Lärm und laute Nebengeräusche

Schwierigkeiten, die im Umgang und Zusammenleben mit demenziell erkrankten Menschen auftreten, liegen nicht immer nur an dem Erkrankten und seinem Erkrankungsstadium, sondern könnten auch in Ihrem Verhalten als Bezugsperson liegen.

Deshalb ist es nicht möglich allgemeingültige Lösungen zu finden. Entscheidend ist immer der Einzelfall. Neben möglichen Anpassungen, die sich bereits im Alltag vieler betroffener Familien bewährt haben, folgen daher hier Hinweise.

Hinweise

- verlangen Sie von sich selbst nicht das Unmögliche! Sicherheit erhalten Sie, indem Sie sich gründlich über das Krankheitsbild Demenz informieren
- versuchen Sie nicht den Betroffenen zu ändern oder ihn mit Argumenten zu überzeugen, weil Demenzkranke ihre eigene Logik haben (Konflikte lassen sich mit Zuwendung und Ablenkung besser lösen als durch Diskussionen)
- erhalten Sie seine Eigenständigkeit (unter Berücksichtigung aller Gefahrenquellen) so lange wie möglich
- vertraute Menschen, Gegenstände und Gewohnheiten sind für demenzkranke Menschen wichtig, deshalb sollten Sie möglichst seine Gewohnheiten und Rituale beibehalten



- geben Sie ihm Sicherheit und Orientierung durch Hinweisschilder, gut ablesbare Uhren, farbige Kenzeichnungen und evtl. durch eine Tafel für die wichtigsten Mitteilungen
- wenn er sich ängstlich oder aggressiv verhält oder Ihnen hinterher läuft, reagieren Sie gelassen (diese durch seine Unsicherheit und Orientierungslosigkeit entstandene Situation dauert oft nicht lange und ist von ihm nicht herbeigeführt worden um Sie zu ärgern)
- wenn die sprachliche Verständigung immer schwieriger wird, verwenden Sie Blicke, Gesten, Berührungen, gemeinsames Singen oder Spaziergänge um sich mit ihm auszutauschen (halten Sie z.B. seine Hand – die meisten Demenzkranken werden es Ihnen mit einem Lächeln danken)
- sorgen Sie für sich selbst! gehen Sie weiter Ihren Hobbys nach und pflegen Sie Kontakte (haushalten Sie mit Ihren Kräften, denn nur dann sind Sie in der Lage mit schwierigen Situationen umgehen zu können)
- nutzen Sie ggf. Hilfe von außen (tauschen Sie sich mit Menschen aus, die sich in derselben Lage wie Sie befinden)
- sprechen Sie bei allen Problemen unsere Pflegekräfte oder den behandelnden Arzt an; oftmals können Sie Ihnen direkt weiterhelfen

Mit fortschreitender Erkrankung wird Ihr Angehöriger möglicherweise auf Hilfe bei der persönlichen Pflege, Hygiene und Nahrungsaufnahme angewiesen sein.

Da ihm der Verlust der Eigenständigkeit, besonders in Bezug auf die Intimpflege sehr unangenehm sein wird, stellt diese für Sie eine besondere Herausforderung dar. Sie greifen nicht nur in den Bereich seiner Intimsphäre ein, sondern erleben häufig auch noch Widerstand.

Mit Geduld und folgenden Tipps könnte ihnen die Durchführung der pflegerischen Tätigkeiten erleichtert werden. Berücksichtigen Sie bitte stets die persönlichen Gewohnheiten Ihres Angehörigen bei allen pflegerischen Tätigkeiten.

Tipps

Toilettengang

Viele Menschen mit Demenz können den Abgang von Stuhl und Urin nicht mehr kontrollieren (Inkontinenz). Treten diese Symptome neu auf, kann ein Arzt feststellen, ob z.B. eine Blasenentzündung oder Nebenwirkungen von Medikamenten der Auslöser dafür sind.

- markieren Sie evtl. den Weg ins Badezimmer, die Badezimmertür und den Toilettenrand um die Orientierung zu erleichtern
- stellen Sie keine Gegenstände ins Bad, die mit der Toilette verwechselt werden können (z.B. Körbe, Eimer)
- notieren Sie sich, wann es zu unkontrolliertem Abgang von Stuhl und Urin kommt (sollte eine Regelmäßigkeit vorliegen, könnten Sie im Vorfeld zum Toilettengang ermuntern)
- überprüfen Sie, ob Schwierigkeiten beim Entkleiden ursächlich sein könnten und wählen ggf. eine besser geeignete Bekleidung aus

An- und Auskleiden

- achten Sie bei der Auswahl der Kleidung auf seinen persönlichen Geschmack
- geben Sie ihm die Möglichkeit zwischen zwei Alternativen zu wählen, das Erleichtert die Auswahl
- legen Sie die Kleidung in der Reihenfolge in der sie angezogen werden soll übereinander
- wählen Sie Kleidung aus, die er selbst an- und ausziehen kann

Baden

Häufig leisten Demenzkranke beim Baden heftigen Widerstand, indem sie z.B. um sich schlagen oder schreien. Mögliche Ursachen könnten Angst, unangenehmes oder schmerzhaftes Empfinden sein.

- begleiten Sie Ihr Tun mit Worten, erklären Sie, was und in welcher Reihenfolge durchgeführt wird
- sorgen Sie für eine angenehme Raumtemperatur und vermeiden Sie Kälte
- das Wasser sollte eine angenehme Temperatur haben und nicht zu heiß sein
- sorgen Sie für Sicherheit, indem Sie eine rutschfeste Unterlage benutzen oder Haltegriffe anbringen
- ein Handtuch, das Ihr Angehöriger sich vorhalten kann, könnte sinnvoll sein, wenn der Widerstand durch sein Schamgefühl begründet ist
- achten Sie darauf, dass beim Haare waschen kein Shampoo oder Wasser in die Augen kommt
- bei zu heftigem Widerstand gegen ein Wannenbad bieten Sie die Dusche an (das Waschen in der Dusche kann mit geeigneten Duschhockern/Duschstühlen auch im Sitzen durchgeführt werden)

Zahnpflege

Oftmals führen demenziell erkrankte Menschen keine ausreichende Mundhygiene mehr durch. Daraus entstehende Folgen können Schmerzen bei der Nahrungsaufnahme bis hin zur Nahrungsverweigerung sein. Bei Problemen mit der Zahnpflege nehmen Sie Kontakt zu einem Zahnarzt auf.

- fordern Sie ihn nach jeder Mahlzeit zur Mundhygiene auf oder begleiten Sie ihn dabei
- achten Sie darauf, dass Gaumen und Zahnprothese mindestens einmal täglich gründlich gereinigt werden
- geben Sie kurze und einfache Anweisungen
- machen Sie beispielsweise das Zähneputzen vor einem Spiegel vor

Essen und Trinken

Wenn Demenzkranke unruhig sind und einen erhöhten Bewegungsdrang haben, benötigen sie mehr Energie um ihren Energiebedarf zu decken. Durch ihren Gedächtnisverlust vergessen sie aber oft zu essen und zu trinken, lehnen wegen bestehender Wahnvorstellungen oder aus anderen Gründen die Nahrungsaufnahme ab oder nehmen unkontrolliert viel Nahrung zu sich. Daraus können weitere Probleme wie eine Fehl- oder Mangelernährung oder durch Flüssigkeitsmangel die Zunahme der Verwirrtheit entstehen.

Pflegedienst GmbH * Mario Kärtner

Ambulante Alten- und Krankenpflege
Herrnbergstr. 36 * 84428 Ranoldsberg
Telefon: 08086 511 * Telefax: 08086 94500
Institutionskennzeichen: 462 916 660

Unser Service
Ihr Wohlbefinden



Hier sind Sie als Angehöriger besonders gefordert. Schließen Sie Ursachen wie Probleme im Bereich des Mundes, Übelkeit, Verstopfung, Nebenwirkungen von Medikamenten usw. aus.

- bei Schluckstörungen hilft dem Betroffenen evtl. wenn er während des Essens und bis ca. 20 Minuten danach aufrecht sitzt, nur kleine Portionen angereicht bekommt und in Ruhe essen kann (evtl. kann ein Logopäde (Sprachtherapeut) die Schluckstörung beheben)
- das Essen in einer guten Konsistenz anbieten (z.B. passieren oder andicken, Stücke wie Früchte oder Nudeln vermeiden)
- indem Sie nach dem Essen die Mundpflege durchführen oder begleiten, können Sie darauf achten, dass der Mund frei von Nahrungsresten ist
- indem Sie feste Essenszeiten einhalten, unterstützen Sie die „innere Uhr“
- lassen Sie ihn wenn möglich an der Zubereitung teilhaben, dadurch kann bereits der Appetit angeregt werden
- berücksichtigen Sie Vorlieben und Abneigungen und achten Sie auf eine angemessene Temperatur des Essens
- essen sie gemeinsam, machen Sie ihm evtl. den Gebrauch des Besteckes vor oder bieten Sie ihm das Essen so an, dass er es mit den Fingern essen kann
- wenn die Sinne wie Schmecken, Riechen, Sehen und Hören beeinträchtigt sind, nutzen Sie Hilfsmittel wie Brille oder Hörgerät (Funktionstüchtigkeit regelmäßig überprüfen)
- achten Sie auf eine ausreichende Beleuchtung und gute Kontraste von Tisch, Geschirr und Essen und erklären Sie genau was es zu Essen gibt
- sollte er zu viel essen, bereiten Sie weniger zu, stellen Sie weniger auf den Tisch oder bieten Sie alternativ Obst oder Gemüse an
- wenn er nicht still sitzen kann, lassen Sie ihn gewähren (er kann die Nahrung auch im Stehen essen)
- bei Nahrungsverweigerung ohne ersichtlichen Grund versuchen Sie es einfach später noch einmal (evtl. ändert sich die Stimmung und er ist dann bereit zum Essen)
- regelmäßige Gewichtskontrollen können notwendig sein, um ein Über- oder Untergewicht einschätzen zu können (erstrebenswert ist grundsätzlich ein Normalgewicht, welches mit Hilfe des BMI (Body-Mass-Index) errechnet wird)
- reicht die aufgenommene Nahrung nicht aus, können Zusatzpräparate wie Flüssignahrung oder Nahrungsergänzungsmittel verabreicht werden
- achten Sie auf eine ausreichende Trinkmenge, wenn keine Einschränkung durch Herz- oder Nierenerkrankung vorliegt (besonders geeignet sind Wasser, ungesüßte Kräuter- oder Früchtetees, verdünnte Obstsäfte oder Molke)
- stellen Sie immer ein gefülltes Glas bereit oder bieten Sie häufig ein Getränk an, da ein Flüssigkeitsmangel u.a. Verwirrheitszustände hervorrufen kann
- sollte es trotz aller Bemühungen nicht gelingen Ihren Angehörigen ausreichend zu ernähren und mit Flüssigkeit zu versorgen, besprechen Sie mit dem Arzt, ob eine Ernährungssonde notwendig und angebracht ist

Was ist sonst noch wichtig?

Sie können einen Antrag auf Leistungen bei der Pflegekasse stellen. Menschen mit demenzbedingten Fähigkeitsstörungen erhalten neben Leistungen der Pflegeversicherung pro Monat eine zusätzliche Betreuungspauschale, die nach Umfang des Hilfe- und Betreuungsbedarfs gestaffelt ist.

Diesen Leistungsanspruch haben auch Menschen mit Demenz deren Hilfebedarf in der Grundpflege und der hauswirtschaftlichen Versorgung unterhalb der Pflegestufe eins liegt.

Es können rechtliche Probleme im Zusammenhang mit der Demenzerkrankung entstehen. Deshalb sollten Sie schon frühzeitig mit Ihrem Angehörigen über die Probleme sprechen und dies mit professionellen und kompetenten Fachkräften wie Sozialarbeiter, Rechtsanwalt, Gutachter, Facharzt klären. Besonders wichtig ist dies in Bezug auf die Patientenverfügung, Patiententestament, Vorsorgevollmacht oder eine Betreuungsverfügung. Sollte Ihr Angehöriger in eine Notfallsituation geraten, ist zügiges und sachliches Handeln wichtig.

Eine Notfallmappe mit folgenden wichtigen Angaben ist sinnvoll:

- Notfallnummern von Pflegedienst, Hausarzt, ärztlichem Notdienst
- Kopien der wichtigsten Patientendokumenten (z.B. Befunde, Krankenhausentlassungsbriefe, Patientenverfügung usw.)
- aktuelle Medikamentenliste mit Namen aller Medikamente, Dosierung und Einnahmевorschriften

Quelle: Bundesverband Ambulanter Dienste und Stationäre Einrichtungen (bad) e.V.

Wir bedanken uns für Ihre Aufmerksamkeit. Bei allen auftretenden Problemen haben Sie mit uns stets einen kompetenten Ansprechpartner, der Ihnen ebenso wie Ihr behandelnder Arzt mit Rat und Tat zur Seite steht. Bei Fragen oder Problemen sprechen Sie unsere MitarbeiterInnen vor Ort an oder melden sich bei uns im Büro unter: **Telefon: 08086 511**

*Mit den besten Wünschen zur Genesung,
die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter Ihres ambulanten Pflegedienstes*

Pflegedienst GmbH
Mario Kärtner
Herrnbergstr. 36
84428 Buchbach (Ranoldsberg)

Telefon: 08086 511
Telefax: 08086 94500
E-Mail: mario.kaertner@t-online.de
Internet: www.vilstal-pflege.de

Bank: VR-Bank Taufkirchen-Dorfen eG
Kontonummer: 3323862
Bankleitzahl: 70169566
Institutionskennzeichen: 462 916 660