



Begleitung von Menschen mit Demenz und deren An- und Zugehörigen

Ulrike Moes



Mögliche Hinweise auf eine Demenz (I):

- zunehmende Vergesslichkeit / Wiederholungen
- Stimmungsschwankungen
- nachlassendes Interesse / Antriebsarmut
- Veränderungen im Essverhalten (v. a. Süßes)
- Gewichtsveränderungen



Mögliche Hinweise auf eine Demenz (II):

- Orientierungsstörungen (v. a. in fremder Umgebung)
- nachlassende kognitive Fähigkeiten
- Fehleinschätzung von Gefahren
- hartnäckiges Abstreiten von Fehlern
- Zunahme von Abwehr / Misstrauen



Ursachen von Demenzerkrankungen:

- Alzheimer-Krankheit (ca. 30 %)
- Gefäßkrankheiten (ca. 10 %)
- Alzheimer-Krankheit und Gefäßkrankheit (ca. 34 %)
- Alzheimer-Krankheit und Lewy-Körperchen-Krankheit (ca. 10 %)
- Lewy-Körperchen-Krankheit (ca. 5 %)
- Frontotemporale Degeneration (ca. 5%)
- andere Ursachen wie Stoffwechselerkrankungen, Infektionen, behebbare Ursachen (je 2 %)



Hilfreiche Tipps zur Kontaktaufnahme:

- langsam und ruhig den Raum betreten
- auf eigene Mimik und Gestik achten
- von vorn oder vorn seitlich nähern
- möglichst auf Augenhöhe kommunizieren
- ruhig und freundlich ansprechen



Hilfreiche Tipps zur Kommunikation:

- Augenkontakt
- einfache, kurze Sätze
- offene Fragen (W-Fragen) vermeiden
- Pausen
- evtl. andere Formulierung nutzen
- Gesten zur Unterstützung einsetzen

Hilfreiche Tipps zum Umgang (I):



- Gewohnheiten / Rituale
- verbliebene Fähigkeiten nutzen
(-> nicht alles abnehmen!)
- möglichst nicht nachbessern (ggfs. „heimlich“)
- Überforderung vermeiden
- Ruhe ausstrahlen und bewahren

Hilfreiche Tipps zum Umgang (II):



- keine Diskussionen
- Betonung von Wissenslücken vermeiden
- in schwierigen Situationen **ablenken**
- ggfs. auch klare Ansagen / Grenzen setzen
- Verhalten verstehen und nicht persönlich nehmen



Allgemein hilfreiche Tipps:

- von manchen eigenen Normen und Wertvorstellungen lösen
- Toleranzgrenzen verschieben
- eigene Flexibilität und Kreativität
- Humor
- Sorge für die eigene Gesundheit



Angebote der Alzheimer Gesellschaft Hannover e. V.:

- Beratung (kostenlos)
- Informationsmaterialien (überwiegend kostenlos)
- Gruppenangebote für MmD
- Gruppenangebote für An- und Zugehörige
- gemeinsame Gruppenangebote
- Einsatz von Helfer*innen



Angebote der Alzheimer Gesellschaft Hannover e. V.:

- Informationsveranstaltungen (kostenlos)
- Fortbildungen / Schulungen
- Stand am Selbsthilfetag
- Wochen der Demenz
-

Wenn Sie Fragen haben:

**Alzheimer Gesellschaft Hannover e. V.
Osterstr. 27
30159 Hannover
Tel.: 0511 / 215 74 65**

**E-Mail: Alzheimer-Gesellschaft-Han@t-online.de
www.alzheimergesellschaft-hannover.de**

