„Leben mit Demenz“

Ein Schulungsangebot des Landesverbandes der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.
in Kooperation
mit der AOK Rheinland/Hamburg – Die Gesundheitskasse

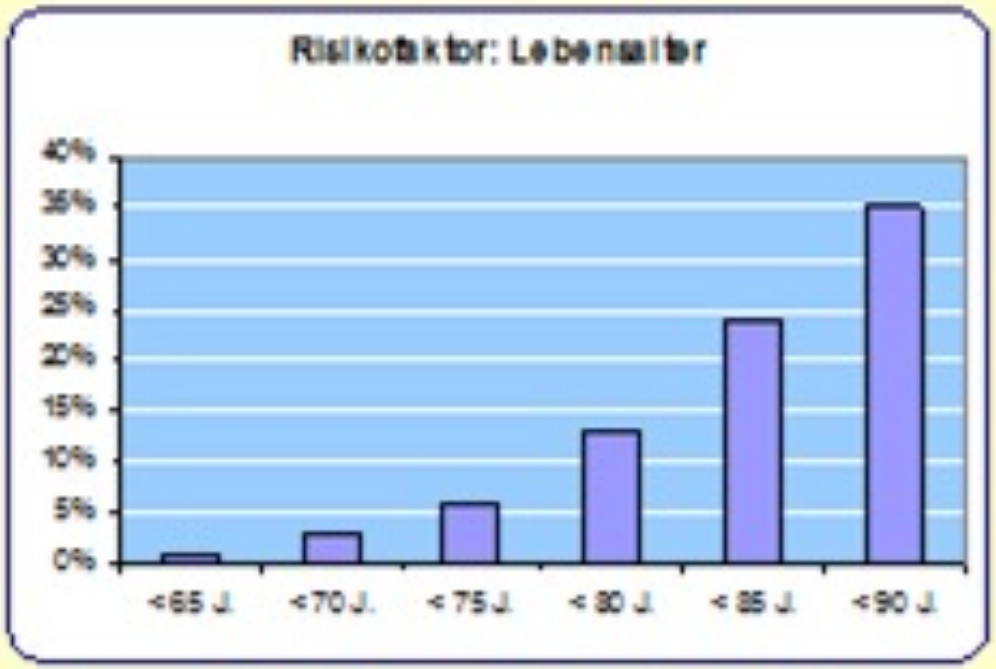
Modul 2

Zugang finden zur Realität von Menschen mit Demenz

- Krankheitserleben und Gefühlswelt von Menschen mit Demenz
-
- Herausforderndes Verhalten verstehen
-
- Selbstsorge : Die psychische Belastung erkennen

Häufigkeit demenzieller Erkrankungen in Deutschland

- ca. 1,7 Millionen Erkrankte in Deutschland
- laut Schätzungen steigt die Zahl der Demenzkranken bis 2050 auf ca. 3 Millionen an



© Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz

Das menschliche Gehirn besteht aus ca. 1 Billion Nervenzellen

Abgestorbene Nervenzellen können nicht wieder ersetzt werden

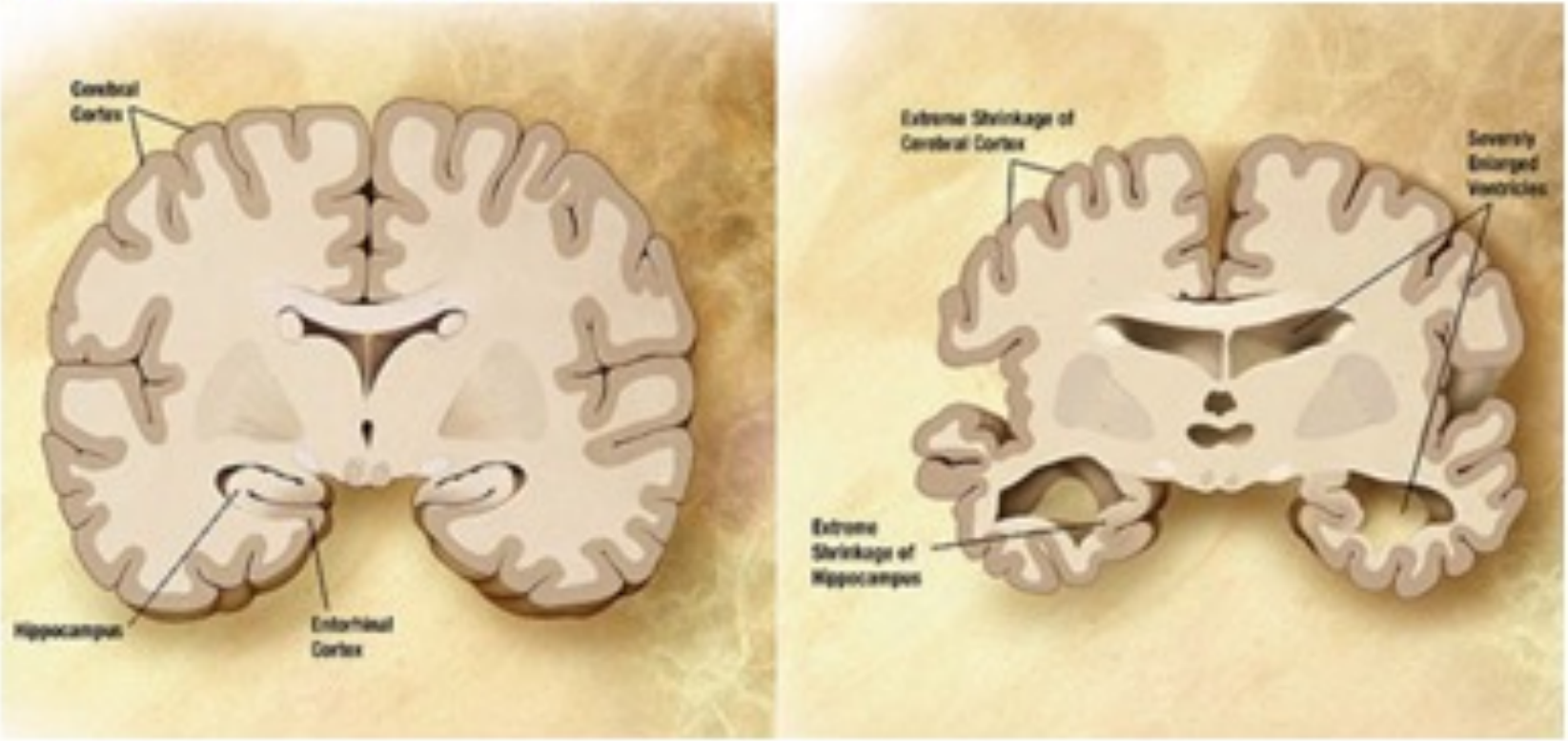
Ein gewisser Verlust von Nervenzellen im Laufe des Lebens ist normal und wird kompensiert

Botenstoffe (Transmitter) spielen bei Demenz eine wichtige Rolle!
Nervenzellen die den Botenstoff „Acetylcholin“ produzieren gehen zugrunde. Dieser Botenstoff wird benötigt um Erinnerungen ,Orientierung, Urteilsvermögen, Gefühlsleben ect. Aufrecht zu erhalten

Was passiert….

Nervenzellen erkranken und gehen verloren.

Der Nervenzellverlust zieht verschiedene Symptome nach sich.



Symptome der Demenz:

- Gedächtnisstörungen
- Orientierungsstörungen
- Störung der Lernfähigkeit
- Aphasie
- Urteilsvermögen ist beeinträchtigt
- Apraxie (Störung der Handlungsabläufe)
- Agnosie (Verlust Gegenstände wiederzuerkennen)
- Persönlichkeitsveränderung

Weiter Auswirkungen:

- Störungen des Arbeitsgedächnis (Betroffener reagiert auf zuletzt gesagte Worte im Satz)
- Projektion: Andere werden verantwortlich gemacht
- Scham und Rückzug
- Ängste (häufig unbegründet)
- Stimmungsschwankungen
- Bagatellisieren
- Verleugnen

Demenz **ist ein Oberbegriff für ein Symptombild einiger Krankheiten, die die Leistungsfähigkeit des Gehirns und somit geistige, emotionale und soziale Fähigkeiten beeinträchtigen**

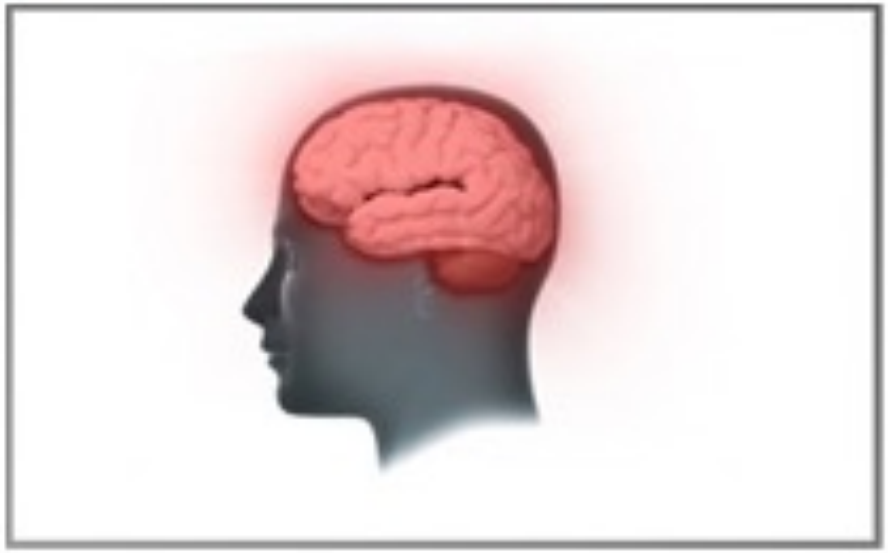
Man unterscheidet verschiedene Demenzerkrankungen:

- Demenz vom Alzheimer Typ
- Vaskuläre Demenz
- Lewykörper Demenz
- Frontotemporale Demenz

Neurodegenerative Erkrankungen sind nicht heilbar

Dementielle Symptomatik als Folge anderer Erkrankung…

* Stoffwechselstörung
* Depression
* Normaldruck Hydrocephalus
* Alkoholabusus
* Exikose
* Hirntumor
* Delir (z.B. nach Narkose)



Risikofaktoren für eine dementielle Erkrankung können sein:

- Lebensalter
- Bluthochdruck
- Diabetes
- Hypercholestenie
- Morbus Parkinson

„Erkennungsmerkmale“

- Wirkt verwirrt
- Unangepasste Kleidung
- Keine adäquate Reaktion auf die Situation
- Hartnäckiges von „Fehlern“ oder Verwechslungen
- Ständiges Wiederholen von Fragen, Aussagen ect….
- … oder Wortkarg
- Sprachstörungen
- Probleme einem Gespräch zu folgen
- Von Gesprächsthemen abdriften
- Probleme / Schwierigkeiten werden bagatellisiert
- Sozialer Rückzug
- Stimmungsschwankungen/ Depressionen
- Visuelle Halluzinationen
- Antriebslosigkeit

Wichtig für Menschen mit Demenz

- Überschaubare, klar strukturierte Umgebung
- Handlungen vereinfachen
- Nicht überfordern
- Nicht „vorführen“
- Entscheidungsalternativen begrenzen
- Sicherheit geben
- Vertrautheit schaffen
- Wertschätzung

Gefühle des Betroffenen formulieren und Trost spenden

Was kann ich machen....

* Annehmen, Achten, Wertschätzen
* Sicherheit geben
* Ermutigen; Misserfolge nicht thematisieren
* Langsam sprechen
* Konfrontation vermeiden
* Störquellen vermeiden (Lärm, Ablenkung)
* Anschuldigungen nicht persönlich nehmen
* „Bündnis eingehen“
* Freundlich und geduldig bleiben
* Hilfe anbieten

Trost
Bindung
Liebe
Identität
Einbeziehung
Beschäftigung

Herausforderndes Verhalten

Umgang mit Unruhe und Aggression

Dieses sogenannte herausfordernde Verhalten

kann Folge sein von :

Zerstörung bestimmter Hirnregionen

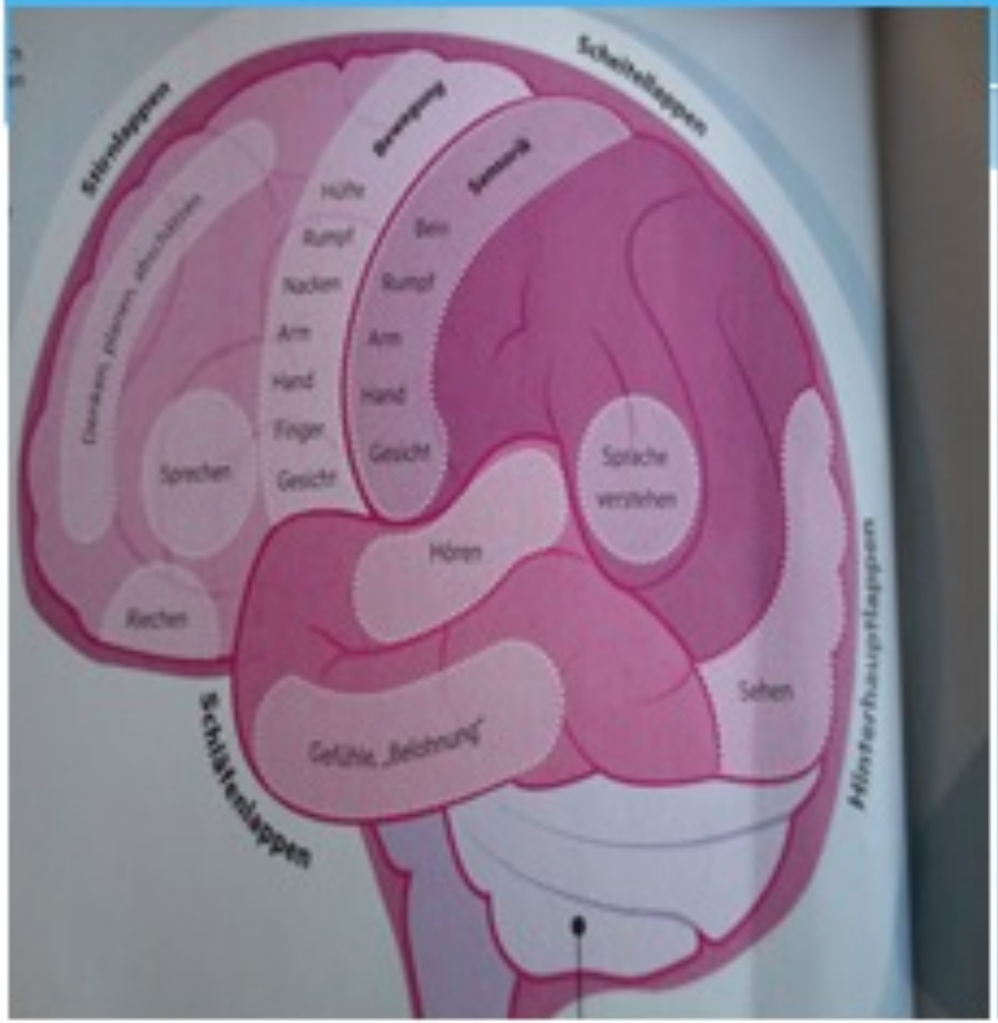
Körperlicher Beschwerden (Schmerzen, Hunger)

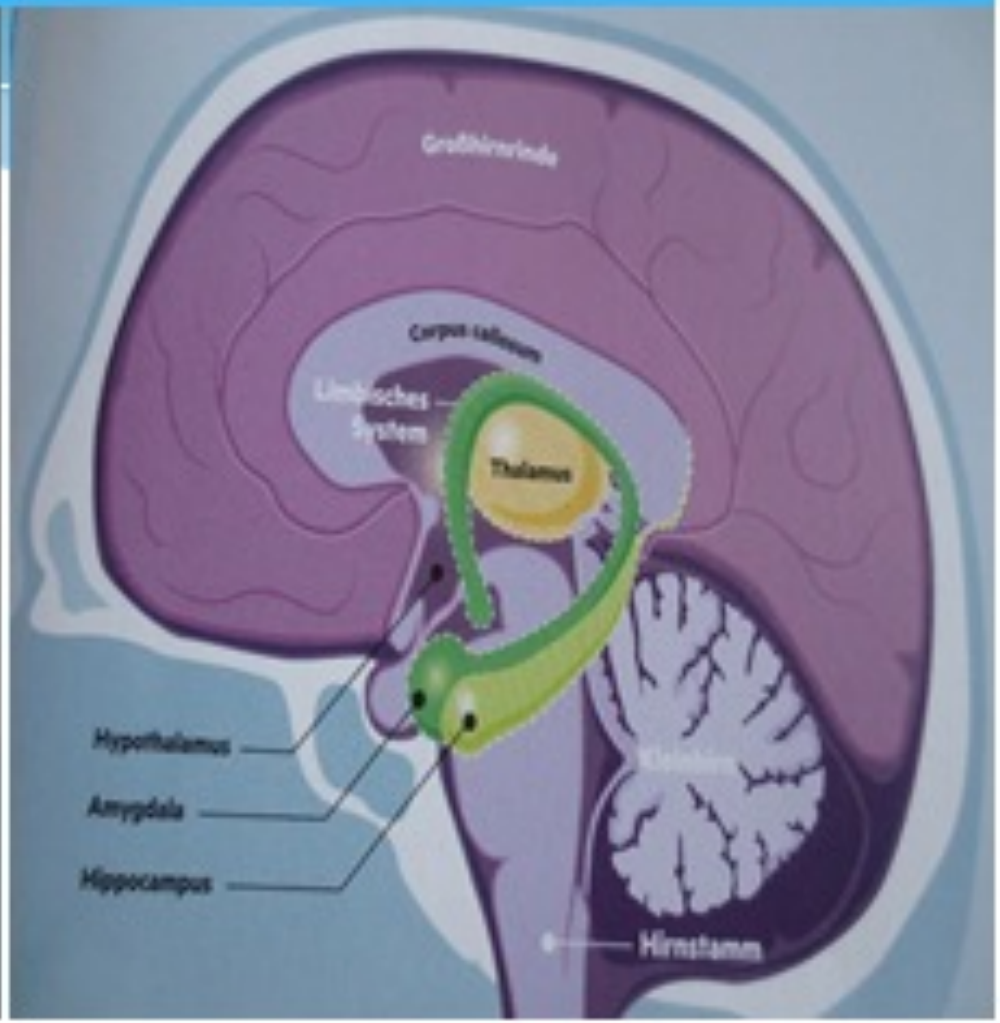
Psychisches Leid

Sozialer Isolierung ; Einsamkeit

Erlerntes Konstrukt

Unverarbeitete Konflikte aus der Lebensgeschichte


Stirnlappen
Scheitellappen
Hüfte
Rumpf
Nacken
Arm
Hand
Finger
Gesicht
Bein
Rumpf
Arm
Hand
Gesicht
Sprechen
Sprache verstehen
Hören
Riechen
Sehen
Gefühle, „Belohnung"
Schläfenlappen
Hinterhauptlappen


Großhirnrinde
Corpus callosum
Limbisches System
Thalamus
Hypothalamus
Amygdala
Hippocampus
Hirnstamm

Interventionsmöglichkeiten

- Aufmerksamkeit
- Gute Beobachtung
- Ursachenlinderung
- Bewegungsdrang ausleben lassen
- Ablenkung / Beschäftigung
- Überforderung vermeiden

Biogra

Sedierung/Fixierung

Sedierung und Fixierung sind Eingriffe in diePersönlichkeitsrechte, die richterlich genehmigt werden müssen.

Halluzination / Ängste

Ursachen dafür können sein:

- Degeneration der verschiedenen Hirnareale (Krankheitsbedingter Abbauprozess)
- dadurch bedingter Mangel an Serotonin (Neurotransmitter)
-Fehlidentifikationen

Bei ca. 60 % aller Alzheimer Erkrankten tritt Angst als Symptom auf !
Häufig ist dies auf Veränderungen im Limbischen System zurück zu führen.
Ebenso kann Angst Symptom von Überforderungssymptomatik sein

Selbstsorge: Belastungen erkennen

Eigene Überforderung erkennen!

Entlastung organisieren

Hilfe suchen!

(z. B. Handeln statt Misshandeln (HsM)
Bonner Initiative gegen Gewalt im Alter e.V. Goetheallee 51, 53225 Bonn

Notruftelefon: 0228 / 69 68 68
Info-Telefon: 0228 / 63 63 22

Modul 3
Bewältigungsstrategien für Pflegende

- - Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- -
- - Wertschätzender Umgang / Validation
- - Lebensstrukturierung / Orientierungshilfen
- - Wohnraumanpassung

Bitte beachten:

- Vergewissern sie sich das Sehen und Hören möglich ist (Brille Hörgerät)
- Verwenden sie einfache und vertraute Wörter
- Bilden sie kurze Sätze – einfache Wörter
- Stellen sie Fragen die mit „ja/nein“ beantwortet werden können
- Achten sie auf die Körpersprache
- Vermeiden sie Konfrontation
- Widersprechen sie dem Erkrankten nicht
- Berücksichtigen sie die Lebensgeschichte des Erkrankten!

Biographie = Lebensgeschichte

..ist gelebte Zeitgeschichte
…kann dazu beitragen das Annähern zu erleichtern; Reaktionen des Betroffenen zu verstehen; andere Wahrnehmung zu ermöglichen!

Erinnerungen machen die Persönlichkeit eines Menschen aus. Wir Betreuende können den Anstoß geben , Erinnerungen wieder wach zu rufen und wertschätzen!

Beim erzählen können schöne Erinnerungen nachgelebt werden – die Selbstachtung und „ich“ Identität wird gefördert

Alles verlegst du…

Ich war das nicht……

Immer wird etwas gestohlen

Verleugnungsstrategien von Menschen mit Demenz

Validation

- –Wertschätzende und empathische Grundhaltung
- – Betroffene wird in seiner Identität bestätigt und gestärkt (nicht korrigiert)
- – Gefühl ist wichtiger als der Inhalt der Aussage

Gefühle und Antrieb des Erkrankten wahrnehmen, wertschätzen und nicht korrigieren!

Dem Erkrankten wird mit Respekt und Zuneigung begegnet, was auch beinhaltet sich an der persönlichen Sicht und Erlebenswelt des Erkrankten zu orientieren!

„ Auswirkungen“ der Validation

- Würde und Selbstwertgefühl wird erhalten

- Wohlbefinden verbesset

- Stress – sowohl für den Angehörigen als auch für den Erkrankten – reduziert

- Ressourcen gestärkt

- Verhinderung des sozialen Rückzugs

Möglichst nicht….

- Bitte nicht korrigieren
- Bitte nicht herunterspielen bzw. bagatellisieren (z.B. wer wird denn bei diesem Wetter traurig sein…)
- Bitte nicht tadeln
- Bitte nicht „vorführen“
- Bitte nicht „abfragen“

Gut ist....

- Ruhige, liebevolle Ansprache in angemessener Langsamkeit
- Anknüpfen an die noch vorhandenen Ressourcen
- Gefühle benennen und bestätigen
- Kurze und direkte Wiederholungen der Worte des Erkrankten
- Benutzen von allgemeinen Redewendungen, Sprichwörtern
- Gesagtes „spiegeln“

Wohnraumanpassung

* Gefahrenquellen Abbauen
* Helle, blendfreie Lichtverhältnisse schaffen
* Stolperfallen vermeiden
* Fußbodenbelag sollte nicht reflektieren
* Haltegriffe bei Bedarf
* Nachtlicht / Bewegungsmelder
* Türen „entriegeln“
* Räume mit Schildern/Piktogrammen kennzeichnen
* Wenn möglich „Barrierefreiheit“

Spezielle Wohnraumanpassung für Menschen mit Demenz

* Herdsicherung
* Signalmatten
* Ortungsgeräte
* Protektoren Hosen
* „Türglocken“
* Schlafoveralls

Pflegehilfsmittel:

z.B.: Rollator, Rollstuhl, Pflegebett, Haltegriffe, Duschstuhl, Badewannenlifter, Toilettensitzerhöhung…

Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen:

z.B.: barrierefreier Duschumbau, Treppenlifter, Rampen…

Hilfreiche Infos

Regionalbüros Alter,Pflege und Demenz

alter-pflege-demenz-nrw.de (Mediathek)

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.

shop.deutsche-alzheimer.de/broschueren/33

Bundesministerium für Gesundheit

(Publikation)

Noch Fragen, Anregungen…?