



Vom Umgang mit Demenz

MEHR LEBENSQUALITÄT FÜR
MENSCHEN MIT DEMENZ UND
DEREN AN- UND ZUGEHÖRIGE

Salzburg, 06. und 07.10. 2017
Alexander Aschenbrenner

Diakoniewerk 

4 Fragen

- Was bedeutet ein gutes Leben für Menschen, die unter einer erhöhten kognitiven, emotionalen und körperlichen Verletzlichkeit leiden?
- Wie können wir im Alltag aufmerksamer mit ihnen umgehen?
- Was können einzelne und die Gesellschaft dazu beitragen, in diesem Zusammenhang entstehende Berührungspunkte abzubauen und Unterstützung anzubieten?
- Wie gelingt es, das Miteinander, das die Rechte und die Würde der Erkrankten ebenso schützt wie die Kräfte der Angehörigen und der Pflegenden?

Lebensqualität?

Demenz und Morbus Alzheimer: **Seuche der Zukunft**

<http://sciencev1.orf.at/news/124997.html>

 **ANGST**

Lebensqualität?

→ Der Sozialethiker Körtner (2016) merkt kritisch zum Umgang mit Menschen mit Demenz an:

„Wer die Fähigkeit zur Wissensproduktion, zum Wissenserwerb, zur Wissensspeicherung und zur Wissensvermehrung verliert, wird aus der Wissensgesellschaft ausgeschlossen. Sein Leben erscheint nicht nur wert-, sondern auch würdelos“.

Salzburger Nachrichten am 21.09.17, S. 25

Zahlen – Deutsches Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP)

- 50 % der Befragten sind schlecht in der Lage, einem an Demenz Erkrankten in der Öffentlichkeit zu helfen. Die meisten können typische Anzeichen der Demenz nicht erkennen.

Salzburger Nachrichten am 21.09.17, S. 25

Aber:

- ➔ 44 % der Befragten gaben an, mehr über den Umgang mit Menschen mit Demenz erfahren zu wollen, damit sie helfen können. Bei den 18- bis 29-jährigen waren es sogar 55%. Auch über die Vorsorge und Therapie will man mehr wissen.

Pflege und Betreuung neu denken – 10 Punkte

(Diakonie Österreich, 2017)

- Wir werden älter und das ist gut so!
- Demenz. Ich bin mehr!
- „Menschen mit Demenz benötigen mehr Freiheit. Das führt zu mehr Individualität, mehr Wohlbefinden und damit auch zu einer höheren Lebensqualität der Angehörigen und Mitarbeitenden. Das bedeutet aber zugleich, dass die Betreuenden – professionelle Mitarbeitende wie Angehörige und das weitere soziale Umfeld – dabei quantitativ wie qualitativ unterstützt werden müssen, diese Freiheit zuzusichern“ (S. 6).

Pflege und Betreuung neu denken

(Diakonie Österreich, 2017)

- ➔ Demenz fordert uns in besonderer und vielfältiger Weise heraus. Neben den erlebbaren Veränderungen und Einschränkungen, mit denen Betroffene zurechtkommen müssen, greift Demenz auch stark in das bisherige Zusammenleben im häuslichen Umfeld ein. Sie betrifft in ganz besonderem Maße auch die PartnerInnen, Kinder, Angehörigen und das engere und weitere soziale Umfeld. **Verbunden mit dieser ganzheitlichen Betrachtung braucht es Sozialräume, in denen Menschen mit Demenz (und ihre Angehörigen) möglichst bis zum Tod leben können – mit sozialer Teilhabe und mit Verständnis für die Situation, sowie mit entsprechender entlastender Unterstützung.**
-

Ganzheitliches Verständnis von Demenz (Vgl. Petzold, 2004)

- Der Mensch ist ein **Körper-Seele-Geist-Wesen**
- in einem **sozialen**
- und **ökologischen** Kontext
- im Kontinuum von **Vergangenheit, Gegenwart** und **Zukunft**

Konzeptionen der Lebensqualität (Filipp, 2002)

- Lebensqualität aus Bedürfnisbefriedigung
- Lebensqualität aus Bindungen an Ziele
- Lebensqualität als emotionales Wohlbefinden
- Lebensqualität aus Aktivität und Alltagskompetenz
- Lebensqualität als individuelle Glücksfähigkeit
- Gesundheitsbezogene Lebensqualität

Unbestritten ist, dass Lebensqualität als multidimensionales Konstrukt aufgefasst werden muss, wobei sowohl subjektive als auch objektive Faktoren zu berücksichtigen sind.

Persönliche Befragung im Rahmen der Selbsthilfegruppe "Alzheimer Angehörige Salzburg"

➔ Für Menschen mit Demenz:

- Gute Betreuung
- Gutes Zusammenleben
- Gute Kommunikation
- Dass sich der MmD in „seiner Welt“ wohlfühlt
- Dass der MmD in seinem Selbstwert gestärkt wird
- Dass der MmD so lange wie möglich zuhause leben kann
- Dass immer wer da ist
- Rituale/ Gewohnheiten
- Dass die Öffentlichkeit mehr darüber weiß
- Dass der MmD sein „Rundumpaket“ und sein „Wohlfühlpaket“ hat
- Spaß im und am Leben haben
- Liebe spüren
- ...

Persönliche Befragung im Rahmen der Selbsthilfegruppe "Alzheimer Angehörige Salzburg"

→ Für die Angehörigen/ Zugehörigen:

- Sich mit einer Freundin treffen
- Fixe Auszeiten
- Kein „schlechtes Gewissen“ zu haben
- Erfolge haben
- Zu sehen, das das Ganze sinnvoll ist
- Shoppen gehen
- Spazieren gehen
- Erholung
- Glaube
- In den Arm nehmen/ Bussi geben
- Gemeinsames Singen

-

Fazit

- Förderliche und verständnisvolle **Interaktionen/ Beziehungen** zwischen dem Menschen mit Demenz und seiner Umwelt spielen eine wesentliche Rolle für das Erleben von Lebensqualität für Menschen mit Demenz und deren Vertrauenspersonen.

Die wichtigsten Bedürfnisse von Menschen mit Demenz

(Kitwood, 2016)

→ Person-zentrierter Ansatz – Der Erhalt des Person-seins

→ Liebe

→ Bindung

→ Trost

→ Identität

→ Beschäftigung

→ Einbeziehung

Psychologisches Dimensionen - Demenzbetroffene

- Abwehr
 - Verleugnung
 - Projektion
 - Angst und Scham
 - Rückzug
 - Stimmungsschwankungen
 - Folgen sind oft: Angst und/oder Depression
-

Herausforderndes Verhalten bei Menschen mit Demenz

(Universität Zürich, 2011)

- Agitiertheit und Unruhe
- Enthemmtes und auch aggressives Verhalten
- Apathie
- Angst
- Distanzloses Verhalten
- Verweigerung
- Wahnhaftes Verhalten
- Ständige Wiederholung, Rufen und Schreien

Herausforderndes Verhalten bei Demenz

„Herausfordernde Verhaltensweisen sind ein Resultat der Unfähigkeit ´sich verständlich zu machen`, eine Reaktion auf eine Welt, die einem nicht mehr vertrauensvoll und verlässlich ist“

(Jantzen et al., 2001, S. 14).

Ressourcenorientierter Umgang mit Menschen mit Demenz

Grundsätzlich gilt:

- Stärken betonen
- Schwächen ausgleichen
- Wertschätzung zeigen
- Vorhandene Fähigkeiten nutzen und fördern
- Gemeinsames Tun und Handeln
- Die Emotionale Ebene in der Vordergrund stellen

-> **Die wesentlichen Aspekte des Menschseins gehen nicht verloren!**

Entwicklung von Verständnis

(Wilz et al., 2014)

- Suchen Sie bei „verwirrtem“ Verhalten danach, worin der persönliche Sinn für den Menschen mit Demenz bestehen könnte; Denken Sie dabei an den früheren Beruf, an Hobbys und Gewohnheiten, an Vorlieben etc.
 - Passivität, Zurückweisen von Hilfe, Aggressivität sind oft Anzeichen für Beschämung, Über- oder Unterforderung und Angst
 - Der Mensch mit Demenz verliert die Kontrolle über solche gefühlsmäßigen Impulse
 - Aktuelle Situationen werden von früheren Erinnerungen überlagert, die Einfluss auf das Verhalten nehmen
 - Hektik, Ungeduld und Aufregung übertragen sich auf den Menschen mit Demenz
-

Förderung des Selbst-Erlebens (Wilz et al., 2014)

- Unterstützen Sie das Selbsterleben durch das Wachrufen von Erinnerungen aus der Lebensgeschichte. z.B. durch Fotos, Musik, Gegenstände, Erzählungen etc.
 - Greifen Sie im alltäglichen Leben frühere Gewohnheiten und Vorlieben auf
 - Denken Sie „symbolisch“: Die Suche nach dem „zu Hause“ könnte den Wunsch nach Geborgenheit ausdrücken, die Suche nach den Eltern den Wunsch nach Zuwendung
 - Sprechen Sie den Menschen mit Demenz mit ruhiger Stimme darauf an, wenn Sie in als traurig, verärgert, hilflos, einsam etc. erleben
 - Vermeiden Sie, das Selbstwertgefühl durch Kritik, Vorwürfe oder unnötige Einschränkungen zu verletzen
-

Kommunikation (Wilz et al., 2014)

- Sprechen Sie langsam, vermitteln sie Ruhe und Vertrautheit
- Bauen Sie keine „verschachtelten“, komplizierten Sätze
- Fragen Sie nach und beobachten Sie, ob das Gesagte verstanden wurde; wenn nicht, vermitteln Sie die gleiche Information mit anderen Worten
- Sprechen Sie den Demenzbetroffenen mit Namen und Augenkontakt an, nicht unvermittelt von hinten oder von der Seite
- Setzen Sie Mimik und Gestik ein, um sich verständlich zu machen
- Vermitteln Sie Zuwendung und Aufmerksamkeit durch eine entsprechende Körperhaltung

Zusammenfassung: Was brauchen Menschen mit Demenz?

- Verständnis, Wertschätzung und würdevollen Umgang
- Menschen mit Demenz sollen aus Mitmenschen gesehen werden/ Teilhabe an der Gesellschaft ist wichtig
- Demenzfreundliche Alltags- und Lebenswelten
- Gefühl von Sicherheit und Vertrautheit
- Recht auf „Langsamkeit“
- Geduld der anderen
- Emotionale Zuwendung/ Das Spüren von Liebe
- Bedürfnis- und ressourcenorientierte Begleitung/ Betreuung / Wohnformen etc.

Zusammenfassung: Was brauchen Zu- und Angehörige?

- Auszeiten
 - „Einfachen“ / niederschweligen und kostenfreien Zugang zu Beratungsmöglichkeiten
 - Empathischen Zugang -> Verständnis für die Situation
 - Konkrete und realistische Informationen über das Krankheitsbild
 - Konkrete „Tipps und Tricks“ im Umgang mit Menschen mit Demenz
 - Information über Entlastungsmöglichkeiten (Beratung, Selbsthilfegruppen, Tagesbetreuung, etc.)
 - „Tipps und Tricks“ zur eigenen Psychohygiene/ zur emotionalen Entlastung
 - Sensibilisierung für die eigenen Grenzen als betreuende/ pflegende Person
 - Oft sind mehrere Beratungseinheiten notwendig (Prozess der Demenz)!
 - **Aber:** Immer individuelle Beratung wichtig, da es nicht das Patentrezept im Umgang mit Menschen mit Demenz gibt
-

Fallbeispiel zum Abschluss - Demenzberatung Diakoniewerk

- Herr K., 76 Jahre alt
- Verheiratet, 2 erwachsene Kinder, war Lehrer am Gymnasium, hat sehr gerne unterrichtet, „Eher ein Kopfmensch“
- Anfangs subjektive Gedächtnisschwierigkeiten, dann Orientierungsschwierigkeiten
- Diagnostische Abklärung ist vor 9 Monaten erfolgt
- Diagnose (Fachärztliche und neuropsychologische Untersuchung): Demenz bei Alzheimerkrankheit

Warum ist er in die Beratung gekommen?

- Sehr hoher Leidensdruck, hohe emotionale Belastung, Zukunftsängste, Veränderung seines Rollenbildes (Lehrer), Sozialer Rückzug (Freundeskreis), Angst Kontrolle zu verlieren
-

Beratungsinhalte:

- ➔ Psychologische Gespräche über seine psychische Befindlichkeit mit Fachmann (*„Habe sonst niemanden, mit dem ich so offen über meine Ängste reden kann“*)
- ➔ Abbau des sozialen Rückzugs -> offener Umgang mit Demenz
- ➔ Abbau von Schamgefühlen und Veränderung von starren Überzeugungen (*„Ich bin so dumm geworden!“*)
- ➔ Aufbau von positiven Aktivitäten, die seine Stimmung positiv beeinflussen (*„Was tut Ihnen gut?“*; *„Wer/Was bringt Ihnen Wohlbefinden?“*)
- ➔ Zukunft: *„Was ist ihm wichtig, was soll geregelt sein?“*
- ➔ Einbezug der Gattin und der beiden Kinder (Paargespräche und ein Familiengespräch)

Vielen Dank!

Kontakt

Mag. Dr. Alexander Aschenbrenner

Koordinator Demenzberatung, Gerontopsychologischer Fachdienst
Diakoniewerk Salzburg

Telefon: 0662/6385-944

E-Mail: alexander.aschenbrenner@diakoniewerk.at

Web: <http://www.diakoniewerk-salzburg.at/de/demenzberatung/>
