

 **-lich Willkommen**

Demenzfreundliche Gemeinde Beromünster

02.11.2022

Angela Germann



Ablauf

- Kurzvorstellung Der rote Faden
- Symptome der Demenzerkrankung und deren Auswirkung
- Umgang und Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- Fragen und Austausch



Stiftung **Der rote Faden**

Gründung:

Im 2003 durch die Albert Koechlin Stiftung (AKS). Am 21. Mai 2008 wurde das Demenzzentrum in eine selbstständige Stiftung überführt.

Beratung:

kostenlos für Angehörige und Betreuende sowie für Menschen mit Demenz

Stiftung **Der rote Faden**

Coaching für Angehörige Angehörigentreff

- Angehörige werden in ihrer Rolle unterstützt, bestärkt und befähigt
- Erkennen eigene Belastungsgrenzen
- für Privatpersonen kostenlos

Angehörigentreff

- Austausch in der Gruppe 1x Monatlich



Stiftung **Der rote Faden**

Weiterbildung

für Angehörige und Betreuende (Seminar)
sowie Schulungen und Fachvorträge



Stiftung **Der rote Faden**

Tagesbetreuung

Montag-Freitag von 10.00-17.30 Uhr



Normales Altern

Veränderungen der Sensorik:

- Hochtonschwerhörigkeit
- Sehstörungen
- Abnahme des Geruch- & Geschmacksinns
- Abnahme des Tastempfindens

Psychische Veränderungen:

- Verminderung von:
 - Motivation / Elan / Energie
 - Ausdauer
 - Bereitschaft sich anzustrengen



Was gehört nicht zum normalen Altern?

- Deutliche Vergesslichkeit, z.B. nach kurzer Zeit
- Man kann Dinge plötzlich nicht mehr (z.B. die Waschmaschine bedienen)
- Es gelingt nicht mehr, etwas neues zu Lernen
- Es gibt Schwierigkeiten im Alltag (z.B. Telefonieren, Kochen, Einkaufen, finanzielle Angelegenheiten)
- Die Person verändert sich im Charakter/ in ihrer Art und Weise

Demenz

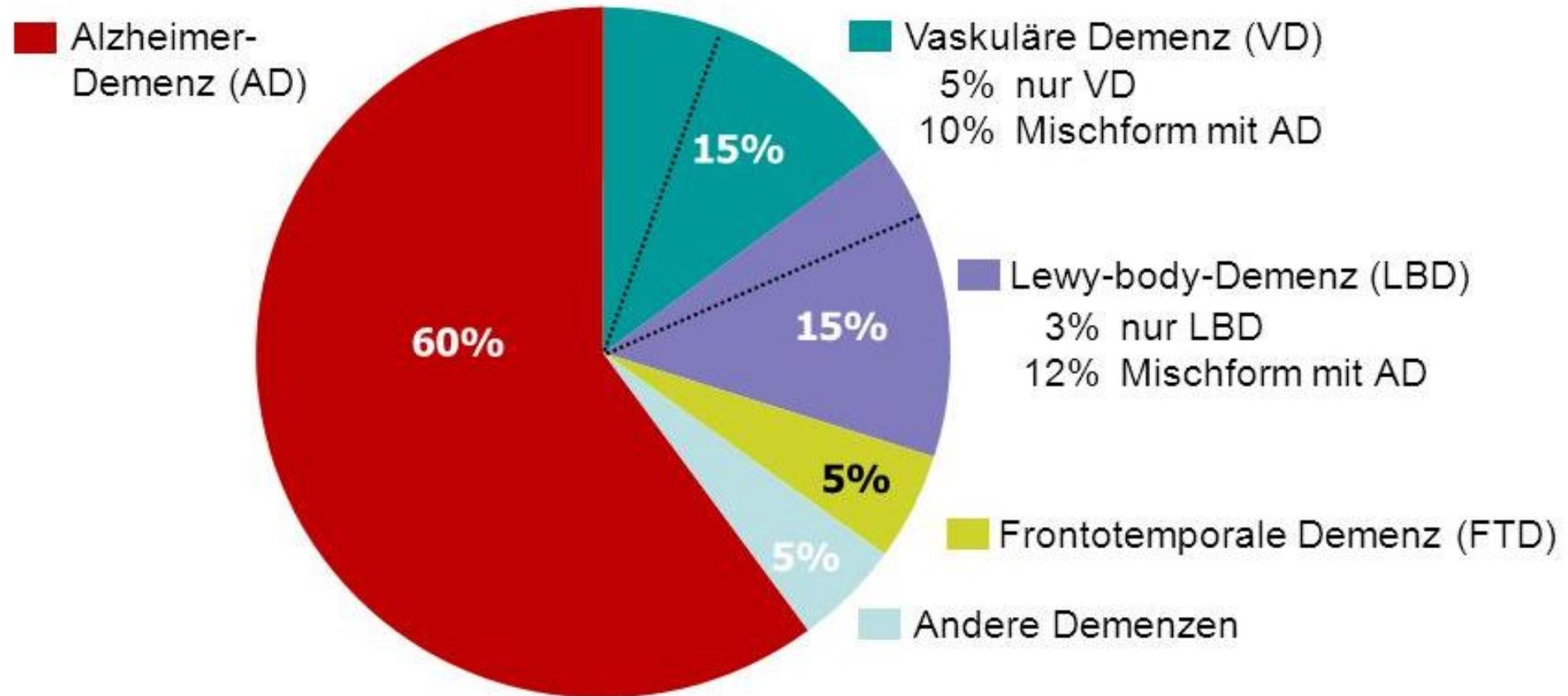
- «Demenz» ist ein Überbegriff für zahlreiche chronisch- fortschreitende Gehirnerkrankungen
- Führt zum Verlust der Selbstständigkeit
- Es sind heute über hundert Demenzformen bekannt, wovon die meisten nur sehr selten auftreten
- Das grösste Risiko, an einer Demenz zu erkranken, ist das Alter

Es gibt jedoch Krankheiten, die ähnliche Symptome haben, z.B. bei der Depression

Diagnosestellung

- Medizinische Abklärungsstelle (Memory Clinic oder Facharzt)
- Andere Krankheiten ausschliessen: Depression, Vitamin B Mangel, Dehydration (zu wenig getrunken), Infekte
- Dadurch gewinnen Betroffene und Angehörige Sicherheit und die Zeit, wichtige Entscheidungen zu treffen
- Es kann eine optimale Behandlung und Unterstützung geplant werden

Demenzformen



Zahlen und Fakten

- 146 500 Demenzerkrankte leben schätzungsweise in der Schweiz
- 31 375 Neuerkrankungen kommen Jährlich hinzu
- alle 17 Minuten erkrankt jemand neu an Demenz.
- 66 % der Menschen mit Demenz sind Frauen
- 5 % aller Menschen mit Demenz, erkranken vor dem 65. Lebensjahr
- Bis 2050 werden voraussichtlich 315'400 Menschen an Demenz erkranken

Frühes Demenzstadium

Eine Demenz beginnt schleichend und die Ausprägungen können unterschiedlich sein:

- Vergessen von aktuellen Ereignissen oder neuen Informationen (Kurzzeitgedächtnis ↓)
- Häufiges Verlegen von Dingen
- Überspielen von Symptomen (floskelhafte Redewendungen)
- Machen falsche Anschuldigungen und sind misstrauisch

- Minderung der Konzentrationsfähigkeit
- Stimmungsschwankungen (Antriebslosigkeit, sozialer Rückzug)
- Verändertes Sozialverhalten (distanzlos bis zur Enthemmung)
- Schwierigkeiten bei der Bewältigung des Alltags (Bedienen von Geräten, Finanzen)
- Beeinträchtigung der zeitlichen und örtlichen Orientierung (Ferien)
 - Betroffene brauchen nur punktuell Hilfe
 - Oft kommt es zu Beginn der Krankheit zu Missverständnissen

Weitere Verlauf der Demenz

- Sprach- und Wortfindungsstörung (Aphasie)
- Abstraktionsfähigkeit und logisches Denken nehmen ab
(Pronomen «er/sie», Ironie ↓)
- Angst und Unruhe
- Reizbares Verhalten und Überreaktion
(vor allem bei Überforderung)
- Erkennungsstörung ⇒ Agnosie
- Wahnvorstellungen und Halluzinationen
- Weglaufen und Verlaufen

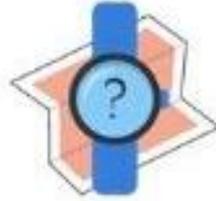
Fortgeschrittene Demenz

Die letzten Krankheitsphase bezeichnet man als schwere Demenz und zeigt sich durch:

- Harn- und Stuhlinkontinenz
- Gangstörungen bis völlige Immobilität und Bettlägerigkeit
- Betroffenen werden pflegebedürftig
- Der Verlust von lebenswichtigen Körper-funktionen führt schliesslich zum Tod



Gedächtnisstörungen



Zeitliche Orientierungsschwäche



Schlechtes Urteilsvermögen



Gegenstände verlegen



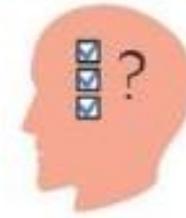
Stimmungsschwankungen



Sprachstörungen



Schwierigkeiten vertraute Aufgaben zu erledigen.



Planungsschwierigkeiten



Sehchwäche



Reizbarkeit



Sozialer Rückzug



Schwierigkeiten bei räumlicher Wahrnehmung

«Normale» Vergesslichkeit Alzheimer-Symptome

- Manchmal Dinge vergessen, aber sich später daran erinnern können
 - Wiederholt wichtige Termine oder Ereignisse vergessen; wieder und wieder nach den selben Dingen fragen
- Während dem Sprechen manchmal nach dem richtigen Wort suchen
 - Während dem Sprechen häufig nach Wörtern suchen; falsche Wörter verwenden; Wörter häufig wiederholen
- Manchmal Gegenstände verlegen, z.B. eine Brille oder die Fernbedienung
 - Häufig Gegenstände an ungewöhnliche Orte legen

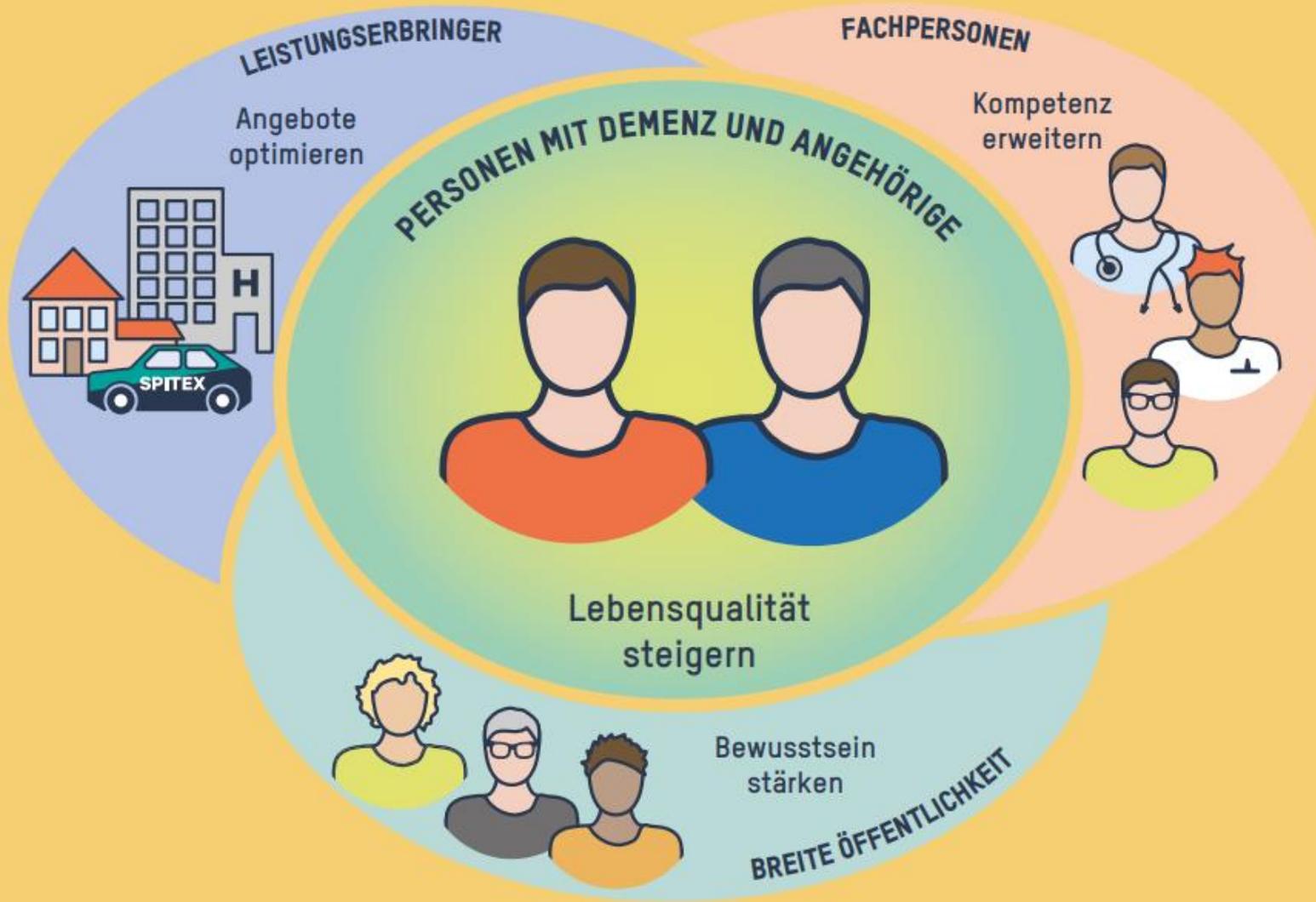
«Normale» Vergesslichkeit Alzheimer-Symptome

- Kurzzeitig Inhalte von Gesprächen vergessen
 - Regelmässig komplette Gespräche vergessen
- Rezepte und Beschreibungen nicht finden können
 - Rezepte und Beschreibungen nicht mehr verstehen können
- Manchmal vergessen, eine Rechnung zu überweisen
 - Finanzen nicht mehr regeln können
- Gelegentlich eine Abbiegung verpassen
 - Sich an vertrauten Orten nicht mehr zurechtfinden

Bei alleinlebenden Menschen

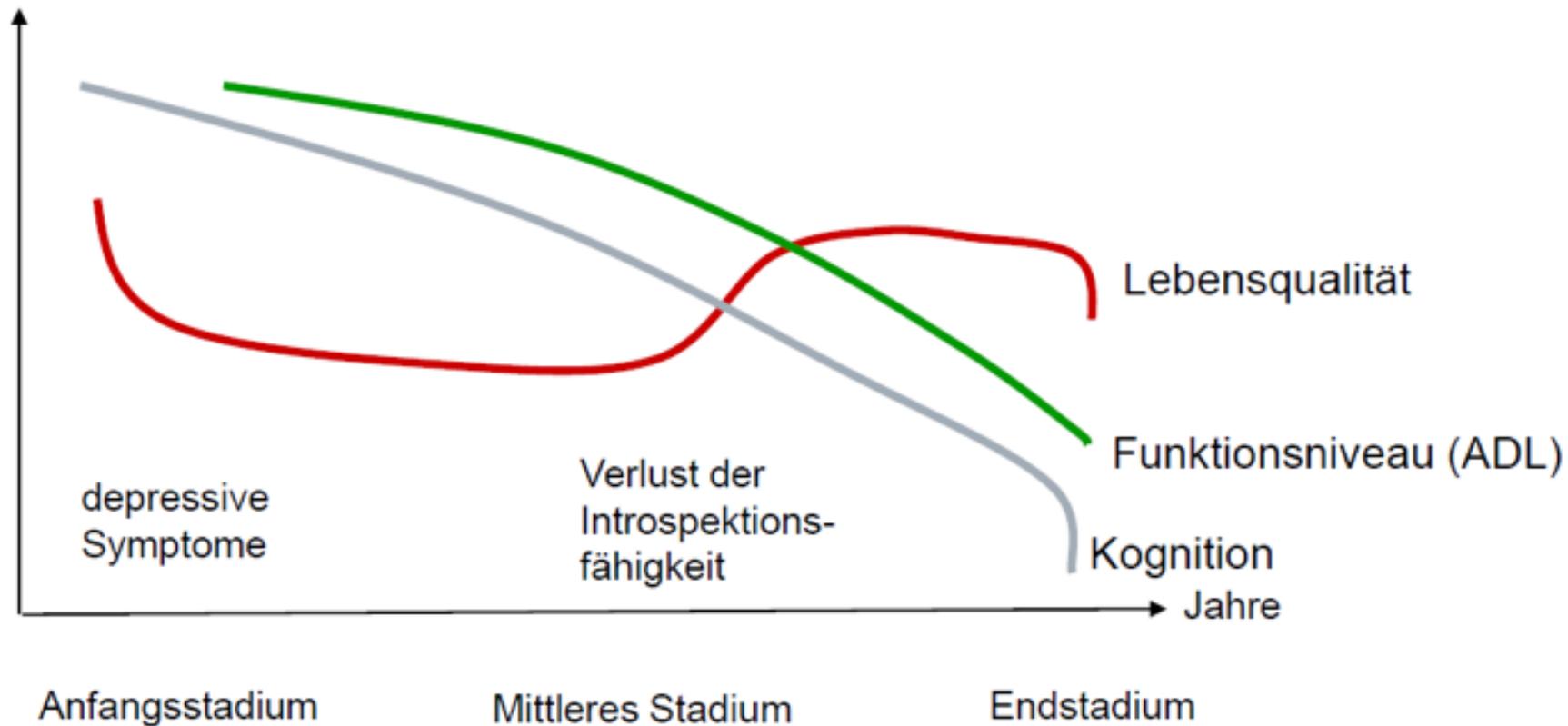
- Vernachlässigt ihr Äusseres und ihre Körperpflege
- Nicht der Jahres- oder Tageszeit entsprechend gekleidet
- Schwierigkeiten im Umgang mit Geld
- Handelt ungewöhnlich (z.B. kauft unnütze Sachen ein)
- Findet Gegenstände im Regal nicht

Wirkungsebenen



Veränderung der Lebensqualität bei Demenz über die Erkrankungsspanne

Hypothetischer Verlauf



Was ist Kommunikation?

- Meist ist sprachliche Kommunikation gemeint
- Aber: 80 – 90% der Kommunikation ist nonverbal, also ohne Worte
- Viel mehr Kommunikation über Mimik, Gestik, Stimmlage, Emotionen, Körperhaltung, Bewegung
- Und: Wir achten mehr auf diese Signale als auf das Gesagte
- Bei demenzerkrankten Menschen noch ausgeprägter

Umgang mit Menschen mit Demenz

- Augenkontakt suchen
- Kurze und einfache Sätze
- Langsam und deutlich sprechen
- Zeit geben zum Antworten



Umgang mit Menschen mit Demenz

- In jedem Satz nur eine Aussage (keine Doppelfragen)
- Sätze mit «nicht» möglichst vermeiden
- Aufrichtig sein, eigene nonverbale Signale wahrnehmen



Umgang mit Menschen mit Demenz

- Gefühlsbotschaften hören und aufnehmen
- Nicht mit Defiziten konfrontieren
- Die Wirklichkeit von Menschen mit Demenz nachempfinden und stehen lassen



Umgang mit Menschen mit Demenz

- Beruhigende Körpersprache wie Innenfläche der Hände zeigen
- Ursachen für das Verhalten in der Umgebung suchen
- Unterstützungen anbieten, nicht einfach etwas übernehmen



Verhalten vermeiden

- Denken sie macht es extra (Verhalten)
- Wieso und Warum Fragen
- Diskussionen und Anschuldigungen
- Ungeduldig sein
- Fragen wie: Was hast du heute gegessen?
- Alltag verändern
- Streit Gespräch
- Vereinbarungen
- Überforderung
- Zu schnell sein
- Übermässige Kontrolle
- Belehren
- Korrigieren
- Auf Krankheit reduzieren

Förderndes Verhalten

- Würde wahren, annehmen wie sie ist
- Geduldig und freundlich bleiben
- Berührungen, Hand halten
- Miteinander Lachen
- Dinge und Handlungen vereinfachen
- Vertraute Umgebung und Gegenstände
- Gleicher Tagesablauf Handlungsablauf
- Klare und kurze Sätze
- Zeit geben
- Wer, was, wie und wo Fragen
- Übrige Sinne ansprechen: Fotos anschauen, Lieder singen, Mahlzeiten von früher

*Auch wenn sie nicht mehr verstehen,
was gesagt wird, nehmen sie wahr,
wie es gesagt und ausgedrückt wird.*



**Wir sehen den Menschen mit Demenz
und nicht den Menschen mit Demenz.**

(Tom Kitwood)

