

## „In den Schuhen des anderen laufen“

**Der ambulante Pflegedienst HUMANITAS gibt Tipps im Umgang mit Demenz-Kranken**

Berührend hat die Tragikomödie „Honig im Kopf“ 2014 ein Thema aufgegriffen, das in einer immer älter werdenden Gesellschaft ein immer größeres Problem wird: Demenz, das heißt der allmähliche Verlust der geistigen Funktionen wie Denken, Erinnern, Orientieren und Verknüpfen von Denkinhalten.

Was bedeutet dies für den Betroffenen selbst und seine Angehörigen? „Früh am Sonntag“ sprach mit der Demenz-Expertin Katrin Bildheim vom ambulanten Pflegedienst HUMANITAS, die auch als Dozentin der BARWIG (Bildungsakademie und Wissenschaft im Gesundheitswesen) in Essen für Weiterbildung von Menschen in Pflegeberufen tätig ist.

### Woran erkennt man eine Demenz?

Eine gewisse Altersvergesslichkeit erleben die meisten, wenn sie älter werden. Wer also ein bisschen tüddelig ist, hat noch lange keine De-

menz. Eine Demenz muss diagnostiziert werden, da sie viele Ursachen haben kann, die unter Umständen behandelbar oder durch das Verhalten beeinflussbar sind. Beispielsweise kann zu wenig Flüssigkeit Demenz ebenso auslösen wie Medikamente oder Narkosen.

### Wann sollte man als Angehöriger hellhörig werden?

Immer dann, wenn sich der Angehörige verändert, ohne dass äußere Faktoren dafür als Ursache ausgemacht werden können. Oder wenn häufig Sachen verlegt werden, wie etwa Schlüssel im Kühlschrank. Auch ausweichende Antworten oder Floskeln auf einfach Fragen können ein Indiz sein: Was möchtest du trinken? Und der Angehörige antwortet: Das Gleiche wie du. Das Langzeitgedächtnis funktioniert in der Regel noch gut, nur das Kurzzeitgedächtnis lässt die Menschen allmählich im Stich. Angehörige sollten daher Situationen dokumentieren, die ihnen

merkwürdig vorkommen, da diese wichtige Hinweise auf dem Weg zur Diagnose sein können.

### Wie ist es mit den Betroffenen selbst?

Die Betroffenen merken die Defizite selbst viel früher als ihre Umgebung und entwickeln sich oft zum Meister der Verschleierung. Bis die Umgebung darauf aufmerksam wird, ist daher häufig bereits ein fortgeschrittenes Stadium der Demenz erreicht. Es ist schrecklich, dies bei sich selbst zu erleben. Die Menschen schämen sich und wollen nicht wahrha-



ben, was mit ihnen passiert. Ein Dilemma also für Betroffene und Angehörige gleichermaßen.

### Wer sind gute Ansprechpartner?

Das können der Hausarzt oder ein Pflegedienst sein, aber auch Selbsthilfegruppen und andere Menschen aus dem persönlichen Umfeld, die gleiche oder ähnliche Erfahrungen machen. Oft hilft schon zu sehen, dass man mit seinem Problem nicht alleine ist und es Möglichkeiten gibt, den Alltag mit einem Demenzkranken leichter zu gestalten – etwa mit Hilfsmitteln wie Geräten, die sich automatisch abschalten oder GPS-Transponder, die den Aufenthaltsort anzeigen. Auch ein Hausnotruf stellt sicher, dass ein regelmäßiger täglicher Kontakt stattfindet, um zu sehen, dass es der Person gut geht.

### Wie begegnet man Missverständnissen?

Egal, was vorfällt. Sie müssen sich immer vergegenwärtigen, dass der Betroffene mit seinem Verhalten niemanden absichtlich ärgern möchte. Das größte Problem ist das Nicht-Verstanden-Werden. Versuchen Sie, sich in die Lage des Demenzkranken zu versetzen – wir nennen das „In den Schuhen des anderen laufen“.

Er steht vor der Zahncreme und weiß nicht mehr, wofür sie da ist oder hat vergessen, wie man ein Butterbrot schmiert. Halten Sie sich nicht mit dem Negativen auf, sondern verstärken Sie das Positive, auch wenn nicht alles hundertprozentig klappt, und ermutigen Sie Ihren Angehörigen aktiv zu sein. Wenn der Demenzkranke wegläuft, weil er nach Hause möchte, obwohl er bereits dort ist, ist dies eigentlich kein Weglaufen, sondern ein Hinlaufen. Hin zu seinem Zuhause,

das er sucht, denn er kann seine Wohnung als solches nicht mehr erkennen. Wenn man dies erkennt, fällt einem vieles im Umgang mit einem Demenz-Erkrankten leichter.

### Wann kann der Betroffene nicht mehr alleine leben?

Den richtigen Zeitpunkt dafür gibt es nicht. Aber man sollte sich schon frühzeitig über alternative Möglichkeiten informieren. Wohngemeinschaften für Demenzkranke zum Beispiel, die sich der Betroffene gemeinsam mit einem Angehörigen zuvor anschauen sollte. Es erleichtert das Einleben sehr, wenn der Demenzkranke solche Veränderungen noch nachvollziehen und Vertrauen in das haben kann, was mit ihm passiert.

kf

Weitere Informationen unter [www.demenz-service-westliches-ruhrgbiet.de/essen](http://www.demenz-service-westliches-ruhrgbiet.de/essen).  
Buchtipps: „In Ruhe verrückt werden dürfen“, ISBN: 978-3-596-105 16-8  
„Abschied zu Lebzeiten“, ISBN: 978-3-86739-007

Anzeigen

Wir stehen für Qualität und soziale Kompetenz.



**HUMANITAS**  
Der Dienst am Menschen

Über 20 Jahre  
in Ihrer Nähe

Ambulanter Pflegedienst · Häusliche Intensivpflege · Hausmeisterservice

- Ambulante Kranken- und Altenpflege
- 24 Stunden Intensiv-Versorgung zu Hause
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Vertretung pflegender Angehöriger während der Urlaubszeit
- Demenz-Betreuung
- Kostenlose Beratung



HUMANITAS Pflegedienste GmbH  
Pflegedienst Essen  
Viktoriastraße 17, 45327 Essen  
T 0201/830280, [humanitas.de](http://humanitas.de)



**Der Johanniter-Hausnotruf**  
Schnelle Hilfe per Knopfdruck.

- Sicherheit bei häuslichen Unfällen und Notfällen
- Direkte Sprechverbindung zur Zentrale
- Ausgebildete Helfer kommen Tag und Nacht
- Qualitätsmanagement vom TÜV zertifiziert

Mehr erfahren unter  
(0201) 89646-126  
[www.johanniter.de/essen](http://www.johanniter.de/essen)



Kostenfreie Beratung,  
auch bei Ihnen zuhause!  
Von Pflegekassen anerkannt.

**DIE JOHANNITER**  
Regionalverband Essen  
Essen · Mülheim · Bottrop

