



# Praktischer Ratgeber im täglichen Umgang mit dementen Menschen

Beschreibung und Auflösung,  
Herangehensweisen.

Copyright © 2010 .. 2015 Ingrid Semmler

Dieses Buch darf – auch auszugsweise – ohne schriftliche Zustimmung des Autors kopiert werden.

Die Weitergabe an Dritte ist **erwünscht**.

Haftungsausschluss:

Die Inhalte dieses eBooks sind sorgfältig recherchiert, dennoch haftet der Autor nicht für die Folgen von Irrtümern, mit denen der jeweilige Text behaftet sein könnte.

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	5
Was ist Demenz?.....	7
Wie fühlt sich der demente Mensch?.....	11
Wenn das Personengedächtnis versagt,.....	14
was dann?.....	14
Das Zeitgefühl eines Dementen.....	17
Das Oppositionsverhalten.....	19
Der Umgang mit einem Dementen.....	23
Sorgen sie in allererster Linie dafür, dass es Ihnen gut geht.....	29
Erfahrungsbericht bei meiner Arbeit mit einem Ehepaar.....	50
Einige Dinge die Sie auf jeden Fall tun sollten.....	75
Loben.....	75
Beobachten.....	75
Hilfe anbieten.....	75
Geschlossene Fragen stellen.....	75
Sicherheit vermitteln.....	75
Sprechen.....	76
Zuhören.....	76
Bestätigen.....	76
Einige Dinge die Sie auf keinen Fall tun sollten.....	77
Keine Vorwürfe machen.....	77
Keine Hilfe aufdrängen.....	77
Nicht diskutieren.....	77
Nicht unter Druck setzten.....	77
Keine offenen Fragen.....	77
Kein Bevormunden.....	77
Nicht überfordern.....	77

Holen Sie sich Hilfe.....	90
Hobby.....	90
Sehleistungen.....	93
Hilfsmittel.....	110
Pflegetagebuch.....	113
Sterben.....	116
Patientenverfügung.....	118
Bei wem beantrage ich welche Leistung?.....	119
Nächster Schritt Pflegekasse.....	120
Wichtig beim Hausbesuch der MDK.....	120
Umbaumaßnahmen.....	121
Betreuungsgeld.....	121
Örtliche Hilfe.....	122
Wenn die Finanzen knapp werden.....	122
Kurzzeit- bzw. Verhinderungspflege.....	122
Übersicht der Demenzstadien.....	123
GDS (Global Deterioration Skala).....	123
GDS Stadium 1.....	123
Gesundheit, keine Demenz.....	123
GDS Stadium 2.....	123
Fragliche kognitive Leistungseinbuße.....	123
GDS Stadium 3.....	124
leichte Demenz.....	124
GDS Stadium 4.....	125
leichte bis mittelschwere Demenz.....	125
GDS Stadium 5.....	126
mittelschwere Demenz.....	126
GDS Stadium 6.....	126
mittelschwere bis schwere Demenz.....	126
GDS Stadium 7.....	127
Spätstadium oder die schwere bzw. Schwerstdemenz.....	127
Danksagung.....	128

## **Vorwort**

Sie müssen es nicht unbedingt lesen!

Durch meine Arbeit hatte ich die Gelegenheit, eine demente Dame in ihren letzten Lebensjahren zu begleiten.

Dabei sind mir die Defizite der Mitmenschen im Umgang mit dementen Menschen aufgefallen, die durch fehlendes Wissen sich, und demzufolge auch der dementen Dame, das Leben unnötig schwer gemacht haben. Lesen Sie etwa immer noch?

Wissen ist Macht! Ich möchte es mit Ihnen teilen, mein Wissen. Und ich werde es mit verständlichen Worten wiedergeben; denn einfach erklärt ist für Jedermann verständlich. Sie benötigen also kein medizinisches Wörterbuch, damit Sie verstehen was ich meine. Schließlich sind Sie auf der Suche nach Erklärungen, Sie möchten verstehen wie es funktioniert, wie man mit einem Dementen umgeht.

Ich finde es toll, dass Sie immer noch das Vorwort lesen.

Jeder Demente ist einzigartig, einen groben Rahmen kann man jedoch schon beherrzigen.

Verwendete Namen sind frei erfunden und haben nichts mit den natürlichen Personen gemein.

Falls ich mich wiederhole, dann nur weil es wichtig ist und nicht weil ich schon tüttelig bin \*schmunzel\*.

Die größte Hochachtung habe ich vor Menschen wie Ihnen, der einen Menschen mit Demenz im häuslichen Bereich begleitet, betreut und pflegt.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Umsetzen.

Ingrid Semmler

## **Was ist Demenz?**

Diesen Ratgeber schreibe ich für Sie, ja für Sie die Sie tagtäglich mit dementen Menschen zu tun haben. Ob nun privat oder beruflich, es spielt keine Rolle.

Demenz ist in sehr vielfältigen Varianten vorhanden. Demenz ist ein Oberbegriff für sämtliche Hirnleistungsdefizite die auftreten bei vaskulärer Demenz, Parkinson, Alzheimer oder Frontotemporaler Demenz auch als Morbus Pick bekannt.

Als erstes ist das Kurzzeitgedächtnis betroffen bei Menschen mit dementiellen Erscheinungen.

Stellen Sie sich in Gedanken ein Bücherregal vor, voll mit Büchern.

Nun gehen Sie an das Bücherregal und fassen es am oberen Rand an und kippen es nach vorn. Was passiert?

Die Bücher der oberen Reihen werden herausfallen.

Diese Bücher der oberen Reihen des Bücherregals sind vergleichbar mit den jüngsten Erinnerungen bzw. dem Kurzzeitgedächtnis.

Je weiter unten die Bücher im Regal stehen umso tiefer bzw. länger gibt es die Erinnerungen.

Manchmal kann man zu diesen tiefen Erinnerungen Verknüpfungen herstellen. Dazu ist allerdings Wissen über den Werdegang des Demenzen notwendig - die Biographiearbeit.

Je mehr Sie aus der Biographie des Demenzen wissen umso besser.



Spielen Sie einfache Gesellschaftsspiele mit dem Dementen. Sollte er sagen: „Das Spiel ist blöd oder doof“, dann bestätigen Sie das und beschäftigen sich anderweitig mit ihm.

Denn was gibt es Schlimmeres als etwas tun zu müssen was unguete Gefühle verschafft?

Wenn es ihm keinen Spaß macht dann lassen Sie es.

Der Demente leidet unter einem Hirnleistungsdefizit. Sein Gehirn kann die Informationen die es bekommt, in Form von Sprache und Eindrücken, nicht mehr so gut verarbeiten, es funktioniert nicht mehr so schnell wie bei einem gesunden Menschen.

Je mehr Information Sie ihm anbieten umso mehr muss sein Gehirn verarbeiten und das geht nicht mehr so einfach.

Im Gehirn des Dementen sind Gehirnzellen abgestorben und versagen damit ihren Dienst. Die Synapsen die noch vorhanden sind, die Verbindungsstellen, müssen die Flut an Informationen verarbeiten. Um es sich in etwa vorzustellen wie das ist könnte man eine dreispurige Autobahn nehmen die in einem Tunnel endet der nur einspurig ist.

Was passiert vor dem Tunnel? Die Autos, beim Dementen die Informationen, stauen sich. Er ist nicht mehr in der Lage mit diesem Überangebot fertig zu werden. Das wiederum macht sehr unzufrieden, und bei permanenter Unzufriedenheit wird sich Aggressivität oder Wut zeigen.

## **Wie fühlt sich der demente Mensch?**

Je nach dem in welchem Stadium der Demenz sich der Mensch befindet, er wird im Laufe der Zeit immer unsicherer.

Er merkt sehr wohl, dass etwas mit ihm nicht stimmt.

Sie selber können versuchen sich folgendes vorzustellen:

Ein Raum und in der Mitte des Raumes steht ein Mensch. Um ihn herum laufen Menschen in einem Kreis und jeder dieser im Kreis laufenden Menschen liest etwas in normaler Lautstärke vor. In jeder Ecke des Raumes steht auch noch ein Mensch der ebenso etwas laut vorliest.

Unruhe pur würde ich sagen!

Ich weiß nicht wie es Ihnen geht, aber mir persönlich würde so viel permanente Unruhe unerträglich sein.

Allerdings kann ich es zuordnen, einordnen und den Raum verlassen. Kann das der Demente denn nicht auch?

Natürlich kann er es, „ABER“ er kann die Situation nicht mehr zuordnen, da er kein Gefühl für Raum und Zeit hat und er gar nicht mehr weiß hinter welcher Tür sich der Ausgang verbirgt.

Ab und zu werden Menschen vermisst, sie haben die Orientierung verloren, können zum Teil nicht mal mehr sagen wer sie sind.

Versuchen Sie ein Gefühl der Sicherheit zu vermitteln.

**Bestätigen Sie ihn immer.**

Bauen Sie Vertrauen zum Dementen auf. Und verlassen Sie sich um Himmels Willen nicht darauf, dass Sie vielleicht schon sehr viele Jahre miteinander verbracht haben.

Getreu dem Motto, wir sind nun schon so viele Jahre zusammen, das hat er/sie doch noch nie gemacht. Ich kenne ihn/sie und weiß was mit ihm/ihr los ist.

Wenn Sie es wüssten, dann würden Sie nicht diese Zeilen lesen. Irgend etwas hat Sie dazu bewogen, sich schlau zu machen, sich Hilfe zu holen - und das ist gut so.

## **Wenn das Personengedächtnis versagt, was dann?**

Was mache ich wenn meine Mutter, Vater, Tante, Onkel, Oma, Opa mich nicht mehr erkennt, als das was ich bin, Tochter, Sohn, Nichte, Neffe, Enkelin oder Enkel?

Es ist mit Sicherheit nicht einfach wenn man feststellt, dass man nicht mehr erkannt wird. Das tut schon sehr weh, tief im Inneren macht sich Enttäuschung breit. Das kann doch nicht sein, wir sind nun schon so lange zusammen.

Es kann sein, und es ist eingetreten. Die Frage gestaltet sich für mich nur, wie geht man mit dieser vollkommen neuen Situation um, nicht mehr als der erkannt zu werden der man ist? Für mich als Außenstehende ist es da viel einfacher, ich habe keine verwandtschaftliche Bindung zum Dementen und kann somit ganz anders damit umgehen.

Keine Bange, liebe/r Leser/in, es gibt eine Lösung für das vermeidliche Problem.

Sie sollten versuchen, den Menschen als das zu sehen was er ist. Ein hilfsbedürftiges Wesen, welches ohne fremde Hilfe nicht mehr zurecht kommt. Immer betrachtet in Bezug auf den Schweregrad der Demenz. Die Tochter, Nichte oder Enkelin nimmt die Rolle eines Helfers ein. Den Söhnen, Neffen und Enkeln kommt die selbe Rolle zu.

Tauschen Sie sich gegenseitig aus mit den Erkenntnissen die Sie im Umgang mit Menschen mit Demenz haben - was sehr gut funktioniert hat, was danebenging und nicht von Erfolg gekrönt war.

Schaffen Sie sich Gelegenheiten, Ihre Sorgen und Nöte von der Seele zu reden. Besuchen Sie Angehörigen- Abende bzw. Sprechstunden in Bezug auf Demenz. Suchen Sie Hilfe, egal in welcher Form. Einen Ratgeber zu lesen ist schon hilfreich, ersetzt aber nicht das Gespräch mit einem Menschen der einen genau versteht, der nachvollziehen kann was man an Belastung erfährt wenn man einen Menschen mit Demenz betreut und pflegt.



## **Das Zeitgefühl eines Dementen**

Der Demente hat keines mehr. Sein Leben spielt sich im Jetzt und Hier ab.

Was vor fünf Minuten gewesen oder stattgefunden hat, existiert nicht mehr im Kopf, ist nicht mehr abrufbar. Sie sind die Zeitmaschine des Dementen. Bevor eine Demenz bei einem Menschen diagnostiziert wird, ist sie schleichender Weise 10 bis 15 Jahre mehr oder weniger ausgeprägt schon vorhanden.

Verabredungen oder Termine werden verpasst. Der Katalog an Ausreden, warum Verabredungen oder Termine versäumt wurden, wird vom Dementen gequält. Es ist ihm selber sehr peinlich, glauben Sie mir das. Er wird versucht sein, es herunter zu spielen. Wer würde das nicht machen?

Welches Datum ist heute? Haben Sie nachgesehen oder wissen Sie es, und sind Sie auf dem Laufenden?

Das ist übrigens eine offene Frage. Eine Fragestellung, die den dementen Menschen sehr wahrscheinlich ins Schleudern bringen könnte, ihn mit Sicherheit ins Schleudern bringt. Achten Sie auf seine Reaktion.

Vermeiden Sie offene Fragen. Ich werde Ihnen erklären warum eine offene Frage den Dementen in Schwierigkeiten bringt. Und ich setze noch einen drauf, beim Dementen spielt sich sehr viel auf der Gefühlsebene ab, und letztendlich kann der Demente, wenn Sie ihn über längere Zeit ungeschickt behandeln, zu Ihrer Person ein gestörtes Verhältnis bekommen durch die verkehrte Handhabung der Kommunikation.

Und das wiederum kann aggressives Verhalten begünstigen, weil der Demente sich unverstanden fühlt.

## **Das Oppositionsverhalten des Dementen**

Sie sind guter Dinge, wollen dem Dementen nichts Böses, und trotzdem lässt er Sie mit Ihrem Vorschlag im Walde stehen.

Was passiert da gerade?

Ihr Vorschlag kommt vollkommen unerwartet für den Dementen, er hat weder die Lust noch die Fähigkeit sich mit dem Gedanken auseinander zu setzen.

Was tun?

Gehen Sie einfach weg, und warten Sie ein wenig und starten dann erneut einen Versuch. Und vor allem, gehen Sie mit einem Lächeln zu ihm, sein Sie ihm nicht gram oder böse.

**Fangen Sie nicht an, den Dementen davon zu überzeugen, und versuchen Sie nicht, ihn an der Realität zu orientieren. Diskutieren Sie nicht mit dem Dementen.**

**Merke:  
Der Demente hat immer Recht.**

Er weiß es nicht mehr besser, Sie schon. Wenn der nächste Versuch Ihres geplanten Anliegens wieder scheitert, dann lenken Sie einfach auf ein unverfängliches Thema um. Die Zeit arbeitet für Sie.

Der Verlauf der Demenz ist in drei Stadien eingeteilt. Wenn Sie im Anfangsstadium der Demenz noch geschlossene Fragen bzw. Oder-Fragen stellen können und der Demente darauf reagiert, die angebotene Antwortmöglichkeit aufgreift, diese Art der Hilfe noch annimmt, dann mache ich Sie jetzt darauf aufmerksam, dass

wenn Sie beobachten, dass der Mensch mit Demenz anfängt zu antworten mit:

„Das ist mir egal“, -

Sie komplett auf jegliche Fragen verzichten.

Der Mensch mit Demenz ist dann in einem Stadium der Demenz angelangt in dem Fragen ihn nur noch nerven und belasten, er mit Fragen nichts mehr anzufangen weiß.

Besser ist es dann, auf die präsenten Gefühle zu achten, sie zu benennen und versucht zu sein, das Ganze wertungsfrei zu signalisieren.

Ein Beispiel soll helfen:

Wenn der Mensch mit Demenz wütend ist, dann sieht man das anhand der Mimik und Gestik, der Körperhaltung.

Sie brauchen nur zu beschreiben was Sie sehen in der Art: „Sie/du bist aufgeregt, oder wütend, oder traurig.“

Mehr ist nicht nötig, getreu dem Motto:  
„Weniger kann manchmal mehr sein!“

Mit dieser Art der Kommunikation signalisieren Sie dem Menschen mit Demenz, dass Sie ihn verstehen, und er fühlt sich dann auch verstanden. Sie werden es an der Körpersprache erkennen und können in seinem Gesicht vielleicht Erleichterung sehen.

Denken Sie selber nach wie Sie sich fühlen wenn Sie jemand versteht oder Sie sich verstanden fühlen. Es macht sich ein Gefühl breit, dass man als Erleichterung empfindet. Man wird verstanden.

Und genau diese Vertrautheit ist eine phantastische Basis, um zueinander zu finden, gemeinsam etwas zu schaffen.

## Der Umgang mit einem Dementen

Fragen Sie den Dementen **niemals** eine Frage mit einem W-Fragewort, **WARUM?** Streichen Sie die W-Frageworte WARUM, WIESO, WESHALB aus Ihrem Wortschatz. Mit so einer Frage bringen Sie ihn total ins Schleudern. Schlimm genug, dass sein Gehirn nicht mehr gut funktioniert.

Stellen Sie sich vor, Ihnen würde jemand eine Frage mit WARUM stellen.

Was passiert in Ihrem Innersten?

Sie werden mit diesem Wort in die Erklärungspflicht gesetzt, und Ihr Gehirn arbeitet auf Hochtouren. Sie sind allerdings noch in der Lage dazu, in Ihrem Kopf nach Antworten zu suchen und Sie finden sie noch. Der Eine eher und der Andere eben später, aber der Demente kann das gar nicht mehr, es strengt ihn viel zu sehr an. Und weil es anstrengend ist, wird er eher ungehalten reagieren, wenn nicht gar aggressiv.

Vermeiden Sie im Umgang mit einem Dementen „Offene Fragen“!

Eine offene Frage ist zum Beispiel:  
„Wie geht es Dir/Ihnen heute?“

Wenn Sie sich nach dem Befinden erkundigen wollen, dann bitte auf folgende Weise.

„Miriam/Michael, oder Frau/Herr Müller, wie geht es Dir/Ihnen denn heute, gut oder weniger gut?“

Mit dieser Art zu fragen legen Sie dem Dementen „zwei Brückenbausteine“ zur Auswahl vor, und in der Anfangsphase der Demenz wird es ihm leicht fallen, darauf noch zu reagieren, eine Auswahl zu treffen. Damit fällt es dem Dementen leichter, sein Befinden zu artikulieren.



Denn würden Sie ihm Ihre Hilfestellung mit den „zwei Brückenbausteinen“ nicht geben, dann müsste er erst nachdenken. Was ihm im Laufe der Zeit immer schwerer fallen wird. Bei mehr als „zwei Brückenbausteinen“ überfordern Sie den Dementen.

Natürlich ist es auch möglich, dass er eine eigene Wortwahl trifft. Es kommt darauf an wie weit die Demenz fortgeschritten ist.

Ab und zu werden Verknüpfungen zustande kommen, bei denen es Ihnen die Sprache verschlagen wird. Alles kein Problem, ganz im Gegenteil, freuen Sie sich über jede eigenständige Antwort bzw. Äußerung des Dementen.

### **Merke: Loben Sie den Dementen!**

Wer freut sich nicht über ein Lob? Es macht einfach gute Gefühle - und vergessen Sie nicht zu lächeln.

Ein Lächeln benötigt keinen Dolmetscher, es wird beim Gegenüber ankommen als das was es ist.

Beobachten Sie den Dementen. Im Laufe der Zeit wird sich sehr viel auf die Körpersprache reduzieren.

Der Demente kann recht viel, kann es aber nicht mehr aus eigenem Antrieb. Das beginnt mit dem Tagesablauf. Er wird sich immer länger im Bett aufhalten. Da ist es bequem, warm und sicher.

Es obliegt damit Ihnen, einen Tagesablauf zu gestalten, der für beide Seiten annehmbar ist.

Wo steht geschrieben, dass der Demente morgens um 7 Uhr aufstehen muss?

Zum geistigen Verfall kommt dann noch der körperliche dazu. Respektieren Sie das ganz einfach.

Konzentrieren Sie sich darauf was der Demente in seinem Leben gern gemacht hat, bauen Sie darauf auf wenn es sich einrichten lässt.

**Merke: Alles was der Demente sagt ist wahr, selbst wenn Sie es besser wissen!**

Geben Sie ihm das Gefühl, es richtig gemacht zu haben. Wenn sich ein Mensch wohl und verstanden fühlt, kann man viel besser und entspannter mit ihm arbeiten und umgehen.

Wenn Sie möchten, dass der Demente etwas trinkt, dann tun Sie es mit ihm gemeinsam. Nehmen Sie für sich ein Glas zu trinken mit, und übergeben Sie ihm sein Glas bzw. die Tasse und dann stoßen Sie mit ihm an: „Zum Wohle Miriam/ Michael oder Frau/Herr Müller, lassen Sie es sich schmecken, oder munden, oder wie auch immer.“

Vermeiden Sie es, mit dem Dementen im **Plural** zu sprechen, getreu dem Motto:

„Wie geht es UNS denn heute Morgen, gut oder weniger gut?“

Sie sollten immer die direkte Ansprache in den Vordergrund stellen. Wenn Sie möchten, dann benennen Sie den Dementen gern mit Vor- und Zunamen.

Denn was gibt es **Schlimmeres**, einfach als **Noname** behandelt zu werden?

Der Demente ist eine Persönlichkeit die Ihren Respekt verdient hat.

Eine Todsünde ist es, im Beisein des Dementen mit Dritten über ihn zu reden. Zum Beispiel wenn der Hausarzt einen Besuch abstattet.

Es ist eine Übungsfrage, den Dementen in das Gespräch mit einzubeziehen.

Sie sind sein Sprachrohr, die Verbindungsstelle mit der Umwelt.

Vergessen Sie nicht, dass der Demente eine Persönlichkeit ist, die ebenso Anspruch auf Akzeptanz, Toleranz und Achtung hat wie jeder andere Mensch auch.

Wie Sie sich im Inneren Ihres Herzens wünschen, dass und wie man mit Ihnen umgehen soll, so sollten Sie auch mit anderen Menschen umgehen.

Ihre innere Einstellung bestimmt Ihr Tun. Die Gedanken werden zu Worten, und diese bestimmen Ihr Handeln.

**Sorgen sie in allererster Linie dafür, dass es Ihnen gut geht.**

Nur dann sind Sie fähig, von diesen guten Gefühlen abzugeben. Ihren Lohn erhalten Sie in Form eines Lächelns. Das ist der schönste Lohn wie ich meine.

Meine persönliche Tagessportaufgabe lautet wie folgt: **„Zaubere mindestens einem Menschen ein Lächeln ins Gesicht.“**

Probieren Sie es aus und stellen Sie fest, wie gut sich das anfühlt, wie viel Kraft Sie aus einem Lächeln schöpfen können. Kraft die Sie dringend benötigen; denn ein Helfer zu sein ist anstrengend.

Der Pflegeschlüssel 1:1 sollte die Formel sein. Denn der Demente bedarf der 100%igen Aufmerksamkeit, Ihrer Aufmerksamkeit!

Je besser Sie Ihren Schützling beobachten, umso besser können Sie auf ihn reagieren. Was die Arbeit mit einem Demenzen natürlich im Laufe der Zeit viel mehr vereinfacht.

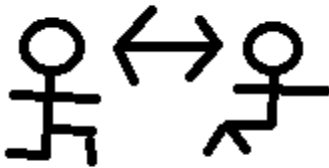
Wenn Sie möchten, dass der Demente etwas tut, dann stellen Sie sich auf seinen Status/Level ein. Begegnen Sie ihm immer auf gleicher Augenhöhe.

Eine solche Unterredung von außen betrachtet, stellt sich dar als von oben herab - wenn Sie stehen und der Demente sitzt.



Schon allein dieser Anblick jagt mir Gänsehaut ein.

Setzen Sie sich neben den Dementen oder gehen Sie in die Hocke wenn es möglich ist. Dann begegnen Sie ihm gleichgestellt.



Jemand, der mir auf gleicher Augenhöhe begegnet, dem ich selber in die Augen schauen kann, ist mir viel lieber, wirkt angenehmer.

Und glauben Sie mir, wenn Sie die Grundschrirte beherrschen, dann wird es im Laufe der Zeit für Sie immer einfacher, weil es zur Gewohnheit bei Ihnen wird.



In einem Pflegeheim ist diese Formel kaum anwendbar. Es sei denn, es ist als Spezialpflegeheim auf die Bedürfnisse Dementer abgestimmt.

Im Regelfall eines Pflegeheimes wird fließbandähnlich ein Bewohner nach dem anderen bearbeitet - und das im vorgegebenen Minutentakt. Menschliche Grausamkeit; denn beide Seiten bleiben seelisch auf der Strecke.

Vermeiden Sie Veränderungen im Umfeld des Dementen durch Umstellen von Möbelstücken. Belassen Sie alles an seinem angestammten Platz.

Teilen Sie dem Dementen Ihr Tun und Handeln in spaßiger, liebevoller Art mit. Sie werden anhand der Reaktion des Dementen sehen in wie weit er sich darauf einlässt.

Nun könnten Menschen behaupten, das sei Manipulation. Natürlich ist das Manipulation, aber im Interesse des Dementen - und damit ist sie gerechtfertigt.

Wer wenn nicht Sie, wer soll denn das Leben eines Dementen organisieren?

Wenn die ältere Dame noch zu Anfang meiner Arbeit bei sich selbständig auf Toilette gegangen ist und auch auf direktem Weg die Toilette gefunden hat, ist es dann im späteren Verlauf passiert, dass sie zwar in den Flur gegangen ist, dann aber hinter jeder Tür die Toilette angefangen hat zu suchen. Und es gab reichlich Türen im Flur der älteren Dame, insgesamt 6 Stück.

Das kann dann schon zum Zitterakt werden, es noch rechtzeitig auf die Toilette zu schaffen. Beobachten Sie, und helfen Sie wenn notwendig und zeigen Sie den Weg. Der Demente benötigt früher oder später Ihre Hilfe - und zwar bei Allem. Es wird die Zeit kommen, da sitzt der Demente wie ein kleines

Kind und huppert auf der Sitzfläche herum, gerade so als müsste er mal austreten. Was passiert da gerade?

Der Körper des Dementen signalisiert ihm „Ich muss mal für kleine Mädchen/Jungs“, doch der Demente weiß nicht mehr was er nun machen soll, wie er das Problem lösen kann und soll. Denn es ist für ihn mittlerweile zum Problem geworden, nicht mehr zu wissen wie die einfachsten Dinge/Abläufe zu erledigen sind.

Beobachten Sie Ihren Schützling genau. Sie werden ihm daraus entstehende Peinlichkeiten und sich selbst eine gehörige Portion Mehraufwand, -arbeit ersparen.

Es wird allseits darüber gesprochen viel zu trinken. Wie bekomme ich einen Demenzen dazu, etwas Flüssigkeit zu sich zu nehmen?

Im Normalfall stellt man jemandem etwas zu Trinken hin, es wird dann sicherlich irgendwann auch getrunken.

Sie können dem Demenzen etwas zu Trinken hinstellen mit dem Hinweis und der Bitte er möge es trinken. Vielleicht trinkt er es, wahrscheinlicher ist aber, dass er einen kleinen Schluck trinkt und dann das Gefäß wieder abstellt.

Nehmen Sie sich die Zeit, überbringen Sie das Getränk für sich selber, haben Sie ebenfalls ein Getränk mit dabei.

Stoßen sie gemeinsam an, prostern Sie sich zu und stellen Sie für sich sicher, dass der Demenze das Gefäß nicht irgendwo abstellen kann. Es sollte sich nichts dergleichen in seiner Nähe befinden. Dann zumindest besteht die Möglichkeit, dass das Getränk ausgetrunken wird.

## **Und nicht vergessen - loben Sie den Dementen dafür.**

Der Demente verlernt oder vergisst, wozu eine Zahnbürste da ist. Er weiß nicht wofür man das Ding benutzt, geschweige denn dass auf die Zahnbürste Zahnpasta gehört. Er betrachtet das Teil in seiner Hand und weiß nicht mehr was er damit veranstalten, machen soll.

Geben Sie ihm auf seine Zahnbürste die Zahnpasta drauf und bitten Sie ihn, er möge sich die Zähne putzen, dann schauen Sie ganz genau in sein von Unverständnis gezeichnetes Gesicht.

Führen Sie allerdings seine Hand mit der Zahnbürste zum Mund und bewegen Sie diese wie beim Zähneputzen auf und ab, dann übernimmt der Demente wie von selbst das Zähneputzen. Ihm hat nur der Anstoß gefehlt, dann wird das Zähneputzen zum Selbstläufer. Er tut es ohne weitere Hilfe; denn auf einmal gibt es eine Verknüpfung.

Gehen Sie davon aus, dass der Demente immer mehr Worte „WENIGER“ zuordnen kann.

Zum Beispiel den Mund nach dem Zähne putzen auszuspülen. Die Flüssigkeit in den Mund zu bekommen ist dabei noch sehr leicht. Allerdings den Dementen dazu zu bringen, das Mundspülwasser wieder auszuspucken, könnte Sie zum Verzweifeln bringen.

Ganz einfach, machen sie es dem Dementen vor was Sie von ihm haben wollen, das er tun soll. Nehmen Sie Wasser in Ihren Mund und spucken sie dieses wieder aus. Es wird dem Dementen helfen, und er spuckt das Zahnpülwasser aus. Wenn der Demente dann diesen Akt vollbracht hat, vergessen Sie nicht, ihn **ehrlich** zu **loben**. Hiermit bestätigen Sie ihn, und das wiederum löst ein gutes Gefühl beim Dementen aus, etwas richtig gemacht zu haben.

Und mal ehrlich, wer möchte nicht gern etwas richtig machen und dafür gelobt werden? Vermeiden Sie Tadel oder Korrektur bei einem Dementen. Nehmen Sie ihm die Peinlichkeit

und versuchen Sie, wenn schon ein Lapsus passiert, diesen herunter zu spielen. Der Demente wird es Ihnen danken.

Berühren sie den Dementen wann immer es sich einrichten lässt. Streicheln Sie ihn, und Sie werden feststellen, dass er es mag oder eben nicht.

Wenn ich Spätdienst bei der älteren Dame hatte, dann habe ich es zur Gewohnheit gemacht, ihr bevor ich sie ins Bett gebracht habe, die Füße und Waden bis zum Knie einzucremen und zu massieren.

Sie hat vollkommen entspannt im Sessel gesessen und die Fußmassage genossen. Ein gelungener Tagesabschluss wie ich meine.

Streicheln Sie an unverfänglichen Stellen, gerade so wie Sie selber berührt werden möchten. Damit signalisieren Sie nonverbal Ihr Wohlwollen dem Dementen gegenüber. Es wird sich im Laufe der Zeit mehr und mehr auf der Gefühlsebene abspielen, ohne viele Worte.

Denken Sie nicht darüber nach ob der Demente sich Ihren Namen merken kann; den wird er mit Sicherheit nicht benennen können, aber Ihre Art und Weise des Umgangs mit ihm -und zwar immer im Hier und Jetzt-, die wird einen Eindruck beim ihm hinterlassen.

Ihre Art und Weise wird entweder ein Gefühl des Wohlwollens oder der Ablehnung auslösen. Es gibt keine Zwischenstufen im Umgang miteinander, nicht bei einem Dementen. Entweder Sie tun ihm gut oder Sie lösen ein Gefühl des Unwohlseins aus.

Vertrauen Sie nicht auf eine Regelmäßigkeit im Tagesablauf; dieser wird jeden Tag aufs Neue kreiert - und zwar vom Dementen. Sie erhalten die Rückmeldung vom ihm prompt.  
**Der Demente ist der Bestimmer.**

Es kommt die Zeit, da wird der Demente das Besteck anschauen als hätte er noch nie in seinem Leben Messer und Gabel in den Händen gehalten. Und wenn Sie gelernt



haben ihn zu beobachten, dann wissen Sie genau ob und wann der Demente von Ihnen Hilfestellung zu bekommen hat.

Erledigen Sie so viel gemeinsam wie nur möglich; denn nur dabei haben Sie die Gelegenheit, ihn zu beobachten und gegebenenfalls zu reagieren.

Wenn zum Mittagessen ein großes Stück Fleisch auf dem Teller ist und der Demente nicht mehr in der Lage ist mit Messer und Gabel sicher umzugehen, dann fragen Sie ihn ob Sie ihm das Fleisch klein schneiden sollen oder ob er es gern allein zerschneiden möchte. Er wird es Ihnen sagen ob oder ob nicht. Und wenn er sich entschieden hat, dann lassen Sie ihn es auch probieren.

Nachfragen, wenn Sie sehen es klappt doch nicht so richtig mit dem Zerschneiden, können Sie immer noch helfen und ihm nochmals Ihre Hilfe anbieten.

Immer in einer geschlossenen Fragestellung mit „Zwei Brückenbausteinen“ - damit überlassen Sie dem Dementen die Wahl, und er fühlt sich nicht bevormundet.

Es steigert einfach das Selbstwertgefühl eines Dementen, sich selber entscheiden zu können.

Durch Ihre Hilfestellung erleichtern Sie sich den Umgang miteinander. Wie ich meine ist das ein Vorteil.

Oder würde es Ihnen gefallen, Sie würden gefragt, antworten - und Ihre Antwort wird einfach ignoriert?

Bei allem was Sie tun, wird ein Teil Ihrer Aufmerksamkeit immer auf den Dementen gerichtet sein. Damit sind Sie in der Lage sofort zu reagieren, nicht in einer Minute, nicht in fünf, sondern zeitnah.

Wenn Sie doch eine andere Arbeit zu erledigen haben, dann melden Sie sich beim Demenzen ab mit vielleicht diesen Worten: „Miriam/Michael, oder Frau/Herr Müller, ich kümmere mich mal eben um die Wäsche, nicht weg rennen, ich bin gleich wieder da.“ Und tun Sie es mit einem Lächeln. Und berühren Sie dabei den Demenzen mindestens am Handgelenk, um seine Aufmerksamkeit zu bekommen. Selbst wenn der Demenze vergisst was Sie ihm gesagt haben, hinterlassen Sie ihn mit einem guten Gefühl.

Wenn Sie den Spruch einfach nur in den Raum sagen, muss der Demenze sich nicht unbedingt angesprochen fühlen, also fassen Sie ihn an. Beim Anfassen wird er zunächst auf die Stelle schauen wo Sie ihn berühren und dann erst in Ihre Augen. Lächeln Sie oder machen Sie zumindest ein freundliches Gesicht.

**Der Moment, der Augenblick zählt - nichts weiter.**

Ein Gefühl das Sie haben, schwingt für eine gewisse Zeit nach, überträgt sich faktisch auf den Dementen - und genau diese Zeit können Sie nutzen, um andere Dinge zu erledigen.

Wenn der Demente nicht mehr in der Lage ist sich selber zu beschäftigen, dann sind Sie als Animateur gefragt. Das kann gemeinsames Backen, Geschirr spülen, Wäsche zusammenlegen oder das Spielen von Gesellschaftsspielen sein.

Derlei Beschäftigung sollte niemals zu lange dauern, denn so lange kann er sich nicht mehr konzentrieren.

### **In der Kürze liegt die Würze.**

Loben Sie sich beide wenn sie etwas gemeinsam geschafft haben. Sie werden sehen, dass Sie ein Lächeln in das Gesicht des Dementen gezaubert haben.

Was Sie vermeiden sollten, ist eine permanente Hintergrundbeschallung. Denn alles was der Demente hört und sieht muss er für sich verarbeiten, was ihm immer schwerer fallen wird.

Hinterfragen Sie ob oder ob etwas nicht gemacht, gehört, gesehen oder gespielt werden möchte beim Dementen.

Ihrem Schützling soll es gut gehen, und wenn es ihm gut geht, dann geht es auch Ihnen gut. Dann sind Sie auch versucht, eine wundervolle, angenehme Atmosphäre zu schaffen.

Sie kennen den Unterschied von positiv und negativ? Dank der vorherrschenden Anziehung bestimmen Sie selber, welche Polung Ihr Tun und Handeln hat. Denken Sie positiv, und der Rest ergibt sich von selbst. Und was noch viel schöner ist, Sie geben das Positive ab, Sie strahlen es förmlich aus. Was gibt es Schöneres?

Suchen Sie sich Quellen, bei denen Sie auftanken können. Sei es ein Saunabesuch, die Kosmetik, die Fußpflege, eine Massage, ein Spaziergang oder ein Buch.

Legen Sie in aller Regelmäßigkeit eine Art Wellnestag ein. Ein Tag nur für Sie allein zum Auftanken. Nur wenn Ihr Energiepuffer gut gefüllt ist, sind Sie in der Lage, abzugeben ohne körperlichen oder seelischen Schaden zu nehmen.

Wenn Sie nicht die Möglichkeit haben einen Wellnestag einzulegen, dann nutzen Sie jede sich bietende freie Minute, Stunde, selbst wenn es nur eine halbe Stunde ist, oder nur 20 Minuten.

**Wer in seiner Arbeit sehr gut sein möchte, das gilt übrigens für jede Arbeit, der sollte zu sich selber noch viel besser sein.**

Nur wer das beherzigt, wird energiegeladen sein. Alles in Ihrem Leben sollte sich die Waage halten, Anspannung und Entspannung.

Es ist sehr kraftaufwendig, einen Dementen zu betreuen, zu versorgen, also seien Sie auf beider Wohlergehen bedacht.

Es obliegt Ihnen, dem Dementen etwas Zeit einzuräumen, geforderte bzw. erwartete Dinge zu erledigen.

Nehmen Sie ihm nicht von vornherein alles ab. Das käme einem Bevormunden gleich, und genau das sollte vermieden werden.

## **Der Demente hat seinen eigenen Willen, respektieren Sie diesen.**

Ich selber tue mich sehr schwer damit, dass andere Menschen, zum Beispiel Krankenschwestern oder Ärzte, auf einmal mein Leben bestimmen wollen. Mir aufzeigen wollen was gut oder notwendig für mich wäre. Ohne auf mich einzugehen, mich zu fragen was ich davon halte. Sie versuchen mein Leben in ihre Hand zu nehmen und über meinen Kopf hinweg zu bestimmen. Vielleicht ist Ihnen aufgefallen, dass ich nicht von einem Patienten sondern von einem Dementen schreibe.

Der Demente ist für mich nicht krank, sondern ein Mensch, der Hilfe benötigt. Dieser Mensch hat einen Namen und genau mit diesem, seinem Namen sollten Sie ihn ansprechen.

**Jeder Mensch kann nur so gut sein wie er es gerade weiß. Wenn er es besser wüsste, würde er es besser tun.**

Das gilt für jeden von uns.



Erzählen Sie dem Dementen alles was Sie machen wollen, tun Sie es auf eine beruhigende Art und Weise. Allerdings sollte Ihre Stimme nicht in einen monotonen, gleichgültigen Tonfall abrutschen. Sie dürfen schon emotionsgeladen reden. Und beziehen Sie den Dementen immer in die Gespräche mit ein, solange er die Sprache noch beherrscht.

## **Erfahrungsbericht bei meiner Arbeit mit einem Ehepaar**

### **- Beschreibung und Auflösung der jeweiligen Situation**

Meine Erlebnisse mit einem Ehepaar, wobei einer der beiden dement war.

Es genügte eine Zeit von 5 Monaten, um ihnen beizubringen, wie es sinnvoll ist miteinander umzugehen, ohne Stress zu bekommen.

Wobei zwei intensive Monate genügt hätten, diese dann allerdings täglich, also von Montag bis Sonntag.

Der Rest war dann Festigung der neu erlernten Kommunikation miteinander.

Wie bringt man ein Ehepaar dazu, die bisher immer „neutral“ miteinander gelebt haben, auf einmal anders miteinander zu kommunizieren?

Wenn die Diagnose gestellt wird:

## **Vaskuläre Demenz.**

Dieses Ehepaar wollte in Urlaub fahren, das Auto war gepackt, und eigentlich sollte es losgehen.

Was ist passiert?

Der Mann brachte auf einmal kein Wort mehr raus. Ein zu Hilfe gerufener Freund der Familie hat sein Bestes getan und die beiden in die Klinik gefahren. Es konnte keine eindeutige Diagnose gestellt werden, noch nicht. Das ist schon sehr merkwürdig. Es folgten wochenlange Klinikaufenthalte, und letztendlich eine Einweisung bzw. Unterbringung in einem Pflegeheim zur Kurzzeitpflege, zumindest so lange bis die Familie eine Lösung gefunden hatte.

Es war in dieser Familie nichts mehr so wie es vorher mal war.

Der Mann hatte bis zu diesem Zeitpunkt alles in der Familie geregelt, gerade so wie es eben ein Familienoberhaupt tut. Seine Frau stand vor einem riesigen Problem. Wie sollte es nun weitergehen?

Die Familie hat eine Tochter und zwei Enkelkinder, alle haben krampfhaft nach einer Lösung gesucht.

Und dann kam ich ins Spiel.

Ich bin zu der Familie gezogen, in die obere leer stehende Wohnung und habe den gesamten Tagesablauf miterlebt. Nach und nach habe ich die Frau darüber aufgeklärt, wie sie am besten mit ihrem Mann umgehen sollte, ohne Aggressionen bei ihm auszulösen. Ein hartes Stück Arbeit, wenn man fast die gesamte Kommunikation umstrickt. Es fällt den meisten Menschen schwer, im Alter Veränderungen in Kauf zu nehmen, noch

dazu wenn es den Alltag und die Sprache betrifft.

Wie sage ich nun wann was am besten?

So etwas kann man versuchen aufzuklären, sehr vorsichtig und rücksichtsvoll.

Niemals sofort in der Situation, denn das würde nur noch mehr Verwirrung stiften und beide Seiten kompromittieren. Und wenn es schon Verständigungsschwierigkeiten gibt, muss man kein Öl ins Feuer gießen.

Also wartet man eine passende Situation ab, nimmt sich denjenigen der nicht dement ist beiseite und versucht Situationen, Verhaltensweisen und Reaktionen aufzulösen, zu erklären.

Immerhin hat die Frau gedacht, ihr Mann würde all sein Verhalten an den Tag legen um sie zu ärgern. Sie hat es persönlich genommen und wollte es natürlich nicht wahr haben, dass ihr Mann sich so stark verändert hat in all seinem Tun und Machen.

Vielleicht wird sich die/der eine oder andere Leser/in bei den Beispielen wiederfinden, sich erkennen.

Ein Beispiel:

Frühstückszeit: Es sitzen alle am Tisch, der Mann nimmt mit seinem Messer Butter auf und schmiert sie auf das Frühstücksbrett, gerade so als sei das Brett die Scheibe Brot.

Die Reaktion der Frau: „Ach Helmut, was machst Du denn da?“

Das Ganze auch noch richtig vorwurfsvoll ausgesprochen.

Schließlich hat er so was noch nie gemacht. Sie nimmt ihm das Brettchen mit einem Murren weg und bringt alles wieder in Ordnung, legt ihm ein neues sauberes Brettchen hin.

Besser wäre gewesen:

„Helmut, einen Moment bitte, ich helfe Dir.“  
Wenn es sich einrichten lässt, bitte mit einem Lächeln reden bzw. sehr freundlich und nicht vorwurfsvoll.

Der Demente kann solche „normalen“ Abläufe nicht mehr vom Kopf her nachvollziehen, es sind zeitweise Aussetzer in seinem Kopf. Er macht so gut er eben kann. Wenn er es besser wüsste, glauben Sie mir, würde er es besser tun.

Der Mann hat dann ein anderes Mal versucht, mit dem Messer das Frühstücksbrettchen durchzuschneiden, gerade so als sei das Frühstücksbrettchen die Scheibe Brot die es gilt zu durchtrennen.

Und wieder die Reaktion der Frau:

„Ach, Helmut, was soll das denn jetzt?“

Er schaute sie unverstanden an und weiß nicht was los ist, weiß nicht was er falsch gemacht haben könnte.

Beide haben ungute Gefühle, der eine ist genervt weil der andere es für seine Begriffe nicht richtig macht, und der andere weil er gemäßregelt wird, was für ihn vollkommen unverständlich ist. Er weiß nicht warum.

Besser wäre gewesen:

„Moment mal, Helmut, ein tolles Experiment, ich übernehm das gerade mal für Dich.“ Und wieder alles mit einem freundlichen Gesicht gesagt entschärft die Situation.

Man bringt es in Ordnung - und gut ist. Falls der Demente nachfragt, wiegelt man die Situation einfach herunter, so als sei es das Normalste von der Welt.

Der Demente kramt in seinem Kopf rum, um eine Situation zu meistern und findet einfach keine Lösung. Seine kognitiven Fähigkeiten sind eingeschränkt, wenn nicht gar komplett abhanden gekommen.

Kognitive Fähigkeiten umschreiben, einen komplexen Vorgang zu beherrschen ohne darüber nachzudenken.



Besser ist es, ihn einfach machen zu lassen und ihm hilfreich zur Hand zu gehen ohne Kommentar.

Wenn Sie ihn machen lassen, dann stellen Sie gleichzeitig fest wie weit er noch in der Lage ist selbständig zu sein.

Um die Situation so normal wie nur möglich zu handhaben, stellt man dem Dementen, zumindest im Anfangsstadium der Demenz, immer **eine geschlossene Frage**.

Das mit den geschlossenen Fragen hatte ich schon geklärt, aber es gibt noch eine Erweiterung der Wortwahl.

**„Na Liebling, wie fühlst Du Dich heute Morgen? Geht es Dir toll oder prima?“**

Oder:

**„Na Liebling wie fühlst Du Dich heute Morgen? Gut oder weniger gut?“**

Nun bestünde ebenso die Möglichkeit zu fragen:

**„Na Liebling, geht es Dir heute schlecht oder noch schlechter?“**

Ok, ich habe hier etwas übertrieben; kein Mensch würde so fragen, aber um es zu verdeutlichen reicht es allemal.

### **Merken Sie den Unterschied?**

Versuchen Sie so positiv wie nur möglich zu sein, benutzen Sie positive Worte, bauen Sie positive Worte in Ihren Sprachgebrauch ein.

**Worte die ich sehr gern benutze:  
Schön, toll, klasse, hervorragend, genial,  
super, sehr gut, gut, perfekt, wunderbar.**

Man kann so etwas erlernen, es ist eine Frage der Übung. Anfänglich wird es schwerer fallen, weil man erst nach den positiven Worten sucht, aber mit der Zeit spielt es sich ein, und dann flutschen sie nur so raus, als hätten Sie nie anders gesprochen.

Sie bemerken den Unterschied sofort.

Vermeiden Sie eine Überforderung beim Dementen.

Der Demente sollte die Möglichkeit bekommen alleine zu entscheiden. Das gibt ihm ein Gefühl von Selbständigkeit. Und lassen Sie ihm immer Zeit.

Ein gestandener Mann - und auf einmal im Umgang des täglichen Lebens vollkommen überfordert. Das ist nicht nur für den Mann selber sehr unangenehm, sondern auch für alle unmittelbar Beteiligten.

Die wenigsten Menschen kennen sich im Umgang mit Dementen aus und begehen deswegen den Irrtum, sich mit einem Dementen „normal“ weiter zu unterhalten.

Doch was passiert wenn der Demente nicht mehr folgen kann bei dem was die anderen ihm sagen oder von ihm verlangen?

Weil er nicht versteht was von ihm verlangt wird, reagiert der Demente ablehnend bzw. aggressiv. Und genau um diese Situation erst gar nicht zu provozieren, ist ein veränderter Sprachgebrauch bei einem Dementen von höchster Wichtigkeit.

Einem Dementen Vorwürfe zu machen ist das Letzte was man ihm antun sollte. Er bewältigt alles so gut wie er gerade noch kann, besser geht es nicht - und schon gar nicht wenn man ihm Vorwürfe macht. Das macht ihn nur aggressiv. Und um diese Aggressivität nicht auch noch aus der Reserve zu locken, sollte man derlei prekäre Situationen immer versucht sein herunter zu spielen.

Es ist nicht weiter schlimm, es tut niemandem weh, keiner ist zu Schaden gekommen. So auf eine Situation zu reagieren braucht allerdings Zeit und etwas Übung.

Doch der Erfolg stellt sich bei richtigem Sprachgebrauch recht schnell ein, und Sie werden es lieben, sich nicht mehr zu streiten, zu maßregeln oder sich zu nerven.

Es gibt noch einen ganz wichtigen Punkt bei der Betreuung von Dementen.

Stellen Sie **niemals** das was der Demente sagt in Frage.

**Es ist so wie der Demente es sagt,  
sprich:**

**Der Demente hat immer Recht.**

Er lebt mehr oder weniger in seiner eigenen Welt, und wenn das Blaue für ihn eben grün erscheint dann ist das so.

Was würde passieren wenn sie versuchen den Dementen davon zu überzeugen, dass das Blaue blau ist und nicht, wie er sagt grün?

Er würde sich nicht verstanden fühlen - und Sie, der Sie dem Dementen gegenüberstehen, würden sich auf eine Diskussion einlassen ohne gute Folgen.

Schließlich würden beide mit sehr unguuten Gefühlen voreinander stehen. Tun Sie sich das und dem Dementen bitte nicht an.

Lassen Sie es nicht so weit kommen, Sie haben es in der Hand, die angespannte Situation zu entschärfen, indem Sie gelassen reagieren.

Und natürlich ist es eine Übungsfrage, gelassen zu reagieren. Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen, und nichts passiert von allein, Sie haben es in der Hand.

Also lassen Sie ihn ruhig machen, aber bewerten Sie sein Tun nicht mehr.

## **Positiv motivieren ist erlaubt.**

Und ich setze noch einen drauf, egal was und wie der Demente etwas zustande bringt, versuchen Sie ihn so oft es nur geht zu **loben**.

Freuen Sie sich einfach über alles was der Demente noch selber zustande bringt. Es versteht sich von selbst, dass Ihre Freude echt sein sollte.

Für Sie sollten die Aktivitäten eine Messlatte sein was der Demente noch kann ohne Ihre Hilfe. **Motivation** und **gut zureden** ist bei einem Dementen gefragt, nichts anderes.

Im häuslichen Leben wird natürlich dann nichts mehr so sein wie es mal war. Sie werden mit gespaltenem Bewusstsein leben.

Auf der einen Seite Ihr Leben so wie Sie es kennen - und die andere Seite sollte immer ein Auge auf den Dementen haben. Das kann sehr anstrengend sein. Aber je länger Sie damit umgehen, umso einfacher wird es Ihnen fallen. Übung macht den Meister, wie bei allen Dingen im Leben.

**Der Demente lebt in seiner eigenen Welt; Sie brauchen nicht zu versuchen ihn an der Realität zu orientieren. Nehmen Sie ihn so wie er sich gibt, und machen Sie das Beste daraus.**

Ein sehr wichtiger Punkt sind die Hilfsmittel, die für Pflegebedürftige zur Verfügung gestellt werden.

Ganz oft höre ich:

„Ich geh doch nicht mit dem Ding auf die Straße, was sollen denn die Leute denken?“ - Gemeint ist der Rollator.



Wenn ich diese Äußerung vernommen habe, dann war ich immer versucht, die Vorteile dieser Hilfsmittel in den Vordergrund zu stellen.

Beispiel: „Frau/Herr Müller, sehen Sie es doch mal so, Sie haben immer Ihren Stuhl dabei und können sich, egal wo Sie sind, hinsetzen und ausruhen, Kraft schöpfen und wenn Sie sich ausgeruht haben weitergehen.“

Hilfsmittel wie ein Rollator sind einfach genial wenn man sie richtig zu nutzen weiß.

Ich bin immer versucht, diese Hilfsmittel schön zu reden; denn sie sind eine echte Hilfe im täglichen Leben wenn es eben nicht mehr so ohne weiteres geht.

Es hat auch ein Stück weit mit der Sicherheit zu tun, mit der Sicherheit des Dementen und der Sicherheit derer die den Dementen betreuen, ihn bei Spaziergängen begleiten. Was wäre wenn der Demente auf einmal nicht mehr laufen kann und Sie sich nicht in der Nähe Ihrer Wohnung oder Ihres Hauses befinden?

Der Dementen, den ich betreut habe, hatte zu seinem Leid seit seinem 19. Lebensjahr eine Unterschenkelprothese, was eine noch zusätzliche Behinderung darstellte.

Morgens habe ich ihn gewaschen bzw. geduscht. Ganz wichtig dabei ist, seine Anziehsachen als Paket gepackt bzw. sortiert komplett daliegen zu haben, damit man ein Stück nach dem anderen anziehen kann ohne unnötige Pausen zu haben.

Der Frau des Hauses ist es eben passiert, noch vor meiner Zeit bei der Familie, dass sie ein Anziehteil vergessen hatte und dann ihren Mann einfach auf dem Toilettenstuhl hat sitzen lassen, um das fehlende Teil zu holen.

Normalerweise geht das ja schnell, aber eben bei dieser Frau dauerte es etwas länger, weil sie war so herrlich unentschlossen und sich nicht sicher war, ob sie nun dieses oder doch besser jenes Teil nehmen sollte.

Bei einer solchen Situation kommt sich der Demente vor wie bestellt und nicht abgeholt. Ein wahrlich ungutes Gefühl macht sich breit.

Es ist im Umgang mit Dementen wichtig, sie ernst zu nehmen, als Persönlichkeit, als Mensch zu sehen und wahrzunehmen. Wenn ich einem Dementen das Gefühl von Unwichtigkeit oder gar Nebensache vermittele, dann habe ich bei ihm momentan erst mal verspielt, sein Vertrauen missbraucht. Er ist immer die Hauptperson um die es geht, nichts anderes hat Wert. Das hat etwas mit Respekt und Anstand zu tun, mit Akzeptanz.

Wenn ich einen Menschen wie eine Nebensache behandle, dann muss ich mich nicht über seine Reaktionen wundern. Mit Sicherheit gibt es da in der Lebensgeschichte der Eheleute einiges was sie zu den jetzigen Menschen hat werden lassen. Die klassischen Rollen die Mann bzw. Frau im Leben eben übernehmen.

Die Vorgeschichte interessiert mich eher am Rande, ich bin immer versucht die Menschen so zu nehmen wie sie sind, zu beobachten, um dann eine Strategie zu entwickeln die funktionaler ist.

Natürlich fallen mir als Außenstehende Dinge auf, die für die Betroffenen Alltag sind und auch nicht in Frage gestellt werden. Es ist so wie es ist. Die Frage für mich stellt sich, funktioniert es oder funktioniert es nicht gut?

Ich stehe da eher für die Funktionalität.

Wenn der tagtägliche Toilettengang zum Zitterakt wird weil der Mann nicht mehr weiß, was er zu tun hat, die nächsten Angehörigen gar nicht das eigentliche Problem erkennen - und somit eine ganz schön vertrackte Situation entstehen kann - dann hilft Aufklärung.

Beugen Sie dieser Situation einfach vor indem Sie eine geschlossene Frage stellen:

„Möchtest/en Du/Sie alleine zur Toilette, oder soll ich Dir/Ihnen lieber helfen?“

Und wenn der Demente es allein probieren möchte, dann lassen Sie ihn allein zur Toilette gehen.

Es gibt genau zwei Möglichkeiten was passieren wird, er schafft es oder er schafft es nicht - heißt, er muss nicht neu eingekleidet werden oder eben doch.

Da die Toilette mehrmals am Tag benutzt wird, sollte man für sich selber und den Dementen entscheiden.

Fünf Mal am Tag neu eingekleidet ist nicht die Norm die es zu erfüllen gilt. Also versucht man den Dementen davon zu überzeugen, dass es besser ist, den Toilettengang gemeinsam zu meistern.

Der Akt des sich Hinsetzens auf die Toilette, das alles wird auf einmal zum Problem.

Ich habe meinen Schützling immer bis hin zur Toilette gebracht, ihn dann herumgedreht, ihm dabei geholfen die Hose und Unterhose herunter zu ziehen, dann darauf geachtet, dass er sich an der Wandhalterung festhält, dass er sich richtig auf die Toilettenbrille setzt, dass alles an seinem Platz ist und nix danebengehen kann. Dann bin ich vor die Tür gegangen mit dem Hinweis, wenn er fertig ist zu rufen bzw. ich habe die Tür nicht zugemacht sondern durch einen kleinen Spalt geschaut und gewartet bis der Demente fertig war.

Wenn er fertig war, dann habe ich ihm geholfen beim Abwischen und beim wieder anziehen. Allein schon das Platzieren der Inkontinentvorlage war viel zu sehr verwirrend für den Dementen.

Sie als Helfer sollten die Ruhe bewahren, sie ausstrahlen. Ich für meinen Teil sage immer was ich vom Dementen will, damit er es tut.

Der Herr des Hauses ist zur Toilette gegangen und hat sich nicht genau davorgestellt sondern stand immer etwas schief vor der Toilette, so dass er sich beim Hinsetzen fast daneben gesetzt hätte.

Bei dieser Aktion muss man eingreifen; denn sonst würde es unweigerlich zu einem Unglücksfall kommen.

Also versucht man mit wenigen Worten den Dementen dahin zu bringen, dass er sich passgenau auf die Toilette setzt. Was es dabei zu beachten gilt, nicht zu viel reden, denn alles was Sie sagen, muss der Demente zeitnah verarbeiten. Bekommt er zu viel Worte gesagt, ist er genötigt diese Worte allesamt zu verarbeiten, was ihm im Laufe der Zeit immer schwerer fällt.

Reduzieren Sie es auf den Punkt, nicht mehr und nicht weniger.



Klare, deutliche Ansagen ohne viel drum herum zu reden sind hier gefragt. Nicht erklären warum, sondern kurz und präzise, einfache Worte verwenden. Damit sind Sie auf der sicheren Seite und für den Dementen eine Hilfe.

Was mir noch bei meiner Arbeit aufgefallen ist, die Menschen lachen viel zu wenig. Dabei ist Lachen überhaupt nicht schädlich; ganz im Gegenteil, es hat heilende Wirkung. Menschen nehmen sich und die Umwelt viel zu ernst. Mit einem Lächeln geht alles viel besser, einfacher, und es verursacht auch noch gute Gefühle. Dagegen ist doch nun echt nichts einzuwenden.

Wenn Sie den Dementen genau beobachten, dann können Sie einfach feststellen was gerade notwendig ist; der Demente verrät es, sein Körper spricht eine eigene Sprache.

Es ist anfänglich zwar sehr aufwendig, sich die Zeit zu nehmen und ihn zu beobachten, aber dadurch gelingt es Ihnen mehr und mehr, die Bedürfnisse des Demenzen zu erkennen und zeitnah zu befriedigen.

## **Was ist schöner als ein zufriedener Mensch!**

Ein noch viel wichtigerer Punkt sind natürlich Sie selber. Wenn Sie sich selber nicht die Zeit für Erholung zum Kraft schöpfen nehmen, dann werden Sie über kurz oder lang körperlich und nervlich abbauen, und es droht über kurz oder lang ein Zusammenbruch Ihrerseits.

Das ist der ganzen Sache nicht dienlich; denn sie werden gebraucht, als Helfer, Vertraute/r und Bezugsperson.

Also gehen Sie mit sich sorgsam um, gönnen Sie sich Ruhe und Entspannung wann immer es sich einrichten lässt.

Halten Sie Mittagsruhe. Wenn Sie nicht schlafen wollen, dann schließen Sie die Augen und ruhen sich aus. Denn die Arbeit mit einem Dementen ist anstrengend. Holen Sie sich Hilfe, geben Sie von Ihrer Arbeit ab, um selbst abschalten zu können, sich etwas zu erholen.

## **Einige Dinge die Sie auf jeden Fall tun sollten**

**Loben** Sie den Dementen bei sich jeder bietenden Gelegenheit.

**Beobachten** Sie den Dementen, das ist sehr hilfreich indem sie zeitgleich, zeitnah reagieren können.

**Hilfe** anbieten.

**Geschlossene Fragen stellen in der Anfangsphase der Demenz.**

**Sicherheit vermitteln** indem Sie für ihn da sind.

**Sprechen** (Satz, Pause, Satz, Pause) **wie** mit einem **erwachsenen Menschen**; denn das ist er ja auch, mit einem Defizit der Hirnleistung zwar, aber Sie überbrücken dieses Defizit indem Sie für ihn da sind, er braucht Sie.

**Zuhören** was der Demente zu sagen hat und folgen Sie seinen Gedankensprüngen.

**Bestätigen** Sie den Dementen in all seinen Handlungen, auch oder gerade wenn es mal danebengeht, egal in welcher Situation. Werden Sie zu seinem Verbündeten.

## **Einige Dinge die Sie auf keinen Fall tun sollten.**

**Keine Vorwürfe machen**, weil er vielleicht etwas nicht mehr kann, oder es ihm nicht mehr gelingt.

**Keine Hilfe aufdrängen.**

**Nicht diskutieren!** Wenn das Blaue vom Dementen als grün gesehen wird und auch von ihm so benannt wird, dann ist es so.

**Nicht unter Druck setzten** indem sie eine Antwort auf eine Frage einfordern.

**Keine offenen Fragen, wenn möglich verzichten sie gänzlich auf Fragen.**

**Kein Bevormunden** des Dementen. Er ist eine gestandene Persönlichkeit mit Defiziten, nicht mehr und nicht weniger.

**Nicht überfordern**, er bestimmt das Tempo.

Wenn sie mit dem Dementen sprechen, dann in kurzen, klaren Worten; mehr kann der Demente nicht verarbeiten.

Wenn der Demente etwas nicht sofort tut, nicht sofort reagiert, fordern sie es niemals ein, gehen Sie aus der Situation weg, und starten Sie nach einer gewissen Zeit einen Neuanlauf.

Orientieren Sie den Dementen an schönen Dingen, die er vielleicht früher schon gern gemacht, gesehen, gerochen bzw. gefühlt hat.

Nehmen Sie sich Zeit und hören was der Demente zu sagen hat. Bestätigen Sie ihn indem Sie einfach nur wohlwollend „ja“ sagen.

Gehen Sie mit dem Dementen spazieren so weit wie es noch möglich ist.

Erledigen Sie mit dem Dementen alltägliche Verrichtungen so viele wie nur möglich sind, binden Sie den Dementen in den Alltag mit ein.

Nun bin ich doch etwas vom Thema abgekommen; denn eigentlich sollte es doch um den Partner / Partnerin des Dementen gehen. Entschuldigung, so bin ich eben.

Menschen ändern sich im Alter nur sehr ungern, aber im Umgang mit Dementen ist es unablässig, eine andere Gangart einzulegen, zu beginnen.

Weil der Demente eben nicht mehr so ist wie er früher mal war. Die Selbständigkeit ist weg, es funktionieren nicht mehr alle Dinge ohne Hilfe, fremde Hilfe.

Schuhe anziehen und die Schnürsenkel zubinden, alles Dinge die der Demente früher aus dem ff beherrscht hat.

Die Gelenkigkeit, sich bücken zu müssen, den Schuhlöffel richtig zu positionieren im Schuh gerade an der Prothesenseite. Alles geht sehr langsam oder viel langsamer als es früher mal war.

Um dem Dementen aber wirklich hilfreich zur Seite zu stehen, lassen Sie ihn das wirklich erst selber ausprobieren ob er es noch kann. Es kommt einem selber dann wie eine kleine Ewigkeit vor, daneben zu stehen und nichts zu machen, sondern abzuwarten bis es vom Dementen vollbracht ist. Halten Sie durch, es lohnt sich durchaus.

Dem Herrn des Hauses war es dann nach Gartenarbeit, also haben wir gemeinsam Gartenarbeit verrichtet, Laub vom Rasen geharkt. Ich immer an seiner Seite, selber mit einer Harke bewaffnet.

Er muss selber seine Grenzen feststellen. Dadurch, dass ich bei ihm war, hätte ich jederzeit Hilfe holen können wenn etwas passiert wäre.



Jeden Tag sind wir spazieren gegangen, zweimal. Das erste Mal vormittags – und, wie gesagt, der Rollator war unser ständiger Begleiter, weil er die Möglichkeit des sich Hinsetzens, Ausruhens geboten hat egal wo wir gerade waren.

Das zweite Mal sind wir dann nachmittags losgelaufen. Das hat die Kondition sehr gefördert. Wenn der Herr zu Anfang meiner Betreuung ca. 20 Meter gehen konnte und danach fertig auf der Bereifung war, haben wir zum Schluss Touren von mehreren Kilometern absolviert, versehen mit Sitzpausen.

Es ging dann sogar so weit, dass ich den Rollator geschoben habe und der Herr an Gehstützen neben mir gegangen ist. Je nachdem wie es ihm war, hat er eine oder beide Gehstützen benutzt. Und er hat erzählt, aus seinem Leben, und ich habe ihm zugehört. Zuhören ist sehr wichtig, Sie lernen den Dementen besser kennen.

Aber nun wieder zum Partner bzw. Partnerin eines Dementen. Nehmen Sie sich die Zeit und reden, klären auf, immer von zwei Seiten betrachtet. Nichts ist mehr so wie es mal war.

Einer Ehefrau zu erklären, sie sollte sich ihrem Partner/Ehemann nun anders gegenüber verhalten, bedarf eines Feingefühls besonderer Art. Denn Sie stellen alles in Frage, alle oder viele ihrer Handlungen, Aussagen, Ansagen.

Wie sie diese Ansagen, Handlungen und Aussagen bisher getätigt hat, das alles gilt es auf die Bedürfnisse des Dementen umzuwickeln.

Vorbeugen ist eine sehr gute Gelegenheit, eine peinlich werdende Situation zu vermeiden.

Der Demente frühstückt, seine Motorik ist nicht mehr die beste. Also besteht die Möglichkeit, dass ihm etwas auf seine Anziehsachen fällt und einen oder mehrere Flecke hinterlässt. Für Kleinkinder benutzt man ein Lätzchen, bei einem Dementen tut es ein Geschirrhandtuch. In den Heimen werden mega große Lätzchen (Schürzen) benutzt.

Legen Sie dem Dementen ein Geschirrhandtuch über den Schoß mit der Ansage seine Anziehsachen zu schonen falls etwas, dank der Schwerkraft, herunter fällt. Kein Dementer möchte mit vollgekleckerten Anziehsachen durch die Gegend laufen, nicht mal zu Hause. Jeder hat das Bedürfnis, saubere Anziehsachen zu tragen.

Zu Anfang legen sie ihm das Geschirrtuch oder die Serviette auf den Schoß. Dann etwas später sollten Sie versuchen, das Geschirrtuch neben seinem Teller, Brettchen hinzulegen - in der Hoffnung der Demente nimmt das Tuch und legt es sich selber über den Schoß. Sie dürfen ihn dazu auffordern es selber zu tun.

Das nennt man konditionieren. Sie konditionieren, dass der Demente es selber tut. Immer wiederkehrende Prozesse, Handlungen werden somit konditioniert ohne ein Wort des Bewertens.

## **Genau zuhören.**

Ein Beispiel soll helfen.

Es ist Mittagszeit, und die Tochter des Hauses ist zu Besuch.

Sie fragt ihren Vater: „Soll ich Dir auf tun?“

Der Demente antwortet: „Nein.“

Die Tochter des Hauses tut ihm trotzdem Essen auf seinen Teller.

Nun hätte ich sofort etwas sagen können, mein Veto einlegen können, stimmt's?

Ich hätte, aber ich habe nicht; denn was wäre passiert?

Es wäre eine unaushaltbare Situation entstanden.

Um diese zu vermeiden, habe ich mir die Tochter später als sie allein war, zur Seite genommen und sie gefragt ob ihr überhaupt aufgefallen ist was sie da eben fabriziert hat. Es war ihr wirklich nicht aufgefallen; denn sie hat das schon immer so gemacht. Man lese und staune.

Sicherlich war ihr Interesse nicht die Bevormundung ihres Vaters, sondern eher das des Helfenwollens gewesen.

Aber wenn man die Situation durchleuchtet, Revue passieren lässt, hat sie ihren Vater wie ein unbeholfenes Kleinkind sitzen lassen.

Klingt jetzt sehr hart, aber genau das ist passiert. Ich habe den Vater beobachtet, sein Gesicht sprach Bände.

Und nun mal unter uns, was wäre dabei, wenn dem Vater beim sich Auftun etwas auf den Tisch gekleckert wäre?

Abgesehen davon, dass wir in der Küche gegessen haben und der Tisch eine abwaschbare Tischdecke hatte - selbst wenn es in der guten Stube gewesen wäre und die weiße Tischdecke einen Fleck bekommen hätte.

In der Küche wäre es ein Fall von Abwaschlappen geworden und in der Stube die Tischdecke ein Fall für die Waschmaschine.

Alle beiden Sachen sind absolut nicht gefährlich, nicht lebensbedrohlich; ärgerlich ok, aber mehr auch nicht.

Die normale bisherige Variante der Reaktion wäre wohl eine sehr vorwurfsvolle Äußerung in Form von:

„Ach Helmut, was hast Du denn da schon wieder gemacht?“ gewesen.

Die neu zu erlernende Variante der Reaktion auf dieses Missgeschick sollte sein:

„Das ist nicht weiter schlimm, kommt in die Waschmaschine, oder ich wische es dann weg“ (Punkt).

Punkt im wahrsten Sinne des Wortes.

Sie können förmlich sehen wie dem Dementen ein Stein vom Herzen fällt.

Und genau das ist der Punkt im Umgang mit einem dementen Menschen, versuchen Sie ihm so viele Peinlichkeiten wie nur möglich zu ersparen indem Sie cool reagieren, gelassen mit Ruhe und nicht mit Vorwürfen.

Wandeln Sie eine Peinlichkeit in einen Lapsus um.

Machen Sie sich und dem Dementen das Leben nicht noch schwerer als es für ihn und Sie sowieso schon ist, sondern versuchen Sie bei allem etwas mehr Spaß zu haben.

Lachen ist die beste Medizin. Das ist ein so altes Sprichwort solange die Menschheit existiert.

Viel Spaß beim sukzessiven Umsetzen. Es geht alles nur in kleinen Schritten voran. Wenn man jahrelang eine andere Art der Kommunikation miteinander gepflegt hat, dann wird es nicht einfach sein, all das mit einem Mal umzuwerfen, anders zu gestalten. Doch seien Sie versichert, sobald Sie in der ersten Situation richtig reagiert haben, in sich hineingehört und dem Dementen ins Gesicht gesehen haben, werden Sie feststellen wie wunderbar, vollkommen stresslos man miteinander umgehen kann.



Sie können sprichwörtlich im Gesicht des Dementen ablesen, dass ihm ein Stein vom Herzen fällt, zumindest wenn die Demenz noch nicht weit fortgeschritten ist.

Der Demente weiß wohl, dass etwas mit ihm nicht mehr stimmt, nur er weiß nicht mehr was das sein könnte, er ist also schon sehr verunsichert in seinem Tun und Handeln.

Tun Sie sich und ihm den Gefallen und bestärken Sie ihn in seinem Handeln, das ist gut für sein Selbstbewusstsein. Denn glauben Sie mir, das Selbstbewusstsein eines Dementen hat stark gelitten.

Es dauert eben alles etwas länger; haben Sie Geduld.

Und nochmals mein Appell an die pflegenden bzw. betreuenden Angehörigen:  
Holen Sie sich Hilfe, versuchen Sie abzuschalten wann immer sich die Gelegenheit bietet.

Arrangieren Sie sich mit dem Dementen, vielleicht kann man das eine oder andere Hobby wieder aufleben lassen, wenn auch nicht mehr so intensiv wie früher, aber selbst wenn es nur ansatzweise wieder zum Leben erweckt wird, ist das allemal besser als einen vor sich Dahinsiechenden an seiner Seite zu wissen.

Der Herr des Hauses hat früher im Ort die Mandolinen- Gruppe geleitet und unterrichtet.  
Mit allem drum und dran!

Und eines lieben schönen Tages steht er bei einem Nachbarn vor der Tür mit seiner Mandoline in der Hand, die Saiten überkreuzt aufgespannt und weiß nicht mehr was und wie er es fertig bringen soll.

Jetzt versuchen Sie sich mal in die Lage hineinzusetzen. Sie haben ein schönes Hobby und auf einmal können Sie es nicht mehr, nichts geht mehr, Sie wissen einfach nicht mehr was sie machen sollen, wie es richtig ist.

Und wie wunderschön ist es dann mit anzusehen, wenn der Herr des Hauses auf einmal die Mandoline von seiner Frau in die Hand gedrückt bekommt und er ein paar Töne hervorzaubert.

Wie wunderschön ist es mit zu erleben dass auf einmal wieder eine oder zwei Runden Rommé gespielt werden. Früher wurden ganze Abende lang Rommé gespielt. Das geht natürlich nicht mehr, weil es sonst zur Überanstrengung führen würde.

Immer aufpassen dass es noch Spaß macht. Wenn man Aktivitäten übertreibt, kommt es unweigerlich zu einer Überforderung, und dann wird es meist in Aggression umschlagen bzw. in totalen Rückzug, ein In- sich- kehren. Nicht mehr ansprechbar, reagiert auf alles und jeden mit Aggression.

Vermeiden Sie also derart absehbare Situationen schon im Vorfeld.

Wenn Demente aus ihrem früheren Leben erzählen, könnte man gewillt sein und behaupten, dass da nix von einer Demenz zu spüren ist.

Dabei bemerkt man auch nicht, dass der Demente eben dement ist; denn alles aus seiner Vergangenheit ist im Langzeitgedächtnis abgespeichert und eben noch abrufbar. Man könnte dann wirklich versucht sein zu sagen:

**„Mensch dem fehlt doch gar nichts.“**

Die Hirnleistungsdefizite beschränken sich auf die täglichen Verrichtungen, die eben urplötzlich nicht mehr von selbst erledigt werden können. Der Gang zur Toilette, das was eben erst gesagt wurde, sie finden nicht mehr den Weg in das Langzeitgedächtnis. Sie passieren - und im nächsten Augenblick sind sie schon wieder vergessen.

Die Sehleistungen eines Dementen lassen stark nach. Ein Grund, weil weiße Fliesen an der Wand und weiße Badkeramik davor, sprich von der Toilette, vom Dementen nicht mehr erkannt werden.

Ja sicher ist es modern, weiße Fliesen und weiße Badkeramik zu haben, es sieht auch wunderbar schön und sauber aus, das ist gar keine Frage. Nur wie kann man das für einen Dementen vielleicht etwas erträglicher gestalten?

Man könnte einen Baum hinter das Pissoir malen oder kleben. Männer schlagen gern am Stamme eines Baumes ihr Wasser ab.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg beim Umsetzen meiner Vorschläge, Anregungen, und ich bitte Sie, nicht vorzeitig aufzugeben. Der Weg ist mit Sicherheit nicht einfach, doch wenn Sie erst einmal ein paar Schritte darauf gegangen sind und Erfolg hatten, dann wird es von Mal zu Mal noch einfacher - und letztendlich für Sie eine Entlastung. Weil Sie dann akzeptiert werden, wieder Vertraute/r werden und es die Aggression außen vor lässt.

Gibt es etwas Schöneres als einander zu verstehen?

Ja es gibt etwas Schöneres, die Liebe. Die Liebe hat Sie bis jetzt aushalten lassen. Nun haben Sie Werkzeug erhalten, um die Liebe wieder sichtbar zu machen, um sie noch mehr zu transportieren.

Einen sehr guten Rat habe ich noch für Sie: „Fangen Sie bitte wieder an zu lachen; denn Lachen ist die beste Medizin die es gibt und sie kostet nicht einen Euro.“

Egal was für eine Situation sich Ihnen auch bietet, sein Sie bemüht, es nicht so ernst zu sehen, machen Sie sich über vertrackte Situationen lustig, spielen Sie sie ins Lächerliche. Sie werden sehen, man fühlt sich damit doch viel wohler als wenn man alles zu ernst nimmt.

## **Mini Mental Test**

Wenn Sie wissen möchten ob Demenz bei Ihrem Schützling der Auslöser für die Defizite ist, dann spielen Sie ein Frage- und-Antwortspiel auch als **Mini Mental Test** bekannt.

Hierbei nutzen Sie allerdings die OFFENE Fragestellung, und vergessen Sie nicht, sich für JEDE Antwort zu bedanken - selbst wenn die Antwort verkehrt ist.



Wissen/weiß Sie/Du welcher Tag heute ist?

Wie ist das heutige Datum?

Welches Jahr ist denn überhaupt?

Wie heißt die Stadt in der Sie/Du wohnen/wohnt?

In welchem Ort sind/bist Sie/Du geboren?

Welche Jahreszeit ist denn jetzt gerade?

Wie viel Uhr ist es?

Lassen Sie den Dementen eine Uhr aufmalen. Die Uhr sollte vom Dementen selber gestaltet werden mit all den Stunden, und dann soll er eine bestimmte Zeigerstellung passend zu einer Uhrzeit einzeichnen.

Das sind alles offene Fragen. Wenn Sie nun Ihren Schützling beobachten, dann werden Sie feststellen wie der Demente anfängt zu überlegen, zu grübeln - oder er wird gar nichts sagen. Es besteht natürlich die Möglichkeit, dass ihm das eine oder andere einfällt, auch das ist möglich.

Durch diese Art der Fragestellung werden dem Dementen seine Defizite aufgezeigt. Er wird früher oder später anfangen, sich dagegen zu wehren indem er es in Frage stellt was mit ihm gerade gemacht wird. Er oder sie wird echauffiert darauf reagieren, brüskiert bzw. beleidigt. Diese Situation ruft ein sehr ungutes Gefühl beim Dementen hervor.

Normalerweise stellt der Amtsarzt bzw. der Hausarzt oder ein Neurologe den Grad der Demenz fest. Also obliegt es nicht Ihnen, ein Gefühl des Unwohlseins beim Dementen hervorzurufen.

Manchmal möchten die Angehörigen aber einfach für sich selber wissen wie der Stand der Dinge ist - und da denke ich, einfach mal eine offene Frage gestellt, gibt Ihnen die Einsicht in den Stand. So lange Sie den Dementen nicht täglich mit derlei Fragestellungen quälen, ist es in Ordnung. Denn bedenken Sie immer, dass offene Fragen ein Unwohlsein hervor rufen beim Dementen.

Wenn so eine Befragung durch den Pflegedienst bzw. den Amtsarzt stattfindet, dann halten Sie sich in der Nähe auf, um gegebenenfalls zu Hilfe zu eilen. Sie werden feststellen, dass der Demente sich hilfesuchend umschaut. Er braucht Sie; denn niemand kennt ihn so gut wie Sie wenn Sie ihn sorgfältig, allerdings nicht provozierend beobachtet haben.

Jede Information ist wichtig für Sie. Sie werden durch Ihre Beobachtungsgabe mehr und mehr den Dementen verstehen und interpretieren können. Geben Sie Ihr Wissen weiter; denn um so mehr Menschen wissen wie der Demente tickt; umso einfacher wird die Arbeit, die Betreuung eines Dementen.

Wenn Sie für das Wecken verantwortlich sind dann probieren Sie doch folgendes aus:

Der Demente öffnet seine Augen, und in dem Moment wünschen Sie ihm einen wunderschönen guten Morgen und legen ihm seine Lieblingsmusik auf.

Es obliegt Ihnen, ob nun erst ein Frühstück im Bett veranstaltet wird oder ob Sie gleich zur Tagesordnung mit der Morgentoilette übergehen. Vielleicht entscheiden Sie sich erst für ein Wassertrinken im Bett, dann der Morgentoilette und dann dem Frühstück. Entscheidend ist über wie viel Kraft der Demente noch verfügt.

Denn gehen sie davon aus, dass früher oder später jede Art der Handlung bzw. Beschäftigung den Dementen Kraft kostet, also anstrengend für ihn sein wird. Er kann dann einfach nicht mehr und benötigt Ruhe, um wieder Kraft zu schöpfen.

Sie können den Dementen bis an seine Grenzen führen, doch dann kommt unweigerlich der Zusammenbruch. Ihr Part ist, das zu bedenken und einen so gekonnten Tagesablauf wie nur möglich zu gestalten.

Selbst wenn der Demente von seiner Umwelt als „krank“ bezeichnet wird, tun Sie sich und dem Dementen den Gefallen und denken nicht so über ihn.

Der Demente ist ein Mensch wie jeder andere auch, mit dem Unterschied, dass sein Kurzzeitgedächtnis nicht mehr so gut bis gar nicht mehr funktioniert.

Gönnen Sie sich und dem Dementen immer wieder Ruhephasen, wobei Ihre Ruhephase in eine des Beobachtens übergeht. Nur so bleibt gewährleistet, dass der Demente optimal betreut wird.

Es ist eine sehr langsame Angelegenheit mit der Demenz. Wundern Sie sich über gar nichts.

Manchmal gibt es ein Hoch, und Sie könnten in die Verlegenheit geraten sich zu wundern, wie denn nun wieder längst verschüttete Gedanken in das Jetzt und Hier rutschen können. Nehmen Sie es einfach hin und freuen sich darüber. Sparen Sie nicht mit Lob für „Alles“ was der Demente selber und aus eigenem Antrieb schafft.

Durch Ihr Loben gewinnen Sie das Vertrauen jeden Tag aufs Neue.

Sie fangen immer wieder bei Null an; glauben und hoffen Sie nicht, aufbauen zu können. Erfreuen Sie sich an allem was der Demente aus eigenem und angeschobenem Zustand zustande bringt.

Unternehmen Sie mit Ihrem Schützling so viele angenehme, schöne Dinge wie es nur möglich ist.

Machen Sie Kaffeefahrten, gehen sie gemeinsam spazieren, betrachten sie die Schönheit der Natur, beobachten sie Tiere.

Die demente Dame, bei der ich gearbeitet habe, hatte zu ihren besseren Lebenszeiten einen Königspudel. Besorgen Sie jemanden mit einem Königspudel - und Sie werden ein kleines Wunder erleben.

Bauen Sie Hundekuschelstunden in den Tagesablauf ein. Sie werden bemerken wie lange diese Zeit andauern darf, ohne dass sie zu anstrengend für den Dementen wird.

Wenn Sie in das Gesicht schauen sobald das Tier da ist und vom Dementen berührt wird, dann entspannen sich sofort die Gesichtszüge zu einem friedlichen Ausdruck.

Es ist faszinierend, das zu beobachten, mit dabei zu sein.

Versuchen sie den Dementen bei allem was sie gemeinsam erledigen, auf Dinge aufmerksam zu machen, sprechen Sie es an, der Demente wird es nicht mehr tun, dafür ist er viel zu sehr in sich gekehrt.

Halten Sie ihm allerdings keine langen Predigten, sondern fassen Sie es in kurze, präzise Sätze.

Wenn Ihr Schützling traurig ist, dann holen Sie ihn in seiner Traurigkeit ab und versuchen Sie ihn dann umzulenken in eine angenehme Situation. Genauso verhält es sich bei einem Dementen wenn er wütend ist, holen Sie ihn in seiner Wut ab.



Einfühlsamen Menschen gelingt dies automatisch, sie sind in der Lage den Dementen zu spiegeln, ihn aus der Lebenssituation in der er sich gerade befindet abzuholen.

Ein Beispiel soll helfen:

Der Demente schaut sehr traurig. Dann nähern Sie sich dem Dementen und sagen: „Sie sind sehr traurig, Frau/Herr Müller?“ Stellen Sie sich beim Annähern nicht direkt vor den Dementen sondern besser etwas seitlich zu ihm bzw. setzen sich zu ihm und begegnen Sie ihm auf gleicher Augenhöhe. Berühren Sie den Dementen an einer unverfänglichen Stelle.

Dann bieten Sie dem Dementen etwas an, in der Art wie: „Lassen Sie uns doch gemeinsam einen Spaziergang machen, hätten Sie jetzt darauf Lust oder wollen wir etwas anderes schönes unternehmen?“

Der Demente wird darauf reagieren, vielleicht nicht gleich und sofort, also geben Sie ihm Zeit sich darauf einzulassen.

Wenn Sie können, unternehmen Sie gemeinsam mit dem Dementen Fahrten mit dem Auto, vielleicht an schöne Orte die der Demente früher schon gern besucht hat.

Es gibt so viele Möglichkeiten, dem Dementen eine Freude zu bereiten. Lesen Sie ihm vor, aus der Tageszeitung oder Kurzgeschichten.

Singen sie mit dem Dementen, Sie werden sich wundern wie textsicher der Demente bei alten Volksliedern ist. Die Texte wurden früher auswendig gelernt, davon kann sich so manch einer eine Scheibe abschneiden.

Besuchen Sie mit dem Dementen die Kirche an Heilig Abend oder zur Sonntagsmesse wenn er denn gläubig ist, und wenn er es möchte; drängen Sie ihm nichts auf.

Hört der Demente gern Musik, welche Musik? Kann man vielleicht sogar ein Tänzchen wagen? Wenn das richtige Tanzen nicht mehr funktioniert weil die Kondition fehlt, dann darf man auch im Sitzen tanzen, das geht genauso gut und der Körper ist in Bewegung, in harmonischer Bewegung zur Musik.

Holen Sie den Dementen aus seinem Schneckenhaus, selbst wenn es nur ansatzweise klappt - und das immer wieder und wieder.

Das Gesicht eines Dementen zeigt pure Unsicherheit, nehmen Sie Ihrem Schützling diese Unsicherheit indem sie für ihn da sind, ihn unterstützen, sein Sprachrohr zur Umwelt sind.

Unmittelbar Verwandte haben ein sehr großes Problem damit, nicht mehr erkannt zu werden bzw. auch jahrelange Freunde verstehen das nicht. Sie können es nicht verstehen wie so etwas sein kann.

Klären Sie sie bitte im Umgang mit Dementen auf, das erspart viel Leid.

Wenn Sie Arztbesuche zu absolvieren haben, lassen Sie Ihren Schützling nie aus den Augen bzw. von der Hand. Denken Sie daran - der Demente wird sich nicht für seine Belange einsetzen können, Sie für ihn schon.

Bei der Essenszubereitung achten Sie bitte darauf, dass es dem Dementen so leicht wie nur möglich gemacht wird. Wenn der Demente noch mit Ihnen kommuniziert, fragen Sie ihn wie er sein Fleisch haben möchte, finden Sie heraus was er sehr gern isst. Bereiten Sie ihm eine Freude, indem Sie auf seine Bedürfnisse eingehen.

Falls der Demente schon nicht mehr in der Lage ist mit Ihnen zu kommunizieren, dann bereiten Sie ihm sein Essen in mundgerechten Happen zu.

Später wird es dann so sein, dass der Demente nicht mehr allein essen kann, er weiß nicht mehr wie das mit Messer und Gabel funktioniert.

Also geben Sie ihm die Gabel in die Hand, gerade so als könnte er noch allein die Nahrung aufnehmen. Dann umschließen Sie mit Ihrer Hand die Besteckhand und führen Sie so das gefüllte Besteck zum Mund des Dementen. Wenn dieser erste Punkt erfolgreich war, wird das Essen für den Dementen dann meist zum Selbstläufer, und er nimmt seine Nahrung selbständig auf.

Setzen Sie sich neben den Dementen, und nehmen Sie die Mahlzeiten mit ihm gemeinsam ein. So sind Sie immer in der Lage zu beobachten und bei gegebenem Anlass einzugreifen, ohne zu bevormunden, versteht sich von selbst.

## Hilfsmittel

Wenn der körperliche Verfall einsetzt, sind Sie in der Lage, über sämtliche Hilfsmittel zu verfügen. Bedingung hierfür ist das Ausstellen eines Rezeptes vom Hausarzt, natürlich nach Absprache der Bedürftigkeit des Dementen. Diese Rezepte für Rollator, Nachtstuhl, Rollstuhl reichen Sie bei einem Sanitätshaus Ihrer Wahl ein, und dann werden die Hilfsmittel recht schnell geliefert.

Wenn das Bett nicht mehr so komfortabel ist, weil es zu niedrig ist, dann lassen Sie sich ein Rezept über ein Pflegebett ausstellen. Diese Pflegebetten sind höhenverstellbar und erleichtern das Ein- und Aussteigen aus und in das Bett ungemein.

Wenn der Demente Harn- bzw. Stuhl-inkontinent ist, bekommen Sie ebenfalls auf Rezept geeignete Vorlagen.

Benutzen Sie die Hilfsmittel, sie sind für Sie und vor allem für den Demenzen im wahrsten Sinne des Wortes eine sehr große Hilfe. Und Sie erhalten dadurch die Mobilität des Demenzen für einen sehr langen Zeitraum. Ansonsten würde der Demenze sein Dasein nur noch in seinen eigenen vier Wänden fristen - es geht aber nichts über einen Spaziergang an frischer Luft, egal ob im Frühling, Sommer, Herbst oder Winter. Die Ausgedehtheit / Länge der Spaziergänge richtet sich prinzipiell nach dem Befinden des Demenzen und der witterungsangepassten Kleidung.

Nehmen Sie für alle Fälle etwas zum Trinken und Vorlagen bei Inkontinenz mit, seien Sie gerüstet für den Fall der Fälle. Es erspart Ihnen und dem Demenzen Peinlichkeiten.

Nutzen Sie die Angebote mobiler Pflegedienste, um die Morgentoilette abgenommen zu bekommen, wenn es Ihnen selber schwer fällt.

Probieren Sie aus wie und ob Ihr Schützling in eine Tagesbetreuungsgruppe passt/integriert werden kann. Ob ein Abhol- bzw. Bringdienst angeboten wird.

Nutzen Sie die Zeit, in der Ihr Schützling anderweitig betreut wird, um sich selber etwas Gutes zu tun. Schöpfen Sie neue Kraft, tanken Sie auf; Sie benötigen diese Kraft dringend, um weiterhin durchzuhalten. Es nützt niemandem, wenn Sie zusammenbrechen und selber in ein Krankenhaus eingeliefert werden, weil Sie sich übernommen haben.



## **Pflegetagebuch**

Nehmen Sie sich die Zeit und führen ein Pflegetagebuch. Das kann ein ganz einfaches DIN A4 Buch/Heft sein in dem Sie auf der rechten Seite den Tagesablauf eintragen, angefangen vom Aufstehen, über das Frühstück, was und wie viel gegessen bzw. getrunken wurde. Die Uhrzeit nicht vergessen dazu zu schreiben, wie lange hat was gedauert. Auf der linken Seite notieren Sie für sich die Aktivitäten des Tages oder besondere Vorkommnisse, Freude, Traurigkeit des Demenzen.

Selbst wie oft Ihr Schützling die Toilette benutzt, ob mit oder ohne Hilfe. Notieren Sie einfach alles, um für sich selber bzw. wenn es denn dann bei der Beantragung einer Pflegestufe zur Sprache kommt, vorzeigen zu können wann - und wie oft Sie Ihrem Schützling hilfreich zur Seite stehen. Ob er in der Lage ist selbständig Dinge, Abläufe zu beherrschen oder ob es von Nöten ist, dass Sie den Demenzen auffordern etwas zu tun

bzw. sie ihm zum Beispiel die Anzihsachen darreichen. Das alles ist Pflege- bzw. Betreuungszeit, die letztendlich entscheidend ist bei der Einstufung in die Pflegestufe.

Wenn Sie den Dementen täglich fünf mal beim Gang zur Toilette führen, weil er die Toilette selber nicht mehr findet, oder er körperlich so weit eingeschränkt ist, dass er den Gang zur Toilette nicht mehr selbständig absolvieren kann, dann ist das Pflege- bzw. Betreuungszeit.

Wenn Sie nachts den Dementen zur Toilette begleiten, weil es ihm unmöglich ist die Ente zu benutzen, aus welchem Grund auch immer er das Teil nicht benutzt, entweder hat er es nie gelernt oder es ist ihm alles daneben gegangen und das kann wiederum schon vom Ansatz her Aggressivität auslösen.

Oder es ist nicht möglich, den Toilettenstuhl für die Nacht im Schlafzimmer zu platzieren; also bleiben nur der Gang zur Toilette - und das eben in Begleitung, dann ist das Pflege- bzw. Betreuungszeit.

Notieren Sie einfach alles, tun Sie es; denn kein Mensch kann sich alles merken.

## **Sterben**

Nun noch ein Thema welches von den meisten Menschen als sehr unangenehm empfunden wird - das Sterben.

Wie möchten Sie gern sterben? Ohne Schmerzen versteht sich von selbst, aber wo wollen Sie Ihre letzte Reise beginnen?

Wollten Sie Ihre letzte Reise im Krankenhaus antreten, vielleicht noch auf dem Flur, in den Gängen eines Krankenhauses? Bestimmt nicht, oder?

Haben Sie keine Angst, einen Menschen der sich auf seiner letzte Reise befindet, zu Hause in seiner gewohnten Umgebung diese Reise antreten zu lassen.

Sterben müssen wir alle, irgendwann mal. Dieses Thema wird so gern verdrängt; dabei werden wir geboren um irgendwann zu sterben.

Gestalten Sie diese letzte Reise so angenehm wie möglich, vermeiden Sie eine Klinikeinweisung weil Sie sich überfordert fühlen. Wenn nötig holen Sie sich für diesen letzten Akt Hilfe ins Haus.

Es gibt ehrenamtliche Sterbebegleiter die Ihnen gern zur Seite stehen, Ihnen helfen einen Teil der Last zu tragen. Ordern Sie diese Hilfe wenn notwendig. Es handelt sich meist um ehrenamtliche Mitarbeiter des ortsansässigen Hospizes.

Fragen Sie nach Sterbebegleitung!

Es gibt mittlerweile Stellen, die Ihre Angehörigen begleiten, die zu Ihnen nach Hause kommen, Sie unterstützen, vor allem nachts; denn Sie können beim besten Willen nicht 24 Stunden präsent sein.

Bedenken Sie, dass wenn Sie den Dementen einweisen lassen, die Ärzte versucht sein werden Leben zu erhalten. Was nichts anderes heißt, der Demente wird an Maschinen und Anlagen angeschlossen, es werden ihm Zugänge gelegt.

## **Ist es das was der Demente wirklich wollte?**

Es gibt die Möglichkeit einer Patientenverfügung in der die Vorgehensweise geregelt ist.

**Wenn es Sie selber betreffen würde, was würden Sie für sich wollen was mit Ihnen passiert?**

## **Bei wem beantrage ich welche Leistung?**

Erst einmal muss die Diagnose Demenz gestellt werden. In den meisten Fällen stellt diese Diagnose der Hausarzt. Wenn der Hausarzt sich nicht sicher ist, dann überweist er seinen Klienten an einen Neurologen, der mit Sicherheit eine Diagnose in Bezug auf den Grad der Demenz stellen kann.

Welche Medikamente werden verabreicht?  
Können Präparate gestrichen oder ersetzt werden?

In welchem Stadium befindet sich der Demente?

Liegt eine Form der Depression vor?

Ist der Mensch sehr umtriebig, ruhe- und rastlos?

## **Nächster Schritt Pflegekasse**

Formloser Antrag an die Pflegekasse mit der Bitte um Einstufung. Ist im Regelfall nach 4 bis 6 Wochen erledigt.

## **Wichtig beim Hausbesuch der MDK**

Es sollte noch eine Person Ihres Vertrauens anwesend sein. Haben Sie alle Unterlagen zur Hand? Sämtliche ärztlichen Gutachten.

Der momentane Medikamentenbedarf.

Das Pfl egetagebuch, ganz wichtig. Benennen Sie dem Gutachter alles was schiefgelaufen bzw. nicht „normal“ abgelaufen ist. Färben Sie nichts schön, weil es Ihnen vielleicht peinlich ist.

Wenn Sie den Menschen mit Demenz zur Toilette begleiten müssen, weil er den Weg nicht mehr findet oder weil er es ohne fremde Hilfe nicht mehr selber zustande bringt - sagen Sie das dem Mitarbeiter vom MDK. Sicherlich ist es peinlich, so etwas einer vollkommen fremden Person zu erzählen, aber Sie büßen womöglich eine ganze Pflegestufe ein wenn Sie die Peinlichkeit nicht benennen.



Als **nächster Schritt** kommt die Beantragung auf finanzielle Unterstützung für Umbaumaßnahmen dran.

Es gibt ehrenamtliche Wohnraumberater; die kommen zu Ihnen nach Hause und sagen Ihnen welche Anträge sie in genau welcher Formulierung und in genau welchem Zeitabstand zu stellen haben.

Pro Umbaumaßnahme stehen Ihnen 2.250,00 € zu.

### **Nächster Schritt: Betreuungsgeld**

Selbst bei Pflegestufe 0 können Sie Betreuungsgeld beantragen.

Wenn Demenz diagnostiziert ist, haben Sie auf jeden Fall Anspruch auf Betreuungsgeld.

Betreuungsgeld beantragen bei der Pflegekasse. Es gibt 100,00 € bzw. 200,00 € monatlich, und die Höhe ist abhängig vom Grad der Demenz und dem Betreuungsaufwand.

Es entstehen mehr und mehr Tagesbetreuungseinrichtungen, die in Bezug auf Demenz geschult sind. Wichtig!

Erkundigen! Holen die Mitarbeiter die Leute ab oder muss man sie bringen. Kosten klären, wie viel kostet ein Tag in der Woche.

### **Nächster Schritt: Örtliche Hilfe**

In vielen Städten gibt es Seniorenpflegebüros bzw. Pflegestützpunkte. Lassen Sie sich beraten über eine Nachtpflege, um selber mal wieder richtig ruhig schlafen zu können. Holen Sie sich Ehrenamtliche ins Boot.

### **Nächster Schritt: Wenn die Finanzen knapp werden**

Stellen Sie einen Antrag beim Sozialamt auf Grundsicherung.

Eine **weitere Möglichkeit** für Ihr eigenes Wohlergehen zu sorgen, ist die **Kurzzeit- bzw. Verhinderungspflege**. Sie haben einen jährlichen Anspruch darauf, Ihren Angehörigen für einen kurzen Zeitraum (**28 Tage**) in eine Einrichtung zu geben, um zum Beispiel in Urlaub zu fahren.

## **Übersicht der Demenzstadien**

### **GDS (Global Deterioration Skala)**

ist eine Skala die mehr Stufen hat als die üblichen Demenz- Verlaufsbeschreibungen.

#### **GDS Stadium 1**

**Gesundheit, keine Demenz.**

#### **GDS Stadium 2**

**Fragliche kognitive Leistungseinbuße.**

Der Betroffene klagt über das Verlegen von Gegenständen, Vergessen von Namen, schleichendem Beginn der kontinuierlicher Verschlechterung von zunächst noch nicht auffälligen Gedächtnisstörungen. Der Betroffene bemerkt die Veränderungen zwar selbst, die Umwelt bemerkt aber nichts Auffälliges.

Im Beruf oder sozialen Umfeld sind keine Defizite spürbar. Insgesamt verhält sich die Person wie immer.

### **GDS Stadium 3 bedeutet leichte Demenz.**

In diesem Stadium verschiebt sich das Verhältnis von Eigen- und Fremdwahrnehmung. Die Umwelt bemerkt nun die kognitiven Einbußen. Im Gegenzug versucht der Demente, sie immer mehr zu vertuschen und zu verleugnen.

Defizite sind sichtbar durch das nicht Zurechtfinden an fremden Orten; die Arbeitsleistung nimmt ab, es werden Wortfindungsstörungen und Schwierigkeiten beim Benennen der Namen von Bekannten bemerkt. Zeitungsartikel oder eben gelesene Texte sind inhaltlich nicht mehr abrufbar.

Namen neu vorgestellter Personen prägen sich nicht oder weniger ein.

Gegenstände auf die der Demente besonders geachtet hat sind unauffindbar. Wird in diesem Stadium ein Demenztest durchgeführt, so ist die Einbuße der Konzentrationsfähigkeit erkennbar.

### **Diese Gedächtnisdefizite fallen nur bei einer gezielten Untersuchung auf.**

Für den Menschen mit Demenz ist diese Veränderung, die sie genau miterleben, sehr beängstigend. Den sicheren Verlust all der Fähigkeiten, auf die man sich all die Jahre vorher verlassen konnte, lösen eventuell Depressionen in diesem Stadium aus.

### **GDS Stadium 4 bedeutet leichte bis mittelschwere Demenz.**

Es kommt zu deutlichen Einbußen bei der Kenntnis aktueller und kurz zurückliegender Ereignisse, der eigenen Biographie, beim Rechnen, der Orientierung an fremden Orten und dem Umgang mit Geld.

In diesem Stadium gibt es noch eine Orientierung zu Zeit und Person. Vertraute Personen und Gesichter werden wieder erkannt, und der Mensch mit Demenz kann sich an bekannten Orten noch zurecht finden.

## **GDS Stadium 5**

### **Es liegt eine mittelschwere Demenz vor.**

Der Mensch mit Demenz benötigt Anleitung beim Ankleiden. Die Abfolge der Kleiderauswahl bedarf der Hilfestellung. Die meisten Aktivitäten des täglichen Lebens können nicht mehr ohne fremde Hilfe ausgeführt werden.

Essen und der selbständige Gang zur Toilette können noch funktionieren. Der Mensch mit Demenz vergisst alltägliches Wissen wie seine Adresse, die Telefonnummer, Namen von Angehörigen. Partner und Kinder werden noch erkannt. Die zeitliche Orientierung bricht fast vollständig weg.

## **GDS Stadium 6**

### **Es liegt eine mittelschwere bis schwere Demenz vor.**

Die Folge sind schwere kognitive Leistungseinbußen. Kein Kurzzeitgedächtnis mehr, die eigene Biografie ist fast komplett vergessen, die Jahreszeiten werden nicht mehr erinnert, das Zählen vorwärts und rückwärts verliert sich. Es kann eine

zunehmende Inkontinenz eintreten. Persönlichkeitsveränderungen und Gefühlsstörungen treten immer häufiger auf. Der Mensch mit Demenz leidet immer öfter unter Verfolgungsgedanken und beschuldigt mehr und mehr Dritte. Absichten können nicht mehr umgesetzt werden, da der Mensch mit Demenz, noch bevor er sein Vorhaben umsetzen kann, vergisst was er eigentlich wollte.

## **GDS Stadium 7**

### **Ist das Spätstadium oder die schwere bzw. Schwerstdemenz.**

Der Mensch mit Demenz ist auf vollständige Hilfe angewiesen. Er verliert weitgehend die Sprache, einzelne Wortsilben werden singend oder rufend wiederholt.

Die psychomotorischen Fähigkeiten wie Laufen, später auch Sitzen verlieren sich. Es kann zu Krampfanfällen kommen.

## Danksagung

Mein Dank gilt in erster Linie meiner Schwiegermutter, die ich bis zu ihrem Tod gepflegt und betreut habe. Sie konnte mir sagen was gerade mit ihr passiert. Körperlich war sie am Ende, aber geistig war sie vollkommen in Ordnung und konnte mir somit sehr helfen zu verstehen was gerade mit ihr und in ihr vorgegangen ist.

Ich bedanke mich des weiteren bei der alten dementen Dame, deren Leben ich über fast 5 Jahre begleiten durfte. Sie war dement - anfänglich kaum bemerkbar, für Außenstehende absolut nicht erkennbar. Somit kommt diese Erfahrung einer Langzeitstudie, bis hin zum Stadium der nonverbalen Kommunikation, gleich.

Mein abschließender Dank gilt dem Ehepaar das ich über 5 Monate begleitet habe. Wobei ich die Kommunikation der beiden umgestellt habe auf gewaltfrei und verstehend.



Ich wünsche Ihnen eine sehr gute Zeit,  
gepaart mit Lernen, Beobachten, Umsetzen  
und wunderschönen Momenten, Momenten  
die ewig dauern mögen.

Ingrid Semmler