



Gesund im Alter

Menschen mit Demenz begegnen

Grußwort von Sabine Bätzing-Lichtenthäler, Ministerin für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie des Landes Rheinland-Pfalz



Demenz ist nach wie vor eine große Herausforderung für unsere Gesellschaft. Heute leben über 1,5 Millionen Menschen mit Demenz in Deutschland – über 80.000 davon in Rheinland-Pfalz. Da wir aufgrund guter Lebensbedingungen immer älter werden, wird auch die Zahl der Menschen mit Demenz steigen. Demenz wird noch mehr als jetzt zu unserem Alltag gehören.

Ich sehe es als unsere gemeinsame Aufgabe, mit Menschen mit Demenz in unserem Umfeld wertschätzend und unterstützend umzugehen. Dazu können alle beitragen: Fachleute wie Haus- und Fachärztinnen und -ärzte oder Pflegekräfte ebenso wie Bürgerinnen und Bürger. Denn Demenz kann uns alle treffen – und geht uns alle an.

Diese Broschüre soll Sie unterstützen, wenn Sie Ihrem an Demenz erkrankten Nachbarn oder Ihrer an Demenz erkrankten Bekannten dabei helfen wollen, weiter am Leben in der Nachbarschaft, in der Kirchengemeinde oder im Verein teilzunehmen. Denn die Frage, wie „demenzfreundlich“ und damit menschenfreundlich eine Kommune ist, entscheidet sich genau an diesem Punkt: Ob wir bereit sind, Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen in unserem direkten Wohnumfeld selbstverständlich am gemeinschaftlichen Alltag teilha-

ben zu lassen. Eine wichtige Voraussetzung für ein demenzfreundliches Gemeinwesen ist bürgerschaftliches Engagement, also die Bereitschaft der Bürgerinnen und Bürger, sich für die Verbesserung der Situation von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen einzusetzen.

Im Rahmen unserer Demenzstrategie Rheinland-Pfalz möchten wir diese Broschüre an alle Bürgerinnen und Bürger richten, die sich für Menschen mit Demenz engagieren wollen. Je besser wir verstehen, was ein Leben mit Demenz bedeutet, desto besser kann es uns gelingen, eine neue Kultur des Miteinanders von Menschen mit und ohne Demenz zu stiften und gemeinsam eine gute Zukunft des Alterns zu gestalten.

Ich freue mich, wenn diese Broschüre dazu beitragen kann.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Sabine Bätzing-Lichtenthäler'. The signature is fluid and cursive, with a long horizontal stroke at the end.

Sabine Bätzing-Lichtenthäler
Ministerin für Soziales, Arbeit, Gesundheit
und Demografie des Landes Rheinland-Pfalz

Inhalt

1	Was ist Demenz?	7
	Was bedeutet sie für die Betroffenen und für die Gemeinschaft?	
2	Leicht vergesslich oder schon dement?	10
	Wie sind Auffälligkeiten zu bewerten?	
3	Menschen mit Demenz verstehen	15
	Wer Menschen mit Demenz begleiten möchte, muss ihren Blickwinkel akzeptieren.	
4	Menschen mit Demenz begegnen	19
	Wie lässt sich die Begegnung mit Menschen mit Demenz in der Nachbarschaft, im Laden oder im Büro gestalten?	
5	Bürgerschaftliches Engagement – für eine Zukunft trotz Demenz	24
	Viele Menschen wollen sich engagieren – aber wie und wo?	
6	Hilfen für die Helferinnen und Helfer	26
	Ansprechpersonen in Rheinland-Pfalz	
7	Internetlinks zum Thema Demenz	27
	Hilfreiche Internetadressen mit weiterführenden Informationen	
8	Das Landes-Netz-Werk Demenz	29
	Die landesweite Informations- und Koordinierungsstelle stellt sich vor.	
	Impressum	31



1

Was ist Demenz?

Was bedeutet sie für die Betroffenen und für die Gemeinschaft?

Der Begriff „Demenz“ bezeichnet eine Vielzahl von Beeinträchtigungen höherer Hirnfunktionen. Betroffen sind das Erinnerungsvermögen, vor allem die Verarbeitung neuer Informationen, sowie die Denk- und Urteilsfähigkeit. Hinzu kommen Stimmungsschwankungen und Verhaltensänderungen. Ursächlich dafür sind Störungen des Hirnstoffwechsels und der Rückgang von Hirngewebe. Am bekanntesten und häufigsten ist die Alzheimer-Krankheit, gefolgt von durchblutungsbedingten Demenzarten und anderen, selteneren Formen. Die Grenzen sind allerdings fließend.

Die meisten Formen von Demenz sind bis heute nicht heilbar. Sie beginnen oft schleichend, schreiten dann aber unaufhaltsam voran. In ihrem Verlauf gehen geistige, später auch körperliche Fähigkeiten verloren. Selbst einfache und alltägliche Aufgaben können schließlich nicht mehr aus eigener Kraft erledigt werden. Für die Betroffenen wird eine eigenständige Lebensführung immer schwieriger und letztendlich unmöglich.

Die Ursache der Demenzerkrankung liegt noch immer im Dunkeln. Gewiss ist nur, dass das Risiko selbst „betroffen“ zu sein, mit dem Alter zunimmt. Aus diesem Grund geht eine steigende Lebenserwartung auch mit einem steten Zuwachs an Menschen mit Demenz einher. Das macht die Demenz zum ständigen Begleiter einer alternden Gesellschaft.

Der Verlauf einer Demenz lässt sich grob in die drei Phasen „leicht“, „mittelschwer“ und „schwer“ einteilen:

Von einer **leichten Demenz** („Vergessensphase“) spricht man, wenn die Einschränkungen leicht ausgeprägt sind:

- Aktuelle Ereignisse oder neue Informationen werden vergessen,
- vertraute Dinge werden verlegt und nicht mehr gefunden,
- die Orientierung in unbekannter Umgebung fällt schwer,
- die tägliche Lebensführung kann nicht mehr ohne Fehler bewältigt werden.

Bei einer **mittelschweren Demenz** („Verwirrtheitsphase“) sind die oben genannten Grundfähigkeiten stark gestört. In dieser Phase gehen mit den Gedächtnisstörungen meist auch Verhaltensstörungen einher:

- Die Körperpflege wird stark vernachlässigt,
- einkaufen ist kaum mehr möglich,
- es kommt zu sprachlichen Auffälligkeiten, zum Beispiel werden Gegenstände falsch benannt.

Die **schwere Demenz** („Phase der Hilflosigkeit“) ist gekennzeichnet durch einen völligen Verlust der kognitiven (verstandesgemäßen) und verhaltensmäßigen Grundfähigkeiten sowie Störungen der meisten körperlichen Funktionen. In dieser Phase ist die oder der Betroffene meist bettlägerig.

Ängste und Hoffnungen der Betroffenen

Wertschätzung, Selbstbestimmung und die Möglichkeit zur gesellschaftlichen Mitwirkung haben für Menschen mit Demenz die gleiche Bedeutung wie für jedes andere Mitglied einer Gemeinschaft. Der drohende Verlust dieser Güter ist ihnen in einer frühen Phase durchaus bewusst.

Diese Aussicht weckt Angst und Verzweiflung, manchmal auch hilflose Wut. Viele fürchten eine zunehmende Fremdbestimmung als Folge einer verlorenen Kontrolle über das eigene Leben. Oder sie leiden unter der Vorstellung, nicht mehr als Erwachsene behandelt und aus der Gemeinschaft ausgegrenzt zu werden.

Auch die Sorge, durch die Demenz werde ihre Lebensleistung aus der eigenen Erinnerung und auch aus der Wahrnehmung der Mitmenschen gelöscht, wird häufig geäußert. Alles was war, so wird befürchtet, wird durch die Demenz zerstört.

Die Wünsche und Hoffnungen von Menschen mit Demenz kreisen entsprechend häufig um ein soziales Umfeld, das sie nicht ausschließt, sondern teilhaben lässt. Menschen mit Demenz wollen nicht im Verborgenen leben, gut versteckt im Familienkreis, sondern am öffentlichen Leben partizipieren. Sie wollen sich offen zu ihrer Lage bekennen, ohne Ausgrenzung befürchten zu müssen. Sie wünschen sich Unterstützung ohne Beeinträchtigung ihres Ansehens als Person. Sie hoffen auf ein Gemeinwesen, in dem Demenz kein ängstlich gemiedenes Schreckgespenst darstellt, sondern als normaler Teil des Älterwerdens und des gesellschaftlichen Lebens betrachtet wird.

Was können Menschen mit Demenz tun?

Im Verlauf einer Demenz geht die Fähigkeit zur rationalen Entscheidungsfindung zunehmend verloren. Darum ist die „frühe Phase“ eine Zeit für wichtige Weichenstellungen. Durch Vollmachten können Betroffene Einfluss darauf nehmen, wer später an ihrer Stelle Entscheidungen treffen darf. Rechtzeitige Absprachen innerhalb der Familie helfen den Angehörigen dabei, die spätere Betreuung nach den Vorstellungen und Wünschen des erkrankten Familienmitgliedes zu gestalten. Für die Betroffenen ist es außerdem wichtig, soweit wie möglich aktiv zu bleiben. Ein anregendes Leben kann den Verlauf einer Demenz positiv beeinflussen und zur Lebenszufriedenheit beitragen. Wichtig ist außerdem ein offener Umgang mit dem Geschehen gegenüber der Familie, dem Verwandtenkreis und den Menschen im sozialen Umfeld. So können Ängste und Vorbehalte abgebaut und Solidarität und Verständnis mobilisiert werden.

Was können Therapeutinnen und Therapeuten tun?

Auch wenn kein Heilverfahren zur Verfügung steht, kann der Verlauf durch geeignete Therapien verlangsamt und in seinen Auswirkungen gemildert werden. Medikamente wirken den Folgen des Abbauprozesses entgegen, therapeutische Angebote helfen dabei, Fähigkeiten zu trainieren und zu bewahren. Insgesamt bieten sich Chancen auf mehr Lebensqualität und eine zufriedenstellende häusliche Versorgung. Hinzu kommen zahlreiche Unterstützungsmöglichkeiten für Betroffene und Angehörige, von Selbsthilfegruppen über nachbarschaftliche Betreuungsdienste bis zu ambulanten und stationären Pflegeeinrichtungen (siehe Kapitel 6 und 7).

Was kann die Gemeinschaft tun?

Menschen mit Demenz leben nicht nur gut betreut in ihren Familien oder in Pflegeheimen. Viele von ihnen leben alleine und versuchen, ihren Alltag eigenständig zu meistern. Sie sind Mitbürgerinnen und Mitbürger, die man auf der Straße, im Bus oder beim Einkaufen trifft. Sie nicht auszugrenzen, sondern ihnen im Zentrum des Gemeinwesens solidarisch zu begegnen, ist eine tägliche Herausforderung in einer alternden Gesellschaft. Um ihr gerecht zu werden, bedarf es mehr als nur der Kompetenz von Pflegekräften und Ärzteschaft. Vielmehr ist der Beitrag jedes einzelnen Mitglieds der Gesellschaft gefragt, wenn es darum geht, Menschen mit Demenz die Teilhabe an der Gemeinschaft und Mitbestimmung trotz nachlassender Geisteskräfte zu ermöglichen.



Hört her, ich habe Alzheimer! Ich leide nicht unter dem Druck, ständig etwas verbergen zu müssen, sondern bewege mich in einem Umfeld, das Bescheid weiß und das mich stützt ...“¹

¹ Der Autor Christian Zimmermann lebt seit mehreren Jahren selbst mit der Diagnose Alzheimer. Gemeinsam mit Peter Wißmann, Geschäftsführer der Demenz Support Stuttgart gGmbH, gibt er in diesem Buch seine Erfahrungen weiter: Zimmermann, Christian / Wißmann, Peter (2011): Auf dem Weg mit Alzheimer. Wie sich mit einer Demenz leben lässt. Mabuse Verlag, S. 59.

2

Leicht vergesslich oder schon dement?

Wie sind Auffälligkeiten zu bewerten?

Die Grenzen zwischen normalen Altersverlusten des Gedächtnisses und einer sich manifestierenden Demenz sind mitunter unscharf und auch für Fachleute nicht immer leicht zu erkennen. Eine erste Unterscheidung wird meist an der Ausprägung der vorhandenen Störungen festgemacht. Wenn sich die Beeinträchtigungen rasch verschlimmern und zu einem Verlust an Alltagskompetenz führen, sollte man aufmerksam werden. Ohne Geldbeutel einkaufen zu gehen, kann jedem passieren. Findet jemand aber den Weg zurück nach Hause nicht und kann auf Nachfrage auch die Adresse nicht nennen, ist eine diagnostische Abklärung sicherlich angebracht.

Demenz führt zu einer Beeinträchtigung der geistigen Leistungsfähigkeit. Zu Beginn zeigt sich das meist in Form von Gedächtnisstörungen. Vor allem das Abspeichern neuer Informationen ist bei den Betroffenen deutlich eingeschränkt. Wer nicht nur gelegentlich den Wohnungsschlüssel vergisst, sondern auch, was er gerade gefragt wurde oder eben erst gegessen hat, ist möglicherweise betroffen. Damit zusammenhängend treten Probleme mit der räumlichen und zeitlichen Orientierung auf. Es fällt zunehmend schwer, den Tag oder die Zeit zu benennen und sich außerhalb einer vertrauten Umgebung zurechtzufinden.

Veränderungen gibt es auch im Verhalten und in den Reaktionen auf die Umwelt. Demenz kann zu einer erhöhten Reizbarkeit oder zu einem extremen Nachlassen der Eigeninitiative führen. Phasen der Traurigkeit oder der Wut wechseln sich ab, ohne dass immer ein Anlass dafür festgestellt werden kann. Ständiges Fragen

und Suchen, Unruhezustände oder das Anklammern an vertraute Personen können vorkommen und sind möglicherweise eine Reaktionen auf den zunehmenden Verlust an Orientierung und Erinnerungsvermögen. Die Betroffenen haben Schwierigkeiten beim Planen und Durchführen von Handlungen: Einmal begonnen, lassen sie sich mitunter nicht mehr zu einem sinnvollen Abschluss bringen. Dadurch werden selbst alltägliche Verrichtungen wie Kochen, Einkaufen, Putzen oder sich Anziehen zu einer Herausforderung. Der Haushalt und die eigene Erscheinung werden zunehmend vernachlässigt. Weil auch ihre Selbstwahrnehmung beeinträchtigt ist, sind sich Menschen mit Demenz dieser Entwicklung oft nicht bewusst.

Fortschreitende Demenz ist mit einer Abnahme des Sprachvermögens verbunden: Wortfindungsstörungen stellen sich ein und führen dazu, dass Menschen mit Demenz immer öfter Gegenstände oder Personen nicht



benennen können. Um den Verlust zu kompensieren, benutzen die Betroffenen häufig Floskeln, Umschreibungen und Füllwörter. Im weiteren Verlauf können Sätze nicht mehr grammatikalisch richtig gebildet werden und das Sprachverständnis nimmt ab. Je weiter die Krankheit fortschreitet, umso schwieriger wird die sprachliche Verständigung. Auch die Wahrnehmung verändert sich. Menschen mit Demenz können Situationen und Objekte nicht mehr richtig deuten und Gegenstände nicht mit der eigentlich zugehörigen Handlung verknüpfen. So kann es passieren, dass Menschen mit Demenz ratlos eine Zahnbürste in der Hand halten, weil sie keine Verbindung mehr zwischen dem Gegenstand und der Tätigkeit des Zähneputzens herstellen können. Ihre Reaktionen erscheinen häufig unpassend und befremdlich.

Die Welt wird für die Betroffenen immer unbegreiflicher. An die Stelle einer verlorenen Gegenwart tritt ein Leben in der Vergangenheit. Viele klammern sich an vertraute Personen, alte Erinnerungen und bekannte Orte. Ihr Verhalten orientiert sich zunehmend an altbekannten Gewissheiten, Bezüge zum Hier und Jetzt werden flüchtiger und brüchig. Die Fähigkeit, das Geschehen rational einzuordnen, schwindet. Stimmungsschwankungen und Unruhezustände nehmen zu. Depressionen, Wahnvorstellungen und Sinnestäu-

Diagnose ist wichtig!

Zwischen dem Auftreten der ersten Symptome und dem vollständigen Verlust an Selbstständigkeit liegen meist viele Jahre. Viele Menschen mit Demenz sind sich ihres Zustandes bewusst, andere spüren vielleicht nur ein Unbehagen aufgrund ihrer zunehmenden Defizite. Wieder andere können die eigene Situation bereits nicht mehr einschätzen. Alle aber wünschen sich, ihr Leben so lange wie möglich selbstbestimmt zu gestalten. Will man sie dabei unterstützen, muss man Einschränkungen zunächst erkennen und einschätzen können.

Die Sicherstellung einer Diagnose ist einer der ersten Schritte für Betroffene und Angehörige und eine wichtige Voraussetzung für den späteren Umgang mit der Demenz.

Ob die Diagnose „Demenz“ zu stellen ist, lässt sich über eine Kombination verschiedener Testverfahren ermitteln. Diese „Demenz-Tests“ werden in einer neurologischen Praxis, einer Gedächtnisambulanz oder vom Hausarzt vorgenommen. Fachlich zuständig für Demenzerkrankungen sind Neurologen und Psychiater. In manchen Fällen kann auch die Überweisung in eine Gedächtnisambulanz oder eine Gedächtnisklinik erforderlich sein.

schungen machen den Betroffenen das Leben schwer. Schließlich schwinden auch ältere Erinnerungen, sogar Ehepartner und die eigenen Kinder werden nicht mehr erkannt. Die Sprache verarmt völlig und versiegt oft ganz. Fortschreitende geistige und motorische Störungen führen schließlich zu einer umfassenden Pflegebedürftigkeit.

Menschen mit Demenz unterwegs im Quartier

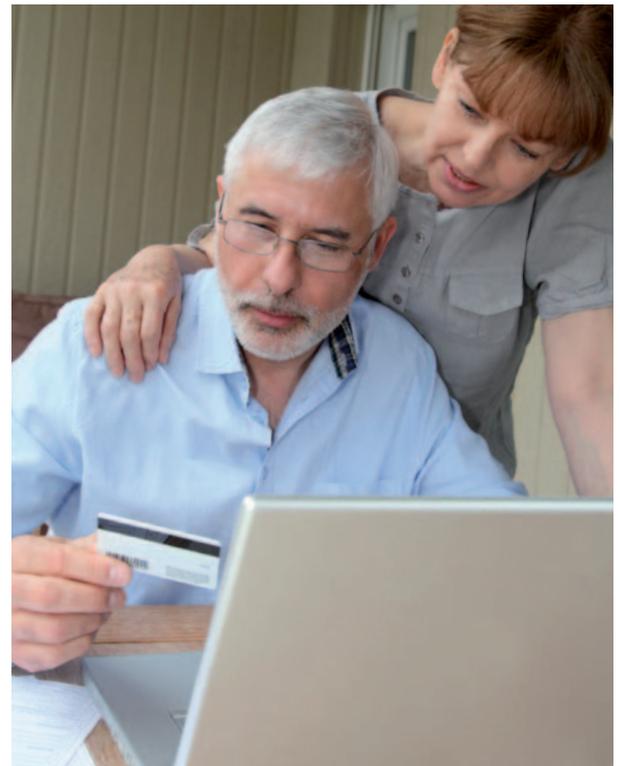
Mehr als 1,5 Millionen Menschen in Deutschland sind an Demenz erkrankt. Das heißt nicht, dass jeder verunsichert wirkende alte Mensch an Demenz leiden muss. Dennoch ist eine Demenzerkrankung als Ursache für auffälliges und irritierendes Verhalten nicht auszuschließen und ein waches Interesse ist daher angebracht. Wie sich eine Demenz im Alltagsleben äußern kann, zeigen die folgenden Beispiele:

Menschen mit Demenz haben Schwierigkeiten mit dem Gedächtnis und der Orientierung. Eine alte Dame im Bus, die bei jedem Halt aufsteht und dann unverrichteter Dinge wieder Platz nimmt, hat möglicherweise ihre Haltestelle vergessen. Ein unruhig auf und ab gehender älterer Herr weiß vielleicht nicht mehr, zu welchen Zielen er unterwegs ist oder in welcher Richtung sein Zuhause liegt. Vor allem, wenn derartige Situationen offensichtlich Leiden hervorrufen, wenn die handelnden Personen rastlos oder sogar verzweifelt wirken, ist Unterstützungsbedarf vorhanden.

Ein falsch geknöpfter Mantel oder ein linksherum getragenes Hemd können Ausdruck einer gewissen Lässigkeit sein oder aber bereits Anzeichen für demenzbedingte Verluste an Alltagskompetenz. Völlig unpas-

sende Kleidung, zum Beispiel ein leichtes Kleid an einem Wintertag, stellt schon ein deutlicheres Anzeichen dar. Es kann ein Hinweis darauf sein, dass die Wahrnehmung der Umgebung verschoben und die zeitliche Orientierung eingeschränkt ist. Außerdem liegt hier unter Umständen bereits eine Gefährdung vor.

Ein älterer Herr an der Supermarktkasse öffnet routiniert sein Portemonnaie, kann aber das vorhandene Geld nicht als Zahlungsmittel identifizieren. Statt es dem Verkaufspersonal zu geben, nestelt er damit herum und verlässt schließlich den Raum ohne zu zahlen. Eine ältere Dame betritt eine Bank und fragt am Schal-



ter nach Brötchen. Auf ihren Irrtum hingewiesen, wird sie zunächst unruhig, wiederholt dann aber ungerührt ihr Anliegen. Wenn alltägliche Handlungen nicht mehr korrekt ausgeführt werden können oder gänzlich fehlgeleitet sind, ist ein Verdacht auf Demenz gerechtfertigt. Dies gilt vor allem dann, wenn die Betroffenen ihren Irrtum nicht erkennen und die Situation durch freundliche Hinweise der Umwelt eher verschärft wird.

Zeichen der Unterversorgung, wie zum Beispiel ein ungepflegtes Äußeres, unpassende Kleidung oder eine allgemein schlechte körperliche Verfassung, können in Verbindung mit anderen Signalen auf eine Demenz hindeuten. Auch gravierende Verhaltensänderungen einer bekannten Person können ein solches Signal sein: Im Büro fällt auf, dass sich ein früher zuverlässiger Kollege oder eine Kollegin nun mit Merkhilfen über den Tag retten muss und trotzdem auffällig viele Termine vergisst. Ein als sparsam und genügsam geltender Kontoinhaber beginnt damit, täglich große Summen abzuheben. Oder das Auftreten einer eigentlich als geübt und höflich geltenden Nachbarin wird immer auffälliger und gereizter.

Offensichtliche Anzeichen sind schließlich sich ständig wiederholende Sätze ohne Bezug zur Situation, floskelhafte Redewendungen anstelle von verständlichen Aussagen, ein verstörtes Verhalten und das Unvermögen, den Anforderungen der jeweiligen Situation gerecht zu werden.

Aufgrund der Beeinträchtigungen im Denken und Erinnern können die Betroffenen aus ihrem Scheitern keine Schlüsse ziehen. Hilfsangebote werden deshalb oft nicht als solche verstanden, sondern als weitere Zumutungen einer unverständlichen Umgebung inter-

pretiert. Wer Menschen mit Demenz bei der Gestaltung ihres Lebens unterstützen will, muss deshalb die Besonderheiten ihrer Wahrnehmung berücksichtigen.

Aus Sicht der Umwelt mögen Verhaltensmuster von Menschen mit Demenz merkwürdig oder gar sinnlos erscheinen. Für die Betroffenen aber sind sie möglicherweise ein Versuch, an bewährten Routinen anzuknüpfen und den Alltag zu meistern.





Menschen mit Demenz verstehen

Wer Menschen mit Demenz begleiten möchte, muss ihren Blickwinkel akzeptieren.

Menschen mit Demenz sehen die Welt mit anderen Augen. Ihre Wahrnehmung ist verändert und ihr Denken und Erinnern beeinträchtigt. Ihr Verhalten und ihre Reaktionen folgen einer eigenen Weltsicht und sind für Außenstehende mitunter nicht nachzuvollziehen. Will man ihnen auf Augenhöhe begegnen, muss man diese Veränderungen akzeptieren und sich darauf einstellen. Man muss berücksichtigen, dass die Betroffenen einer anderen Logik folgen und rationale Argumente oft nicht mehr nachvollziehen können. Es ist wichtig, sie in ihrem Wunsch nach Selbstständigkeit ernst zu nehmen und ihnen den notwendigen Raum dafür zu lassen. Einen Menschen mit Demenz auf seinem Weg zu begleiten bedeutet, sich auf einem schmalen Grat zwischen Unterstützung und Bevormundung zu bewegen.

Die veränderte Selbstwahrnehmung berücksichtigen

Die Betroffenen interpretieren ihre Veränderungen häufig als normales Nachlassen im Alter. Die Vorstellung, an einer Demenz zu leiden, ist wegen der damit verbundenen Konsequenzen angstbesetzt und wird daher oft nicht zugelassen. Außerdem schränken die abnehmenden geistigen Möglichkeiten eine nüchterne Beurteilung des eigenen Zustandes deutlich ein. Das kann es schwierig machen, Menschen mit Demenz auf ihre Probleme anzusprechen. Viele können Hilfsangebote nicht zulassen. Sie haben nicht das Gefühl, Hilfe zu benötigen und reagieren daher mit Unverständnis auf entsprechende Vorschläge. Dass ihr Handeln bei anderen Menschen Verwunderung, zuweilen auch Ablehnung weckt, wird von den Betroffenen zwar wahrgenommen, aber oft nicht verstanden. Das heißt aber nicht, dass Kritik sie nicht berührt. Das Gefühlsleben

bleibt von der Demenz weitgehend unbeeinflusst. Unverständene Korrekturen oder Zurechtweisungen können als beleidigend und beschämend erlebt werden.

Die persönliche Würde achten

Menschen mit Demenz, können nicht mit der gleichen Selbstverständlichkeit über die Welt verfügen wie ihre Mitmenschen. Daher muss die Welt den Betroffenen entgegenkommen. Ihr Verhalten zu akzeptieren, auch wenn es den Anforderungen einer Situation gerade nicht entspricht, ist ein erster Schritt dahin. Ihre Weltsicht ernst zu nehmen und wertzuschätzen ein weiterer. Deshalb sollte man dem Drang widerstehen, die Betroffenen ständig zu korrigieren und ihnen alles abzunehmen, nur weil man es selbst schneller und besser erledigen könnte.

„ (...) wenn ich automatisch korrigiert werde, weil mein Leiden garantiert, dass ich irre, verliere ich ein weiteres Gramm Vertrauen in meine Erinnerungsfähigkeit.“²

Richard Taylor, PhD, Psychologe, Demenzbetroffener, Aktivist, Cypress, Texas

Verhaltensauffälligkeiten richtig einschätzen

Auffällige Verhaltensweisen wurzeln oft in der veränderten Wahrnehmung und den kognitiven Einschränkungen von Menschen mit Demenz. Sie neigen zu Fehlinterpretationen und deshalb auch zu Fehlreaktionen. Weil sie den Grund für ihre Schwierigkeiten im Alltag nicht bei sich selbst erkennen können, drängen sich ihnen andere Erklärungen auf. So vermuten sie häufig, dass verlegte Gegenstände gestohlen wurden und machen andere Personen für eigene Probleme oder fehlgeschlagene Handlungen verantwortlich. Das führt zu ungerechtfertigten Beschuldigungen, die für Mitmenschen oft schwer zu verkraften sind.

Was man tun sollte:

Gefühle und Motivationen ernst nehmen:

Eine Demenz beeinträchtigt die Handlungsfähigkeit, nicht aber die Gefühle, die hinter einer Handlung

stehen. Auch scheinbar unsinnige Aktionen haben für die Betroffenen einen Zweck und sind Ausdruck oder Folge eines Bedürfnisses. Das Verhalten ernst zu nehmen und zu ergründen, wodurch es motiviert wurde, ist ein Zeichen von Respekt und erleichtert den täglichen Umgang.

Geduld haben:

Wer an Demenz leidet, benötigt auch für Routineaufgaben viel Zeit und ist mit neuen Dingen möglicherweise gänzlich überfordert. Den Betroffenen ihr eigenes Tempo zuzugestehen entspannt die Situation und trägt zur Zufriedenheit bei.

Orientierungshilfen geben:

Große Uhren und Kalender und eine feste Tagesstruktur können die zeitliche Orientierung stützen. In die tägliche Unterhaltung eingeflochtene Hinweise zu Zeit, Ort und Tagesablauf helfen dabei, die Gegenwart im Griff zu behalten.

Überforderung vermeiden:

Bei Menschen mit Demenz ist die Konzentrationsfähigkeit deutlich reduziert und die geistige Beweglichkeit eingeschränkt. In Verbindung mit einer gestörten Informationsverarbeitung macht das die Lösung komplexer Aufgaben nahezu unmöglich. Die Betroffenen



² Richard Taylor (2010): Alzheimer und Ich.

Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern, 3., ergänzte Auflage



sollten deshalb nicht mit Eindrücken und Anreizen überfrachtet oder mit komplexen Aufgaben überfordert werden. Informationen sollten limitiert und Aufgaben vereinfacht werden.

Beeinträchtigungen akzeptieren:

Menschen mit Demenz sind bestenfalls eingeschränkt dazu in der Lage, ihre Verluste durch Lernen oder Training auszugleichen. Was im Rahmen des demenzbedingten Degenerationsprozesses verloren geht, kann auch durch Üben nicht wieder erlangt werden. Um Menschen mit Demenz nicht mit ihren Defiziten zu konfrontieren und zu beschämen, sollte man nicht auf Leistungen bestehen, die offensichtlich abhanden gekommen sind.

Verhaltensauffälligkeiten nicht persönlich nehmen:

Übertriebenes Misstrauen, Ängstlichkeit, Verfolgungsideen oder haltlose Beschuldigungen sind Folge des Versuchs, den Alltag unter Einfluss der Demenz zu bewältigen. Sich nicht angegriffen zu fühlen, die Ruhe zu bewahren und vor allem nicht heftig dagegen zu argumentieren, sind wichtige Grundregeln im Umgang mit Menschen mit Demenz.

Was man vermeiden sollte:

- Menschen mit Demenz von außerhalb ihres Gesichtsfeldes oder von Weitem anzusprechen.
- Ihnen auf einer anderen Ebene gegenüberzutreten (wenn Betroffene zum Beispiel sitzen, sollte man nicht stehen bleiben, sondern sich dazu setzen).
- Sie auf Defizite aufmerksam zu machen, sie mit Fehlern zu konfrontieren, sie ständig zu verbessern.
- Ihnen dauernd zu widersprechen oder zum Widerspruch provozierende Worte wie „du musst“, „doch“, oder „trotzdem“ zu benutzen.
- Babysprache zu verwenden.
- Schwierige Fragen mit mehreren Auswahlmöglichkeiten zu stellen. Hilfreich kann es dagegen sein, Sätze knapp und themenbezogen zu gestalten und das Gesagte mit Gesten zu unterstützen.
- Sie mit konfrontativen „W-Fragen“ zu überfordern (warum, wie, wo, was, wen...). Diese verlangen nach einer klaren Antwort, die Betroffene möglicherweise nicht mehr geben können.
- Sie durch Reizüberflutung, zum Beispiel durch Hintergrundgeräusche (Radio, Fernsehen, Menschenmassen), zu belasten.
- In ihrer Anwesenheit mit anderen über sie zu sprechen.³

³ vgl. Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. (2010): *Allein leben mit Demenz – Herausforderung für Kommunen. Schulung in der Kommune. Kapitel 5.*



4

Menschen mit Demenz begegnen

Wie lässt sich die Begegnung mit Menschen mit Demenz in der Nachbarschaft, im Laden oder im Büro gestalten?

Angehörige und Pflegekräfte haben Erfahrung im Umgang mit Menschen mit Demenz und können ihre Eigenheiten einschätzen. Wer Menschen mit Demenz dagegen in der Nachbarschaft oder im Büro begegnet, braucht eine gute Beobachtungsgabe und etwas Fingerspitzengefühl. Die in den vorangegangenen Kapiteln dargestellten Anzeichen und Verhaltensregeln sind dafür eine wichtige Grundlage. Wie eine Begegnung darüber hinaus konkret gestaltet werden kann, wird im Folgenden beschrieben. Aus Respekt und zur Vermeidung von Missverständnissen wird zunächst ein umsichtiges Agieren empfohlen.

Suchen Sie nach Gründen: Warum handelt ein Mensch so?

Welche Erklärungen könnten sich für das Verhalten anbieten, das Ihnen eigenartig erscheint? Könnte es sein, dass die Person eine für Sie alltägliche Situation gerade als Stress erlebt und deshalb in ungewohnter Weise reagiert? Dies könnte zum Beispiel der Fall sein, wenn der Bus überfüllt ist und die zusteigende ältere Dame Sorge hat, auf unsicheren Beinen eine lange Fahrt durchstehen zu müssen. Oder wenn in einer Behörde ein Formular auszufüllen ist, das den Antragsteller überfordert.

Nicht zuletzt stellt ein Krankheits- oder Todesfall in der Familie eine erhebliche Stressbelastung dar und wirkt sich auf das Verhalten aus. Es gibt eine ganze

Reihe von Ereignissen, die einen Menschen verwirren, verunsichern oder kurzzeitig aus der Bahn werfen können. Gleich an eine Demenz zu denken, wenn menschliches Verhalten irrational oder unerklärlich wirkt, wird der Situation möglicherweise nicht gerecht.

Ziehen Sie andere hinzu

Erkundigen Sie sich bei Ihren Kolleginnen und Kollegen oder im Kreis der Nachbarinnen und Nachbarn danach, ob diese das Geschehen ebenfalls als außergewöhnlich wahrnehmen. Möglicherweise kommen andere mit der Situation besser zurecht und die Irritation liegt ganz in Ihrer eigenen Wahrnehmung. Es kann in jedem Fall hilfreich sein, auffallende Begegnungen mit anderen zu besprechen.

Sammeln Sie Informationen

Informationen zu sammeln, die zur Klärung beitragen, ist ein weiterer wichtiger Schritt. Ist es zum Beispiel möglich, mit der Person selbst über ihr Verhalten zu sprechen? Oder gibt es jemanden, der die Person gut kennt und befragt werden kann?

In der Situation handeln

Regeln im Umgang mit Menschen mit Demenz beachten

In den vorangegangenen Kapiteln konnten Sie bereits wichtige Hinweise zum Umgang mit Menschen mit Demenz lesen. Hier noch weitere praktische Tipps:

- Überfrachten Sie Ihr Gegenüber nicht mit Informationen.
- Überfordern Sie die Person nicht mit komplizierten Fragen oder modischen Anglizismen.
- Sprechen Sie ruhig, langsam und freundlich. Wiederholen Sie Ihre Sätze, wenn nötig und lassen Sie der Person Zeit.
- Vollziehen Sie eine Handlung nach der anderen. Reden Sie zum Beispiel nicht auf die Person ein, während Sie sie gleichzeitig am Arm fassen und zu einem Stuhl dirigieren.
- Bedenken Sie die Wahrnehmungs- und Gedächtnisstörungen von Menschen mit Demenz: Vielleicht nimmt Ihr Gegenüber die Situation gerade anders

wahr als Sie? Vielleicht ist das eben Gesagte schon wieder in Vergessenheit geraten? Je stärker Sie versuchen, sich in das Denken und Erleben eines von Demenz betroffenen Menschen einzufühlen, umso leichter wird Ihnen der Umgang fallen.

Verhaltensstörungen auffangen

- Versuchen Sie den Grund für aggressives oder panisch-ängstliches Verhalten ausfindig zu machen. **Bedenken Sie, dass Menschen mit Demenz ihre Gefühle als „real“ erleben. Reden Sie ihnen diese nicht aus.** Versuchen Sie stattdessen den Gemütszustand Ihres Gegenübers in Worte zu fassen – dadurch fühlen sich die Betroffenen ernst genommen.
- Wechseln Sie gemeinsam den Ort oder das Thema, vielleicht ergeben sich daraus Hinweise auf die auslösenden Faktoren des aufgeregten Verhaltens.
- Gehen Sie nicht auf Konfrontation, nehmen Sie die Anliegen der Person ernst und vermitteln Sie Wertschätzung.
- Nehmen Sie verbale Angriffe nicht persönlich.
- Nehmen Sie sich zurück, achten Sie darauf, die Person nicht durch Ihre Präsenz zu überfordern. Versuchen Sie, beruhigend zu agieren. Achten Sie zum Beispiel darauf, alleine und in einem ruhigen Tonfall mit ihr zu sprechen und keinesfalls als ganzes Team auf den Menschen einzureden.
- Manchmal kann es auch hilfreich sein, für einige Minuten den Raum zu verlassen und so die Situa-

tion zu unterbrechen, insbesondere bei einer drohenden Eskalation. Lassen Sie die betroffene Person aber nicht einfach stehen, sondern kündigen Sie an, dass Sie zurückkehren. Nehmen Sie die Gefühle hinter den Ausbrüchen ernst, versuchen Sie aber trotzdem, die Unterhaltung in ein ruhigeres Fahrwasser zu lenken. Weil die Betroffenen wegen ihrer beeinträchtigten Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnisleistung schnell den Faden verlieren, kann Ablenkung eine gute Möglichkeit der Krisenintervention darstellen.

Die Umgebung gestalten

Achten Sie darauf, das Umfeld soweit wie möglich bedürfnisgerecht zu gestalten. Sorgen Sie zunächst für eine ruhige Atmosphäre. Wechseln Sie mit einem aufgeregt oder verwirrt wirkenden Kunden in ein separates Büro ohne Publikumsverkehr. Achten Sie auf ausreichend Licht und eine deutliche Ansprache. Tun Sie nichts Überraschendes, zum Beispiel plötzlich aufstehen und über den Gang rufen. Versuchen Sie, ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln. Bitten Sie, wenn möglich, eine dem betroffenen Menschen vertraute Person hinzu. Vereinbaren Sie gegebenenfalls einen Hausbesuch, falls vor Ort keine geeigneten Bedingungen hergestellt werden können. Versuchen Sie, Angehörige der Person zu informieren, um auf eine mögliche Erkrankung aufmerksam zu machen.

Handlungen unterstützen

Berücksichtigen Sie im Umgang mit möglicherweise an Demenz erkrankten Personen, dass ihnen auch banale

und selbstverständliche Tätigkeiten, zum Beispiel Leergut in den Automaten stecken oder das passende Kleingeld für die Busfahrkarte heraussuchen, Schwierigkeiten bereiten können. Seien Sie deshalb auch sensibel für einen möglichen Hilfebedarf. Helfen Sie bei Wortfindungsstörungen, möglichst ohne fehlerhafte Aussagen ständig zu korrigieren. Reichen Sie einem betroffenen Gast im Restaurant statt einer umfangreichen Speisekarte die übersichtlichere Tageskarte oder sprechen Sie gleich eine bestimmte Empfehlung aus. Widmen Sie der Person Ihre ganze Aufmerksamkeit, achten Sie dabei auch auf Mimik und Gestik. Vielleicht kann ein Anliegen mit Worten alleine nicht mehr ausgedrückt werden.

Defizite ausgleichen

Stellen Sie einem betroffenen Menschen Merkhilfen zur Verfügung. Geben Sie ihm schriftliche Hinweise auf erledigte Dinge mit nach Hause. Kommt jemand zum Beispiel mit einer offenen Rechnung in die Bank, notieren Sie darauf, wann die Überweisung veranlasst wurde. Weisen Sie die Person gegebenenfalls höflich auf die mitgebrachte Brille hin. Sie zu benutzen, hilft vielleicht in der Situation.

Für Vertrautheit und Orientierung sorgen

Sprechen Sie betroffene Kundinnen und Kunden mit vollem Namen an, falls dieser Ihnen bekannt ist. Stellen Sie sich selbst mit Namen und Funktion vor. Überlassen Sie das Gespräch gegebenenfalls jemandem aus Ihrem Team, der die Person schon länger kennt. Sind Ihnen Einzelheiten aus deren Leben bekannt, versuchen Sie diese als Anknüpfungspunkte für die Unter-

haltung zu nutzen. Lassen Sie Hinweise auf die Zeit und das Datum in die Unterhaltung einfließen, um die Orientierung zu erleichtern. Ziehen Sie Angehörige hinzu, falls das möglich ist.

Langfristige Strategien entwickeln

Die Begegnung mit Menschen mit Demenz ist in einer alternden Gesellschaft kein Einzelfall. Deshalb ist es sinnvoll, Handlungsoptionen über die aktuelle Situation hinaus zu entwickeln. Welche Regelungen und Absprachen im Einzelnen nützlich sind, hängt dabei wesentlich von der betroffenen Person und dem Ort des Geschehens ab.

Für eine Bank kann es zum Beispiel sinnvoll sein, nahestehende Verwandte oder Rechtsbetreuer hinzuzuziehen. So können für alle Beteiligten entlastende Absprachen getroffen werden. Hat jemand den Überblick über sein Konto verloren, lässt sich durch entsprechende Regelungen der Zugriff auf das eigene Geld begrenzen und somit ein möglicher Schaden minimieren.

Vergisst eine Person, die an Demenz leidet, in einem Geschäft immer wieder zu bezahlen, kann dies eventuell nachträglich durch einen Anruf bei Ehepartnern, Kindern der Betroffenen oder Betreuern geregelt werden. Für Dienstleister und alle, die im Quartier Menschen mit Demenz begegnen, ist es wichtig zu wissen, wie das Geschehen insgesamt einzuschätzen ist und wen sie im Bedarfsanfall anrufen können.

Weil der Umgang mit Menschen mit Demenz immer mehr zum Alltag gehören wird, ist die Aufnahme des Themas in interne Fortbildungsprogramme eine sinn-

volle Maßnahme. Mitarbeitende zum Beispiel von Feuerwehr, Polizei und öffentlicher Verwaltung, von Banken, Supermärkten und Postfilialen sollten zum Thema Demenz geschult werden, damit sie auf die Begegnung mit betroffenen Menschen in ihrem Berufsumfeld vorbereitet sind.

In der Nachbarschaft kann versucht werden, Menschen mit Demenz in ein Netz sozialer Kontakte einzubinden. Häufige Ansprachen aus dem nahen Umfeld helfen den Betroffenen dabei, sich als Teil einer fürsorglichen Umgebung zu fühlen. Aufmerksamkeit und Interesse von Mitmenschen erhöhen nachweislich ihre Sicherheit. In vielen Fällen werden Informationen über Verwandte oder gesetzlich Vertretende allerdings nicht vorhanden sein. Oft haben Betroffene auch gar keine Angehörigen oder andere Unterstützungspersonen und entziehen sich auch der angebotenen nachbarschaftlichen Anteilnahme. Hier kann es hilfreich sein, sich Rat und Hilfe bei lokalen Pflegestützpunkten und Behörden zu holen (Kapitel 6).

Teilhabe ist Bürgerrecht

Es ist ein Bürgerrecht jedes Menschen, in vollem Umfang am Leben in der Gemeinschaft teilnehmen zu können. Dies gilt unabhängig von seinen Beeinträchtigungen und deren Bewertung durch die Umwelt. Menschen mit Demenz im Gemeinwesen zu helfen bedeutet deshalb auch, sie bei der Wahrung ihrer Bürgerrechte zu unterstützen.

Realisiert werden muss die Teilhabe am Leben in Gemeinschaft vor allem an den öffentlichen Orten, die wir im Rahmen unserer Lebensführung täglich aufsu-

chen. Deshalb sind Behörden und Banken ebenso wie Geschäfte oder Verkehrsbetriebe in der Pflicht, das Ihre zur Wahrung der Bürgerrechte von Menschen mit Demenz beizutragen.⁴



Die Begegnung mit Menschen mit Demenz muss dort gestaltet werden, wo sich der Alltag vollzieht und wo die Partizipation am Leben in Gemeinschaft zuerst verwirklicht werden muss: auf der Straße, im Viertel, im Stadtteil, in der Kommune.

⁴vgl. Deutsche Alzheimer Gesellschaft (2010): Allein leben mit Demenz – Herausforderung für Kommunen. Schulung in der Kommune. Kapitel 5.

5

Bürgerschaftliches Engagement – für eine Zukunft trotz Demenz

Viele Menschen wollen sich engagieren – aber wie und wo?

Weil bislang weder ein Heilmittel entwickelt noch eine zuverlässige Präventionsmethode entdeckt werden konnte, wird die Anzahl Betroffener weiterhin steigen. Daraus erwachsen für die Gesellschaft Aufgaben, die nur gemeinschaftlich bewältigt werden können. Der wachsende Unterstützungsbedarf einer großen Gruppe von Menschen kann nicht alleine durch den Einsatz professioneller Dienste kompensiert werden. Dies entspräche auch nicht dem Wunsch von Menschen mit Demenz, am normalen Leben in ihrer gewohnten Umgebung teil zu haben und zur Gemeinschaft dazu zu gehören. Bürgerschaftliches Engagement ist zur Sicherstellung einer guten und menschenwürdigen Betreuung heute und in Zukunft deshalb unverzichtbar.

Engagement kann man auf vielen Wegen verwirklichen. Ein erster Schritt kann es sein, sich über die Krankheit zu informieren. An vielen Orten werden zum Beispiel Vorträge oder Kurse zum Umgang mit Demenz angeboten. Informationen findet man außerdem in zahlreichen Broschüren und im Internet (siehe Kapitel 7). In einem weiteren Schritt kann das Thema im eigenen Freundeskreis, im Verein oder im Berufsumfeld angesprochen werden. Mobilisieren Sie Interesse, organisieren Sie bei Bedarf einen Kurs für Ihre Kolleginnen und Kollegen bzw. Ihre Belegschaft. Setzen Sie das Thema Demenz auf die Agenda des Stadtparlaments oder des Kirchenvorstandes, falls Sie dort ein Amt innehaben. Tun Sie das Ihnen Mögliche, um den Betroffenen in den Gremien der Kommune eine Stimme zu verleihen.





Man kann Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen auch im Rahmen eines sozialen Ehrenamtes unterstützen. Eine Möglichkeit dazu ist die Mitarbeit in einem der Betreuungsangebote, die von Alzheimer-Initiativen, Verbänden oder Pflegediensten koordiniert werden. In Tagesgruppen oder Besuchsdiensten ist ehrenamtliches Engagement immer gefragt.

Engagement kann auch bedeuten, sich für das Wohlergehen der Menschen im eigenen Umfeld mitverantwortlich zu fühlen. Entwickeln Sie ein waches Interesse und gewähren Sie betroffenen Nachbarn, betroffenen Kundinnen und Kunden oder Klientinnen und Klienten die Ihnen mögliche Unterstützung. Achten Sie auf die vielen kleine Dinge, mit denen einem anderen Menschen gegenüber Wertschätzung zum Ausdruck gebracht und sein Verbleib in der Gemeinschaft gesichert werden kann. Arbeiten Sie mit an der Verwirklichung einer demenzfreundlichen und deshalb menschenfreundlichen Kommune.

” *Meine Forderung:
Binden Sie uns Betroffene in Ihre
Entscheidungen ein, geben Sie uns eine
Stimme, schicken Sie uns in die Gremien,
um unsere Interessen zu vertreten.“⁵*

Mit 54 Jahren wurde bei Helga Rohra die Diagnose Lewy-Body-Demenz gestellt. Sie stürzte in eine Depression. Als sie Anfang 2010 erstmals öffentlich über ihre Demenz sprach, tat sie das noch unter dem Pseudonym „Helen Merlin“. Seitdem ist viel passiert: Helga Rohra wurde zu einer Aktivistin, die sich einmischt, um die Sache der Menschen mit Demenz zu vertreten: Im Vorstand der Alzheimer Gesellschaft München, in den Medien und auf Demenz-Kongressen.

⁵ Rohra, Helga (o.J.): Referate auf dem 6. Kongress der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. Gemeinschaftlich leben. Eigenverlag der DAG.

Hilfen für die Helferinnen und Helfer

Ansprechpersonen in Rheinland-Pfalz

Engagement in Beruf, Ehrenamt und Nachbarschaft bedeutet nicht, dass alle Probleme selbst gelöst werden müssen. In vielen Situationen ist fachliche Hilfe unerlässlich. Dies gilt vor allem dann, wenn eine offensichtlich verwirrte Person sich durch ihr Verhalten selbst gefährdet.

Wenn man zum Beispiel einem nur mit Schlafanzug bekleideten alten Menschen bei Minustemperaturen im Freien begegnet, liegt zweifellos eine Notsituation vor. In solchen Fällen ist die Polizei, erreichbar unter der Notrufnummer 110, die richtige Kontaktadresse. Versuchen Sie gegebenenfalls der verwirrten Person Beistand und Nothilfe zu leisten und warten Sie das Eintreffen der Beamten ab.

Andere Situationen sind weniger eindeutig. Wenn sofortiges Handeln nicht notwendig erscheint, Sie aber dennoch einen Hilfsbedarf vermuten, können Sie sich bei den lokalen Pflegestützpunkten oder Gesundheitsämtern Rat und Unterstützung holen.

Pflegestützpunkte bilden in Rheinland-Pfalz ein flächendeckendes Netz. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kennen die regionalen Angebote und können spezifisch auf die jeweilige Bedarfssituation älterer oder pflegebedürftiger Menschen und deren Angehörigen eingehen. Die Adressen der zuständigen Ansprechpersonen erfahren Sie bei Ihrer Stadt- oder Kreisverwaltung bzw. im Internet unter:

www.pflegestuetzpunkte.rlp.de

Ansprechpersonen bei den Gesundheitsämtern sind die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes. Betroffene, Angehörige und Personen des sozialen Umfeldes einschließlich der betreuenden oder behandelnden Institutionen können sich an sie wenden.

Aufgabe des Sozialpsychiatrischen Dienstes ist es, psychisch kranke Menschen zu unterstützen und dafür Sorge zu tragen, dass sie beraten, betreut und gegebenenfalls behandelt werden. Die Adresse der für Sie zuständigen Behörde, aber auch viele andere hilfreiche Kontakte für Menschen mit psychischen Erkrankungen erfahren Sie bei Ihrer Stadt- oder Kreisverwaltung.



Internetlinks zum Thema Demenz

Hilfreiche Internetadressen mit weiterführenden Informationen

Demenzkampagne Rheinland-Pfalz

www.demenz-rlp.de

Die Kampagne des Landes Rheinland-Pfalz will für das Thema Demenz sensibilisieren, Vorurteile abbauen und für mehr Verständnis für betroffene Menschen und ihre pflegenden Angehörigen werben. Zu diesem Zweck informiert sie umfassend über allgemeine Aspekte der Demenz und über lokale Veranstaltungen und Projekte. Wer nach regionalen Anlaufstellen und Demenznetzwerken sucht, findet hier Adressen und Ansprechpersonen.

Menschen pflegen

www.menschen-pflegen.de

„Menschen pflegen“ ist eine Initiative des Ministeriums für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie in Rheinland-Pfalz. Sie setzt sich für die Realisierung einer fachlich hochwertigen und dabei fürsorglichen und bedarfsgerechten Pflege heute und in Zukunft ein. Pflegebedürftige Menschen erhalten hier Informationen zu Angeboten und Qualitätskriterien, die ihnen eine Orientierung erleichtern und ihren Kundenstatus stärken. Pflegekräfte können sich über die Qualitätsziele und Kampagnen der Landesregierung informieren.

Sozialportal Rheinland-Pfalz

www.sozialportal.rlp.de

Das Sozialportal Rheinland-Pfalz bietet – auch in leichter Sprache – umfassende Informationen zu Angeboten für ältere und pflegebedürftige Menschen und für Menschen mit Behinderung. Per Postleitzahlen-Suche gibt es unter anderem die Möglichkeit, aus 135 Pflegestützpunkten den nächstgelegenen als persönliche Anlaufstelle zu ermitteln.

Onlinesuche Rheinland-Pfalz

www.onlinesuche.rlp.de

Über diese Seite des Ministeriums für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie finden Sie alle Anschriften von wichtigen Ansprechpersonen in ganz Rheinland-Pfalz. Die Seite wird regelmäßig aktualisiert.

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.

www.deutsche-alzheimer.de

Auf der Website der größten deutschen Selbsthilfeorganisation für Betroffene und Angehörige finden Interessierte umfangreiche Informationsmaterialien zu den

verschiedenen Aspekten der Demenz und zu überregionalen und lokalen Mitgliedsgesellschaften. In verschiedenen Foren können Erfahrungsberichte ausgetauscht werden. Am Alzheimertelefon werden Fragen zur Demenz beantwortet.

Demenz Support Stuttgart gGmbH

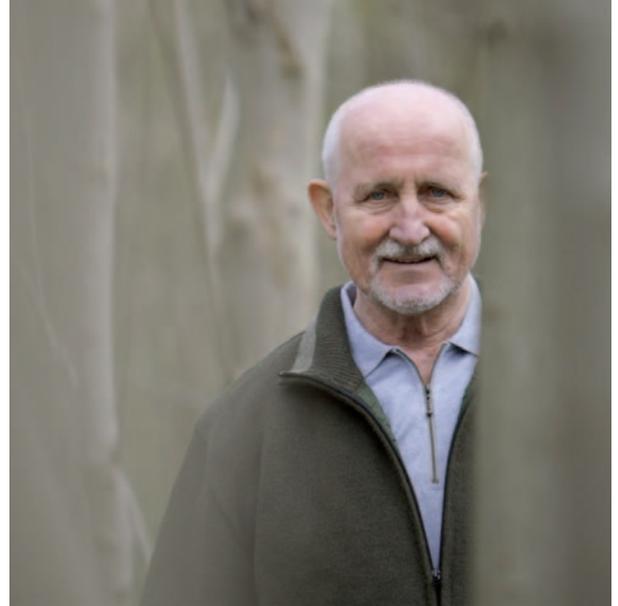
www.demenz-support.de

Die stiftungsfinanzierte gemeinnützige Gesellschaft setzt sich für mehr Lebensqualität, Selbstbestimmung und Teilhabe von Menschen mit Demenz ein. Die Internetpräsenz informiert über ihre Projekte, Aktionen und Expertisen. Betroffene, aber auch Fachpersonal oder Träger von Einrichtungen finden hier wichtige Anregungen zur Gestaltung eines Lebens mit Demenz.

Patientenleitlinien.de

www.patientenleitlinien.de/Demenz/demenz.html

Das Informationsportal der Universität Witten/Herdecke wendet sich an Betroffene und an die Menschen, die sie pflegen. Die Website enthält wesentliche Informationen von den Krankheitsbildern über die Diagnostik bis hin zum Umgang mit dem Geschehen. Die Inhalte der Patientenleitlinie basieren auf einer Leitlinie für Ärzte. Sie wurde von einem unabhängigen Expertenteam erstellt und wird regelmäßig aktualisiert.



Die Hirnliga e.V.

www.hirnliga.de

Der gemeinnützige Verein hat die Förderung der Alzheimerforschung und die Verbesserung der Situation von Betroffenen und Angehörigen zum Ziel. Auf der Homepage finden sich neben Informationen zur Alzheimerkrankheit auch Stellungnahmen zu aktuellen Entwicklungen und Debatten sowie Informationen zu aktuellen Forschungsprojekten.

Aktion Demenz e.V.

www.aktion-demenz.de

Die Aktion Demenz e.V. betont die zivilgesellschaftliche Dimension der Demenz. Ihre Aktivitäten haben die soziale Teilhabe der Betroffenen und eine Stärkung des bürgerschaftlichen Engagements zum Ziel. Interessierte können sich auf der Homepage über aktuelle Projekte, vor allem über Projekte im Bereich der „Demenzfreundlichen Kommune“, informieren.

Das Landes-Netz-Werk Demenz

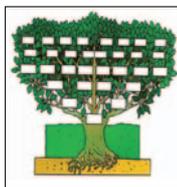
Die landesweite Informations- und Koordinierungsstelle stellt sich vor.

Seit 2004 setzt sich die Demenzkampagne Rheinland-Pfalz im Rahmen der Initiative „Menschen pflegen“ des Ministeriums für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie für mehr Öffentlichkeit und Akzeptanz von Menschen mit Demenz und deren Angehörigen ein. Mit dem 2009 gegründeten Landes-Netz-Werk Demenz, das bei der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in RLP e.V. (LZG) angesiedelt ist, wird das vielfältige Engagement der Landesregierung und der vielen Partnerinnen und Partner im Land weiter gebündelt.

Eine landesweite Informations- und Koordinierungsstelle

Das Landes-Netz-Werk Demenz versteht sich als landesweite Informations- und Koordinierungsstelle zum Thema Demenz. Die Zusammenarbeit von Fachkräften verschiedener Professionen und ehrenamtlich engagierter Menschen soll regional gestärkt und gefördert werden. Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind, sollen durch vernetzte Strukturen vor Ort schnell und umfassend Unterstützung finden.

Das Landes-Netz-Werk Demenz sieht sich darüber hinaus als Servicestelle für die vielen **Demenznetzwerke** im ganzen Land. Es begleitet Netzwerkgründungen, bietet Fortbildungsangebote, Veranstaltungen zum überregionalen Austausch, Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit, Bereitstellung von Informationsmaterial sowie Unterstützung bei der Umsetzung regionaler Projekte.



Die Demenznetzwerke sind Zusammenschlüsse von Vertreterinnen und Vertretern verschiedener Institutionen, denen eines gemeinsam ist: Sie arbeiten zum Thema „Pflege“ und „Demenz“. Das sind oftmals die Pflegestützpunkte in Rheinland-Pfalz, die zum Beispiel gemeinsam mit Organen der Kreis- und Stadtverwaltung, Informations- und Beratungsstellen kirchlicher und privater Träger sowie Anbietern ambulanter und stationärer Unterstützung Kooperationen eingehen. Diese trägerübergreifenden Kooperationen tragen neben „Demenznetzwerk“ auch andere Titel wie „AG Demenz“, „Netzwerk Demenz“ oder „ServiceStelle Demenz“.

Transparente Strukturen im Land

Ein Ziel des Landes-Netz-Werks Demenz ist es, alle demenzspezifischen Angebote in Rheinland-Pfalz zu erfassen und auf der Demenzlandkarte unter www.demenz-rlp.de übersichtlich darzustellen. Die Suche nach Informationen zum Thema Demenz in den einzelnen Regionen soll so für Menschen mit Demenz und ihre Familien vereinfacht werden.

Beispiele guter Praxis

Schon jetzt werden in ganz Rheinland-Pfalz innovative Projekte zur Unterstützung, Versorgung und Betreuung von Menschen mit Demenz und deren Familien umgesetzt. Das Landes-Netz-Werk Demenz möchte einen Erfahrungsaustausch zwischen diesen Projekten sicherstellen und neue Projekte mit auf den Weg bringen.

Informationsbroschüren

Das Landes-Netz-Werk Demenz bietet für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, Betroffene und Angehörige eine Vielzahl an Informationsbroschüren an, die unter www.demenz-rlp.de/unsere_Materialien zum Download zur Verfügung stehen. Dort erhalten Sie auch Hinweise zu den Bestellmöglichkeiten.

Wer sich ehrenamtlich engagieren will, für ein gelungenes Praxisprojekt werben möchte oder selbst eine Idee zur Verbesserung der Betreuung, Versorgung und Unterstützung von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen in einer Region verwirklichen will, findet Ansprechpersonen beim Landes-Netz-Werk Demenz unter www.demenz-rlp.de.



Service

Gerne vermittelt das Landes-Netz-Werk Demenz Kontaktpersonen zum Thema Alzheimer und Demenz vor Ort.

Ansprechpartner in der LZG:

Patrick Landua

Telefon: 06131 2069-34

E-Mail: plandua@lzg-rlp.de

Impressum

Herausgeben von:

Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)
Hölderlinstraße 8
55131 Mainz
Tel. 06131 2069-0
Fax: 06131 2069-69
www.lzg-rlp.de

V.i.S.d.P.

Dr. Matthias Krell, Geschäftsführer der LZG

Text

Manfred Schnabel, Philosophisch-Theologische-Hochschule Vallendar

Redaktion

Nele Lemke und Annika Welz, LZG

Grafische Konzeption und Design

Jörg Pelka, www.allergutendinge.de

Bildmaterial

www.fotolia.com

Druck

I.B. Heim, Mainz

2. Auflage: 5.000

Gefördert durch Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie (MSAGD) im Rahmen der Demenzstrategie des Landes Rheinland-Pfalz.
www.msagd.de



Materialien zur Gesundheitsförderung
LZG Schriftenreihe Nr. 278

Art.-Nr.: GSE3037



RheinlandPfalz

MINISTERIUM FÜR SOZIALES,
ARBEIT, GESUNDHEIT
UND DEMOGRAFIE



Landeszentrale für
Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.