

Empfehlungen nur für Angehörige von Patienten mit bereits deutlich ausgeprägter Demenzsymptomatik

Sehr geehrte(r) Angehörige(r),

Dieses Merkblatt soll Ihnen Ratschläge zum Umgang mit an Demenz erkrankten Angehörigen geben.

- Entdecken Sie mit dem/der Erkrankten zusammen seine/ihre erhaltenen Fähigkeiten und nutzen Sie sie. Beziehen Sie ihn/sie in die Aktivitäten des täglichen Lebens ein. Achten Sie aber dabei darauf, ihn/sie nicht zu überfordern.
- Organisieren Sie eine überschaubare, feste Tagesstruktur.
- Sorgen Sie (im Rahmen der jeweiligen Möglichkeiten) für körperliche Bewegung.
- Seien Sie geduldig mit dem/der Erkrankten und versuchen Sie ihn/sie nicht zu erziehen. Respektieren Sie seine/ihre Gewohnheiten. Bei Konflikten versuchen Sie abzulenken.
- Viele Verhaltensauffälligkeiten bei Demenzkranken sind Ausdruck von Angst, Verunsicherung oder Verknennung der Situation. Dieses Wissen hilft Ihnen im Umgang mit den Erkrankten.
- Sprechen Sie mit ihm/ihr langsam, deutlich und in einfachen Sätzen. Thematisieren Sie verbindende Themen, z.B. frühere gemeinsame Erlebnisse.
- Wenn die sprachliche Verständigung über Worte nicht mehr möglich ist, denken Sie daran, dass viele Patienten noch über Mimik, Gestik, Hautkontakt oder Bilder (z.B. Photos) erreichbar sind. Manche PatientInnen, die ihre Sprache verloren haben, können noch singen.
- Beseitigen Sie Gefahrenstellen: Elektrogeräte, rutschige Fußböden, freie Teppichkanten, Kerzen, Feuerzeuge, Haushaltschemikalien etc. .
- Sorgen Sie auch nachts für eine schwache Beleuchtung (Nachtlicht), um die nächtliche Orientierung zu erleichtern und Stürzen vorzubeugen.
- Suchen Sie Hilfe bei Angehörigengruppen oder –schulungen. Hierfür gibt es vielerorts Pflegestützpunkte, Selbsthilfeorganisationen, kommunale oder kirchliche Anbieter.
- Nutzen Sie Entlastungsangebote: Ambulante Pflegedienste, Haushaltshilfe, Essen auf Rädern, Tagespflege, Kurzzeitpflege ...
- Vergessen Sie nicht, dass auch Sie selbst Erholung und Ausgleich brauchen. Entspannte Angehörige kommen auch besser mit den Erkrankten zurecht.

Weitere Informationen finden Sie auf den Seiten der Deutschen Alzheimer-Gesellschaft:

<https://www.deutsche-alzheimer.de/angehoerige.html>

<https://www.deutsche-alzheimer.de/menschen-mit-demenz/tipps-fuer-den-alltag.html>