

Tabuthema Demenz

Demenz ist eine weit verbreitete Erkrankung des Alters. Die Krankheit verursacht bei den Betroffenen häufig eine frühzeitige Pflegebedürftigkeit, da sie die kognitiven Fähigkeiten nach und nach immer mehr einschränkt. Für die häusliche Pflege ist dies eine besondere Herausforderung und für pflegende Angehörige oft sehr belastend.

Demenz ist eine fortschreitende, nicht heilbare Erkrankung des Gehirns, die das Gedächtnis, das räumliche Orientierungsvermögen, sprachliche Fähigkeiten, aber auch das handlungspraktische Denken zunehmend beeinträchtigt. An Demenz Erkrankte verlieren zunehmend die Kontrolle über ihr Denken und damit über sich selbst. Demenz hat immer einen schleichenden Verlauf, der schneller oder langsamer ausgeprägt sein kann. In Deutschland sind etwa zehn Prozent der Über-65-Jährigen an Demenz erkrankt. In der Gesamtbevölkerung sind es 1,7 Millionen Betroffene mit jährlich 300.000 Neuerkrankungen.

Kognitive Einschränkungen und Persönlichkeitsveränderungen

Anfangs haben Demenzkranke Gedächtnis- und Orientierungsstörungen. Diese sind häufig nicht oder nur schwer von gewöhnlichen altersbedingten Gedächtnisstörungen zu unterscheiden, da Betroffene ihre Defizite oft gut kompensieren können. Die Einsicht, dass eine Erkrankung zugrunde liegt, ist häufig nicht vorhanden. Neurologische Untersuchungen können eine Demenz zwar zuverlässig nachweisen, doch die kognitiven Störungen erschweren eine Krankheitseinsicht oder sie geht nach kurzer Zeit wieder verloren. Zu Beginn der Erkrankung benötigen Betroffene bei vielen Tätigkeiten Unterstützung, aber noch keine Pflege in dem Sinne. Eine selbstständige Lebensführung fällt mit der Zeit immer schwerer. Kommunikations- und Verhaltensstörungen, Ängste, Misstrauen und Aggressivität sowie plötzliche Verhaltensveränderungen können zusätzlich auftreten. Viele Demenzkranke verändern ihre Persönlichkeit. Für Angehörige ist es oft ein Abschied von einer bislang vertrauten Person, eines Gesprächspartners oder Gefährten, der die Verantwortung in der Vergangenheit mitgetragen hat. Mit Fortschreiten der Demenz verkleinert sich der Freiraum pflegender Angehöriger.

Ein stabiles Umfeld für Betroffene

Überschaubare, strukturierte und wiederkehrende Tagesabläufe, die gleiche Umgebung, vertraute Gegenstände und feste Regeln geben Erkrankten Halt. Die Kommunikation sollte in Form von kurzen, verständlichen Sätzen sein. Mimik, Gestik und Berührungen können Gesagtes unterstreichen, aber alleinstehend oft nicht mehr verstanden werden. Streit und Diskussionen verunsichern demenzkranke Personen und können negative Gefühle hervorrufen, die Betroffene nicht verstehen und verarbeiten können. Demenzkranke sollten möglichst wenig alleine sein. Das Fortschreiten der Demenz kann mit einem stabilen und ruhigen Umfeld verlangsamt werden.

Unterstützung holen

Viele pflegende Angehörige von Demenzkranken entwickeln eine Depression. Zudem erhöht sich das Risiko, selbst an Demenz zu erkranken. Auch Wut, Aggressionen und Gewaltbereitschaft gegenüber zu Pflegenden können aus der Überbelastung Pflegender resultieren. Ärzte, Sozial- und Pflegedienste bieten professionelle Unterstützung. Der Erfahrungsaustausch mit anderen kann ebenso helfen. Der erste Schritt ist, einzusehen, dass fortan Hilfe notwendig ist. Pflegende können Verwandte und Freunde konkret um Hilfe bitten: etwa um zeitliche Entlastung von der Betreuung durch einen Spaziergang, Vorlesen oder gemeinsames Singen mit dem zu Pflegenden. Die Inanspruchnahme von Hilfen kann Stress abbauen und neue Kraft geben und auch ein Gewinn für die dementiell erkrankte Person sein.

Um mit den Veränderungen durch eine Demenz klarzukommen, bieten einige Träger wie die Alzheimer-Gesellschaften kostenlose Schulungen an.



Weitere Informationen:

- Aktion Demenz: www.aktion-demenz.de
- BMFSFJ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: www.wegweiser-demenz.de
- Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V., Entlastungsangebote für pflegende Angehörige: www.deutsche-alzheimer.de/angehoerige/entlastungsangebote.html
- Verein zur Betreuung Angehöriger Demenzkranker: www.vbad.de
- Vergissmeinnicht – Deutsche Demenz Stiftung: www.deutsche-demenz-stiftung.de