

# Demenz - Altern in Würde



Jan Dorr

6.6.2018

# Geriatrische I's

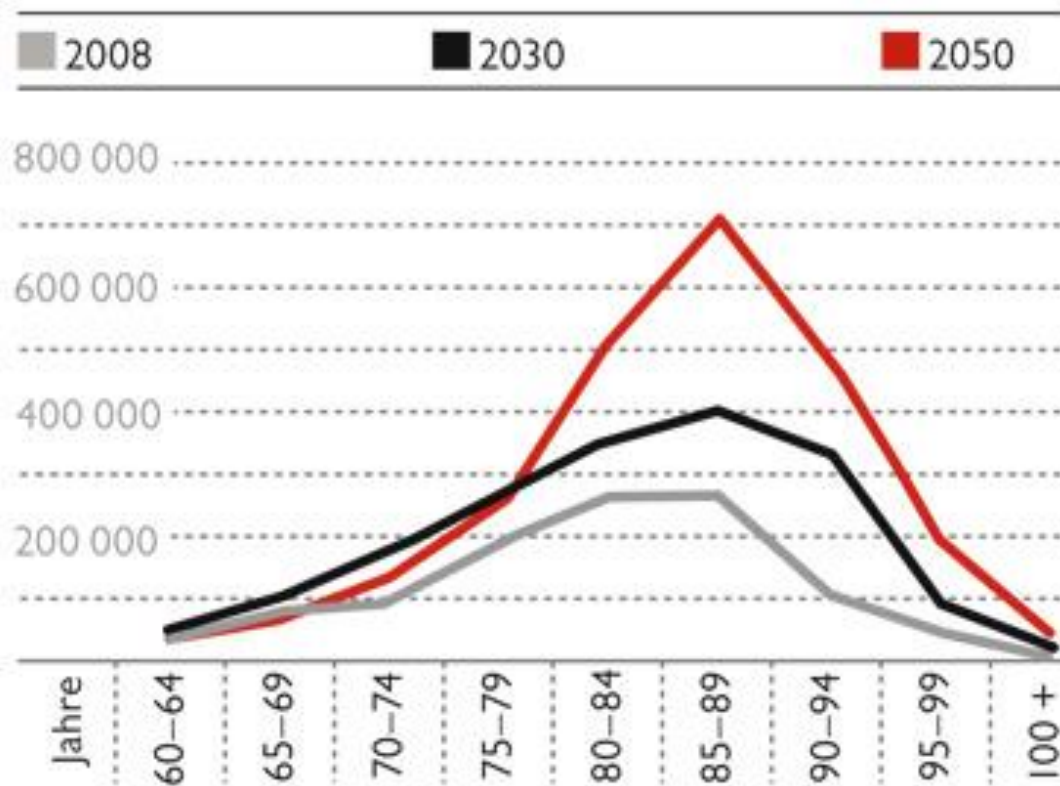
- Intellektueller Abbau
- Immobilität
- Inkontinenz
- Instabilität
- Isolation
- Irritables Kolon
- Impaired eyes and ears
- Impecunity (Armut)
- iatrogene Probleme
- Insomnie
- Immundefizite
- Impotenz

# Alzheimer – Assoziationen

- „...es ist die Rede von »lebenden Toten«, von »welken Hüllen«, die sinnlos dahinvegetierten. Man denkt an sabbernde Greise, die lallend durch die Altenheime irren. Die im Nachthemd auf die Straße laufen, die ihre engsten Angehörigen nicht mehr erkennen und am Ende nicht mal mehr sich selbst...“
- Gunter Sachs hat sich – laut Abschiedsbrief – aus Angst vor »der ausweglosen Krankheit A.« erschossen. Der Tod schien ihm die bessere Alternative.
- Die medizinische Diagnostik betrachtet vor allem die Defizite:
  - den schleichenden, jahrelangen Prozess der Hirnveränderung;
  - die Gedächtnisprobleme und
  - Wortfindungsstörungen, die irgendwann so groß werden, dass die Betroffenen nicht mehr selbstständig leben können; der Verlust der Sprache,
  - zunehmende körperliche Probleme bis hin zur Inkontinenz und Bettlägerigkeit;
  - das Endstadium mit künstlicher Ernährung (?) und
  - Freiheitsentziehenden Massnahmen.

# Gesellschaft der Dementen

Entwicklung der Zahl der Demenzkranken in Deutschland nach Altersgruppen

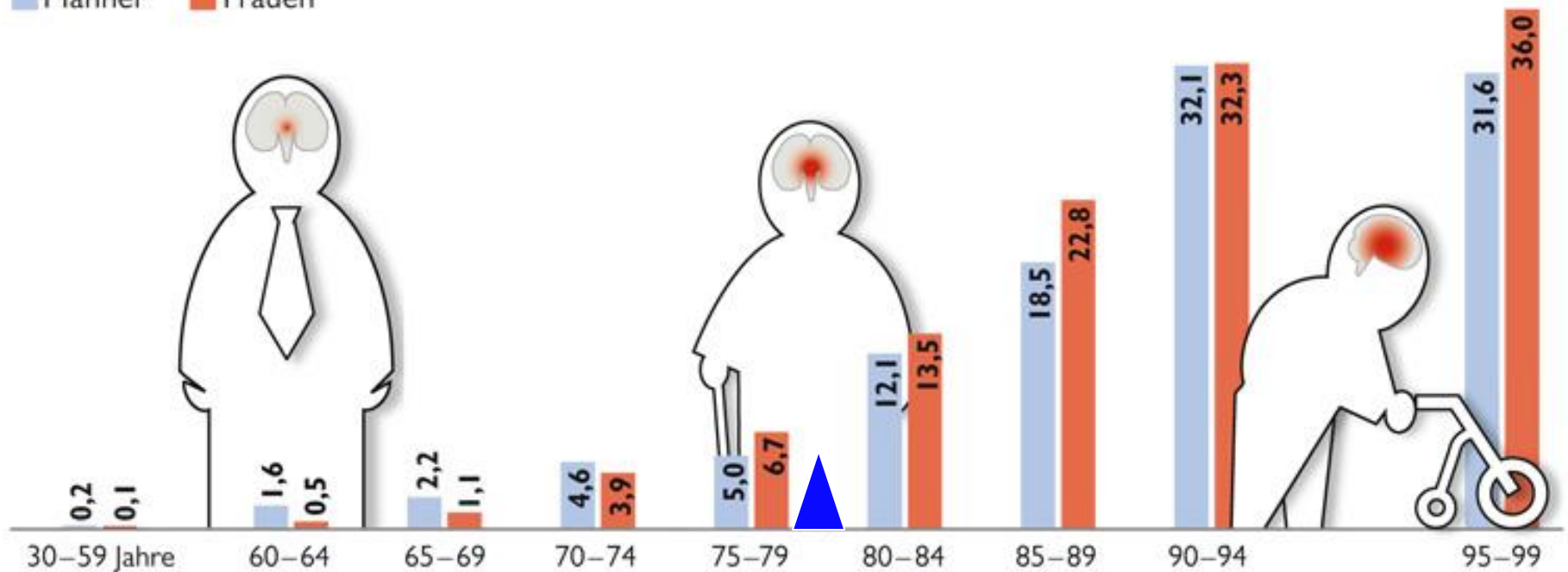


**ZEIT**-Grafik/Quelle: Demenz-Report 2011 des Berlin-Instituts für Bevölkerung und Entwicklung

# Ab 80 steigt das Risiko

Häufigkeit von Demenz in verschiedenen Altersgruppen nach Geschlecht, in Prozent

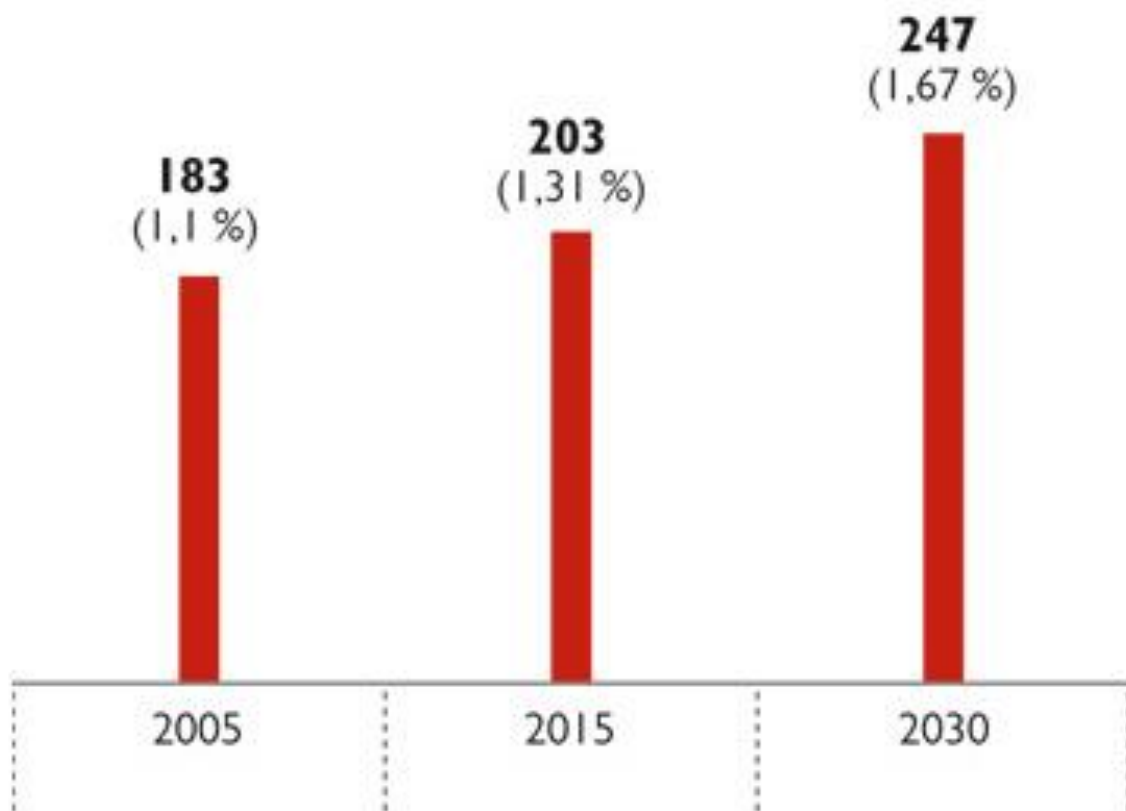
■ Männer ■ Frauen



ZEIT-Grafik/Quelle: Demenz-Report 2011 des Berlin-Instituts für Bevölkerung und Entwicklung

# Wachsendes Problem

Von 100 000 Menschen erkranken an Demenz:



**ZEIT**-Grafik/Quelle: Demenz-Report 2011 des Berlin-Instituts  
für Bevölkerung und Entwicklung

# Wür | de (Duden)

- Achtung gebietender **Wert**, der einem Menschen innewohnt, und die ihm deswegen zukommende **Bedeutung**
- Bewusstsein des eigenen Wertes [und dadurch bestimmte Haltung]. *Intrinsisch*
- mit Titel, bestimmten Ehren, hohem Ansehen verbundenes Amt, verbundener Rang, verbundene Stellung. *Extrinsisch*

# Würde

als  
**Wesensmerkmal**

Christliche Lehre vom Menschen als dem Ebenbild Gottes



"Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren." (Art. 1 der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte vom 10. Dezember 1948)

"Die Würde des Menschen ist unantastbar." (Artikel 1 GG)

als  
**Gestaltungsauftrag**

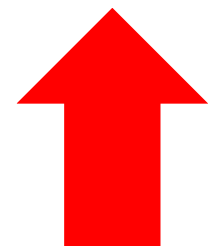
Idee von der sittlichen Autonomie des Menschen  
(Aufklärung / Immanuel Kant)

an das  
**Individuum** gerichtet

"Beherrschung der Triebe durch die moralische Kraft ist Geistesfreiheit, und Würde heisst ihr Ausdruck in der Erscheinung. Auch die Würde hat ihre verschiedenen Abstufungen und wird da, wo sie sich der Anmut und Schönheit nähert, zum Edeln, und wo sie an das Furchtbare grenzt, zur Hoheit. Der Höchste Grad der Anmut ist das Bezaubernde, der höchste Grad der Würde ist Majestät." - Friedrich Schiller, Über Anmut und Würde, 1793

an die  
**Gesellschaft** gerichtet

"[Die Würde des Menschen ist unantastbar.] Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt." (Artikel 1GG)





# **Wortwolken** (Duden online)

- Typische Verbindungen entstehen computergeneriert und zeigen, in welchem Kontext Wörter verwendet werden.
- Basis: Textsammlung mit über 4 Mrd. Wortformen aus aktuellen Texten mit unterschiedlichen Quellen (Zeitungen und Zeitschriften, Romane, Sachbücher u. a.).

ADJEKTIVE

VERBEN

SUBSTANTIVE

Selbstachtung

Respekt

Anmut

Würde

Anstand

Freiheit

Stolz

ADJEKTIVE

VERBEN

SUBSTANTIVE

bewahren

zurückgeben

wahren

Würde

ausmachen

bitten

verletzen

- »Wir verletzen tagtäglich die Menschenwürde von Demenzkranken«, sagt der Bonner Gerontopsychiater Rolf Hirsch.
- Schätzungen zufolge ist jeder dritte Pflegeheimbewohner in Deutschland von freiheitsentziehenden Maßnahmen betroffen: z.B. Bettgitter, Türen verschlossen, Psychopharmaka.
- Es fehlt an Geld und an Personal.
- Wer Demenz auf ein Pflegeproblem reduziert, der redet am eigentlichen Problem vorbei.

# **„Herausforderndes Verhalten“**

> 90% der Demenzerkrankten entwickeln im Verlauf psychische / Verhaltenssymptome, z.B.

- Unruhe + Agitiertheit
- Umtriebigkeit
- Aggressivität
- Wahnhafte Überzeugungen
- Halluzinationen
- Depressionen

# Nichtmedikamentöse Maßnahmen bei Verwirrtheit

- Wahrnehmung stärken
  - Brille, Hörgerät?
- Orientierung erleichtern
  - Vertraute Personen, Umgebung
- Strukturierte und regelmäßige Abläufe
  - Häufige Umgebungswechsel vermeiden
- Freundlicher und ruhiger Umgang
- Stressbeseitigung, keine Reizüberflutung
- Überwachung
  - Vermeidung von Selbstgefährdung

# Strategien im Alltag

- Vermeiden Sie plötzliche Veränderungen in der täglichen Routine.
- Verzichten Sie auf unnötige Machtkämpfe.
- Überfordern Sie den Patienten nicht.
- Versuchen Sie nicht, ihn übermäßig zu kontrollieren.
- Versuchen Sie ruhig und geduldig zu bleiben.
- Bewahren Sie den Respekt vor dem Kranken.
- Behalten Sie Ihren Humor.

# Wie Sie dem Patienten helfen können:

- Haben Sie Verständnis dafür, dass der Kranke in seiner eigenen Welt lebt. Ermöglichen Sie ihm, seine Gewohnheiten beizubehalten.
- Nehmen Sie die Gefühle des Kranken ernst.
- Vermeiden Sie sinnlose Diskussionen und unnötigen Streit.
- Reagieren Sie möglichst gelassen auf Gefühlsausbrüche des Kranken und zeigen Sie Verständnis für seine Situation.
- Behandeln Sie den Demenz-Kranken nicht wie ein unmündiges Kind, bewahren Sie Respekt vor seiner Person und zeigen Sie ihm das auch.



# Wie Sie dem Patienten helfen können:

- Sorgen Sie für eine überschaubare und gleich bleibende Umgebung und einen beständigen Tagesablauf mit festen Regeln, an denen sich der Kranke orientieren kann.
- Sprechen Sie in kurzen, einfachen Sätzen und unterstreichen Sie das Gesagte mit Mimik, Gesten und ggf. mit Berührungen.
- Nutzen Sie verbliebene Fähigkeiten des Kranken und beschäftigen Sie ihn sinnvoll. Beziehen Sie den Kranken so weit wie möglich in tägliche Abläufe mit ein, damit er ein Gefühl des Dazugehörens bekommt. Sprechen Sie ab und zu ein Lob aus. Aber überfordern Sie den Demenz-Patienten nicht, da dies zu Angst und Zorn führen kann.
- Achten Sie auf das körperliche Wohlbefinden des Patienten. Dazu zählen Körperpflege, gesunde Ernährung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr genauso wie regelmäßige Besuche beim Zahnarzt.

# Wie Sie sich selbst das Leben erleichtern können:

- Informieren Sie sich umfassend über das Thema Demenz. Je mehr Sie wissen, um so sicherer werden Sie im Umgang mit kranken Menschen.
- Arbeiten Sie mit Gedächtnisstützen, die dem Patienten und Ihnen selbst den Tagesablauf einfacher gestalten können:
  - Legen Sie eine Liste mit wichtigen Telefonnummern immer neben das Telefon.
  - Kennzeichnen Sie alle Türen des Umfeldes mit Namensschildern oder entsprechenden Bezeichnungen wie Toilette, Badezimmer, Küche.
  - Befestigen Sie an der Ausgangstür eine Checkliste von Dingen, die vor dem Verlassen der Wohnung zu erledigen sind.
  - Legen Sie dem Patienten die Kleidungsstücke zum Ankleiden morgens schon zurecht.
  - Befestigen Sie die Brille des Patienten an einer Halskette.

# Wie Sie sich selbst helfen können:

- Denken Sie auch an sich selbst! Sie brauchen Erholung und Ausgleich. Verschaffen Sie sich genügend Freiraum für eigene Interessen, und machen Sie sich deshalb kein schlechtes Gewissen. Nehmen Sie Hilfen von außen an, wo immer sie sich bieten.
- Sprechen Sie mit Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation wie Sie befinden. Tauschen Sie Erfahrungen aus und lernen Sie daraus, wie sich eventuelle Probleme bewältigen lassen.

# Validation (= Wertschätzung)

- Das Gefühl /die Stimmungslage des Betroffenen wird als gültig bzw. wahr akzeptiert und anerkannt. (Keine *Bewertung*)
- Eingehen und Reagieren auf herausforderndes Verhalten und Äußerungen von verwirrten Patienten
- Deeskalationsstrategie
- Grundhaltung im täglichen Umgang mit Demenzkranken

Naomi Feil, 1990: Weiterentwicklung der Gesprächsführung des Psychologen Carl Rogers (1902-1987).

# Validierungstechniken

- Kein Widerspruch
- Eingehen auf Gefühle des Betroffenen
- Ruhe bewahren, nur so laut wie nötig sprechen
- kein Spiegeln
- Sachliche Fragen („W“-Fragen: Was, wie, wo,...
  - Vermeiden von *Warum*-Fragen
- Kurze und einfache Aussagen
- Frontaler Blickkontakt auf Augenhöhe
- Geduld haben, dem Betroffenen Zeit geben
- Gestische und mimische Glaubhaftigkeit

# Das Drama des Alterns im Film

Strauß B, Philipp S  
2017, Springer Verlag  
362 S., 39,99€


Bernhard Strauß · Svetlana Philipp Hrsg.



## Wilde Erdbeeren auf Wolke Neun

Ältere Menschen  
im Film



 Springer

## **Broschüre:**

### **Verwirrt, verschroben, abgeschoben**

» nicht mehr lieferbar - hier zum Herunterladen als pdf!

### **Verhaltensänderungen bei Demenzpatienten**

Medizinisch versteht man unter Demenz eine fortschreitende Erkrankung des Gehirns. Wichtige Aufgaben wie das Gedächtnis, das räumliche Orientierungsvermögen oder auch die Sprache funktionieren schlechter. Auch die Persönlichkeit des Erkrankten leidet. Dadurch ändern sich auch sein Verhalten und seine grundlegenden Wesenseigenschaften.

Diese Broschüre informiert über

- mögliche Ursachen von Demenz
- Verhaltensänderungen bei Demenz-Patienten
- Behandlungsmöglichkeiten bei Verhaltensänderungen
- Tipps zum Umgang mit Demenz-Kranken
- Früherkennung
- Uhren-Test



## **Broschüre:**

### **Wenn alte Menschen schwierig werden Demenz: Krankheitszeichen und medikamentöse Therapie**

» nicht mehr lieferbar - hier zum Herunterladen als pdf!

"Wenn alte Menschen schwierig werden. Tipps zum Umgang mit Wesensveränderungen von älteren Angehörigen" In einfühlsamen Texten nähert sich die Broschüre dem Thema Alter und Demenz. In verständlicher Sprache informiert die Broschüre über die biologischen Grundlagen der Erkrankung, stellt die wichtigsten Krankheitszeichen vor und zeigt neue Therapiemöglichkeiten auf. Gleichzeitig finden pflegende Angehörige zahlreiche Tipps, die ihnen den Umgang mit dem älteren Familienmitglied erleichtern. Ein Fragebogen am Ende gibt Auskunft, ob eine Demenzerkrankung vorliegen könnte.





## **Broschüre:**

### **Verhaltensänderungen im Alter**

#### **Lebensnahe Tipps und alltagstaugliche Ratschläge für Angehörige demenzkranker Menschen**

» nicht mehr lieferbar - hier zum Herunterladen als pdf!

Die Broschüre wendet sich an Familien, die einen demenzkranken Angehörigen zuhause betreuen und pflegen. Da sich bei vielen Erkrankten die Persönlichkeit ändert, ist der Umgang mit Demenzkranken oft sehr schwierig. Die Broschüre gibt lebensnahe Tipps und alltagstaugliche Ratschläge, die sowohl dem Erkrankten als auch den pflegenden Angehörigen zu Gute kommen.

Eine umfangreiche Liste mit Ansprechpartnern und spezialisierten Kliniken ergänzt den Text.



# Provizierende These

**„Selbst schuld, wer nicht rechtzeitig Vorsorge trifft.“**

- Wer für sich im Alter respektvollen Umgang erwartet, hat entsprechend Vorsorge zu treffen.
- Solange man sich bei guter geistiger Gesundheit mit seinen Angehörigen über Alter und Demenz unterhalten kann soll man dies auch tun.
- Klare Formulierung von Vorstellungen, Wünschen, Ängsten und No-Gos für den „Ernstfall“.
- Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung

# Zusammenfassung

- Über 1 Mio. demenzbetroffene Menschen leben derzeit in Deutschland. Bis 2050 soll sich die Zahl mehr als verdoppeln.
- Jeder 3. Mann, jede 2. Frau könnte im Laufe des Lebens an einer Demenz erkranken.
- Die Medizin macht derzeit wenig Hoffnung auf eine wirksame Therapie oder gar Heilung.
- **Wir müssen lernen, mit demenzkranken Menschen zu leben und nicht nur *über* sie zu reden, sondern *mit* ihnen.**
- **Würde im Alter hängt davon ab, was wir dem demenzkranken Menschen täglich ermöglichen.**

Ich führe ein  
Leben mit

**viel Würde.**

Und Wärme.

Und Hätte.