

Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz

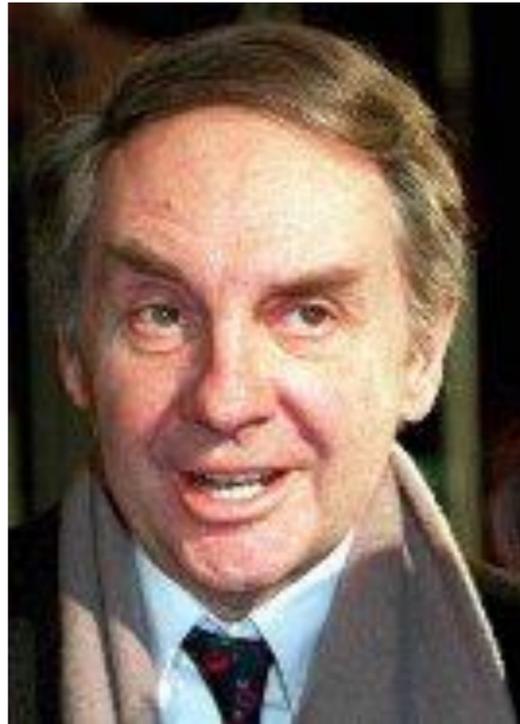
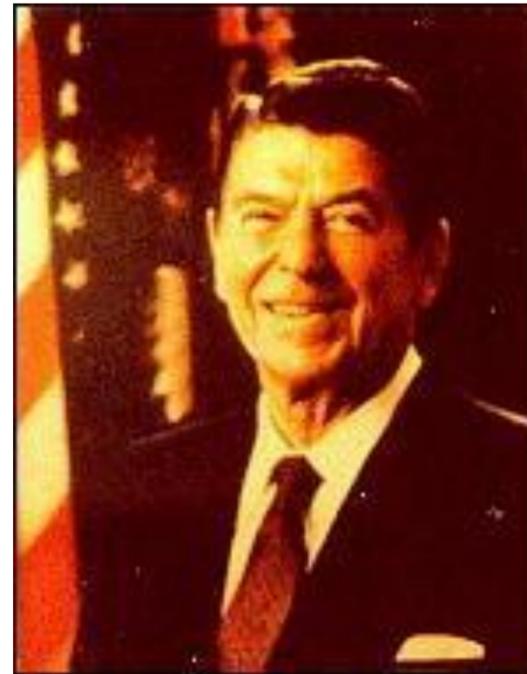
Eine gemeinsame Initiative zur Strukturentwicklung der Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW



Regionalbüros **Alter, Pflege und Demenz**

Eine gemeinsame Initiative zur Strukturentwicklung der Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW

Demenz hat viele Gesichter





Definition

Demenz ist der Oberbegriff für eine Vielzahl von Erkrankungsbildern, die mit einem Verlust der geistigen Funktionen wie Denken, Erinnern, Orientierung und Verknüpfen von Denkinhalten einhergehen und die dazu führen, dass alltägliche Aktivitäten nicht mehr eigenständig durchgeführt werden können. Oft kommt es auch zu Veränderungen des zwischenmenschlichen Verhaltens und des Antriebs.

Langfristig führen sie zu einem Absterben von Gehirnzellen und somit zum Verlust der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit.



Warnsignale



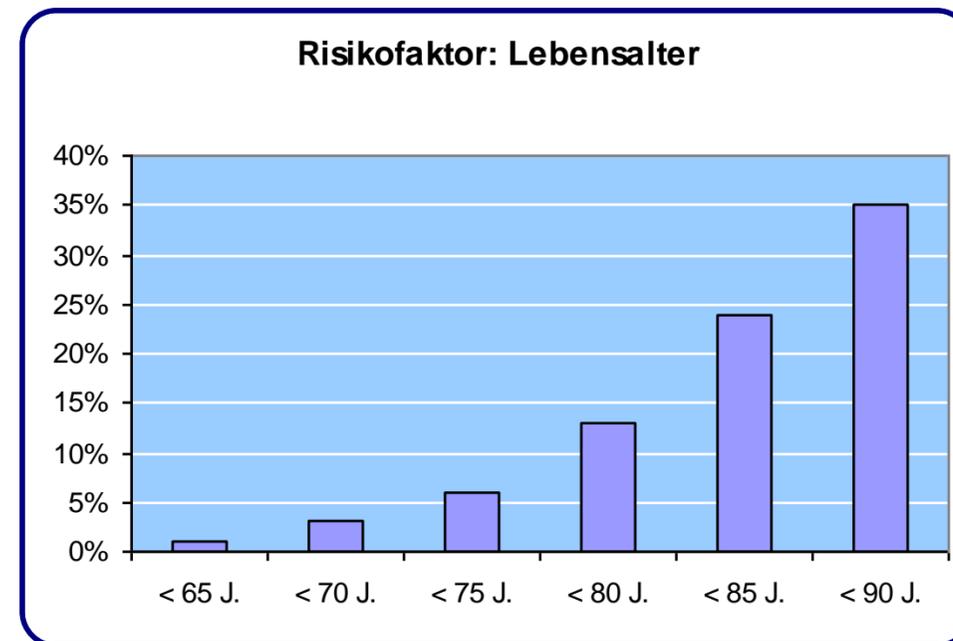
- auffallend nachlassendes Kurzzeitgedächtnis
- häufige Wortfindungsstörungen
- zeitliche und örtliche Orientierungsstörungen
- deutliche Schwierigkeiten, Neues zu lernen
- nachlassen bisher beherrschter geistiger und praktischer Fähigkeiten
- Veränderungen der Persönlichkeit, z.B. depressive Verstimmungen, Antriebslosigkeit, Unruhe, Nachlassen des Urteilsvermögen, Aggressivität
- Personen fühlen sich verunsichert und beschämt, versuchen Beeinträchtigungen zu überspielen





Häufigkeit dementieller Erkrankungen in Deutschland

- ca. 1,6 Millionen Erkrankte in Deutschland
- laut Schätzungen steigt die Zahl der Demenzkranken bis 2050 auf ca. 2,6 Millionen an





Demenzen

- Primäre Demenzen
Das Gehirn selbst ist erkrankt, Gehirnzellen sterben ab, Gehirnleistungen nehmen stetig ab
- Sekundäre Demenzen
Das Gehirn selbst ist nicht erkrankt, es funktioniert als Folge einer anderen körperlichen Störung nicht mehr gut





Primäre Demenzen

Neuro-degenerative Demenzen:

Eiweiße verklumpen in und zwischen den Gehirnzellen

- Alzheimer (ca. 60 – 70%)
- Lewy-Body-Demenz (ca. 20%)
- Frontalhirndemenz (5-10%)
- (Pseudo-) Demenz bei Morbus Parkinson
- u.a.

Vaskuläre Demenzen:

(ca. 10 – 20%)

Die Blutversorgung im Gehirn wird durch die Adern nicht mehr sicher gestellt

- Multi-Infarkt-Demenz
- Demenz nach Schlaganfall
- Demenz nach Hirnbluten
- u.a.

Häufig treten Mischformen auf. Sie sind fortschreitend, nicht heilbar!



Sekundäre Demenzen

Viele möglichen Ursachen (>10%):

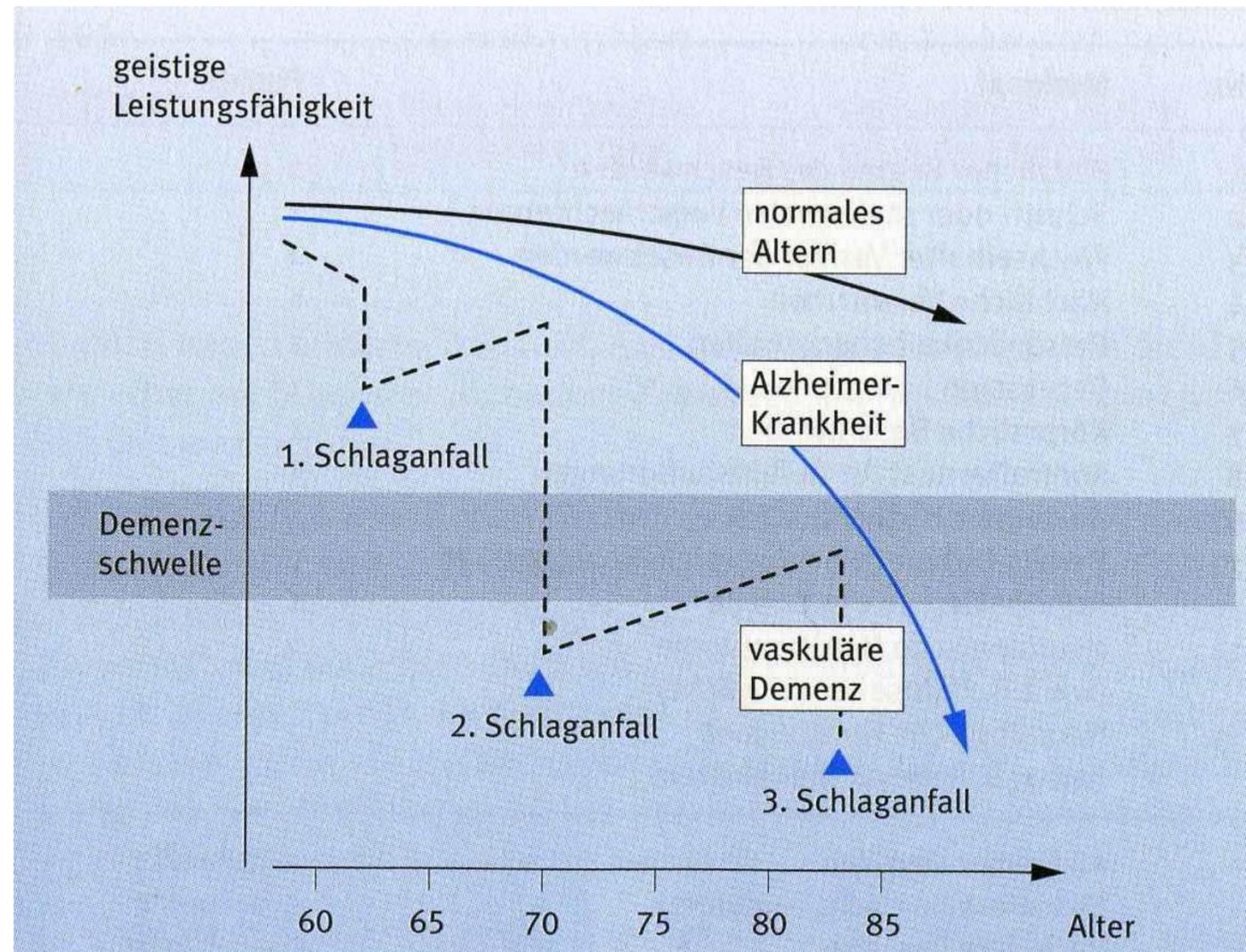
- Mangelzustände
- Vergiftung
- Austrocknung
- Entzündungen
- Stoffwechselstörungen
- Hormonelle Störungen
- Organversagen
- ...

z.T. reversibel/ heilbar, nicht fortschreitend, wenn sie früh genug behandelt werden; ansonsten können sie zu primären Demenzen werden





Geistige Leistungsfähigkeit und Alter



Quelle: Dr. med. Krämer, G. (2000). *Alzheimer-Krankheit: Antworten auf die häufigsten Fragen*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag. S. 45.



Vergesslichkeit vs. Demenz

Vergesslichkeit	Demenz
Gelegentliches Vergessen unwichtiger Dinge	Häufiges Vergessen u. Verlegen wichtiger Gegenstände
Erinnerung kommt meistens durch Konzentration wieder	Vergessenes wird auch durch Konzentration nicht mehr erinnert
Es werden hauptsächlich Details bestimmter Erlebnisse vergessen z.B. Name des Urlaubsortes	Vergessen wichtiger Ereignisse oder Gedächtnisinhalte z.B. Name der Kinder

Risikofaktoren



- Hochaltrigkeit
- Übergewicht
- Bluthochdruck
- Rauchen
- Übermäßiger Alkoholkonsum
- Diabetes
- Depression
- Armut
- Soziale Isolation



Prävention



- Körperliche Bewegung
- Ausgewogene Ernährung
- Geistige Aktivität
- Soziale Teilhabe

Achtung: Prävention schützt nicht vor einer Demenz – kann aber das Risiko einer Demenzerkrankung verringern und die Erkrankung hinauszögern!



Stadien der Demenz



Frühstadium	Mittleres Stadium	Fortgeschrittenes Stadium
<ul style="list-style-type: none"> - Vergesslichkeit - Zerstreuung - Konzentrationsprobleme - Wortfindungsschwierigkeiten - Abnahme des inneren Antriebs und Interesse an Hobbys & Freizeitbeschäftigungen - Depressive Verstimmung - Stimmungsschwankungen 	<ul style="list-style-type: none"> - Zunehmende Unterstützung bei alltäglichen Tätigkeiten - Verlust des Orts- & Zeitgefühl - Gestörter Tag-Nacht-Rhythmus - Sprache wird undeutlicher & inhaltsleer - Harn-/ Stuhlinkontinenz 	<ul style="list-style-type: none"> - Rund um die Uhr auf die Pflege & Betreuung durch andere angewiesen - Gespräche kaum noch möglich - Unruhig, Halluzinationen - Vertraute Personen werden nicht mehr erkannt - Sprachverlust - Bettlägerigkeit

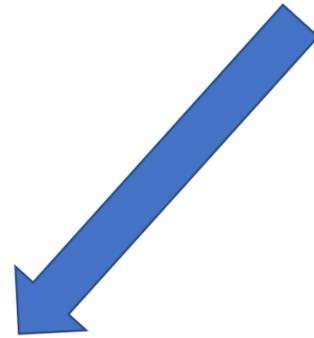




- Demenz ist nicht gleich Demenz und bleibt auch in ihrem Verlauf nicht gleich.
- „Andersartigkeit“, Krankheit“ und „Alter“ sind relative Begriffe, die vor allem auch mit der Perspektive des Betrachters zu tun haben.
- „Alter“ und „Demenz“ sollten nicht nur aus Sicht einer Erkrankung betrachtet werden, die die Defizite und Verluste in den Vordergrund stellt.



Demenz



Verlust von

- Geistigen Fähigkeiten
- Alltagskompetenzen
- Emotionaler Kontrolle
- Sprache

~~Verlust von~~

- Gefühlen
- Bedürfnissen
- Sinnesempfindungen





Bedürfnisse

- zu verstehen/ verstanden zu werden
- als Person akzeptiert und wertgeschätzt zu werden
- sozial eingebunden zu sein
- sich sicher zu fühlen
- in der gewohnten Umgebung bleiben zu können
- selbständig handeln zu können
- sich bewegen zu dürfen
- ...



Tom Kitwood



Validation/ Einfühlsame Kommunikation

Die Wirklichkeitssicht und Erlebniswelt von Menschen mit Demenz

- **annehmen**
 - **akzeptieren**
 - **wertschätzen**
 - **gelten lassen**
 - **bestätigen**
-
- Suchhaltung: Botschaften entschlüsseln (Begründungen oft in der Lebensgeschichte)
 - Wertschätzungen: Gefühle ansprechen und bestätigen (spiegeln)
 - „Der Ton macht die Musik“: Demenzkranke reagieren oft eher auf das „Wie“ als auf den Inhalt



Hilfreiche Kommunikationsregeln

- nicht auf Fehler oder Defizite hinweisen
- vorsichtige Hilfestellungen bei Wortfindungsproblemen
- sich im Blickfeld des Kranken aufhalten bei Gesprächen
- vorsichtig den „gerissenen“ Gedanken wieder aufnehmen
- kurze einfache Sätze verwenden
- langsam und mit Pausen sprechen
- keine Warum-Fragen stellen





Hilfreiche Kommunikationsregeln

- Vorsicht walten lassen bei Pronomen
- eindeutige Mimik und Gestik einsetzen
- Themenwechsel langsam vorbereiten
- Vorsicht bei Ironie, indirekten Sprechakten und bildhaften Redewendungen
- Schlüsselwörter betonen
- zur Kommunikation aktivieren
- nicht zum „Kind machen“





Wichtig im Umgang ist ...

- die Betroffenen ernst zu nehmen
- sie mit Respekt und Wertschätzung zu behandeln
- Sie anzuerkennen, zu bestärken
- Sie einzubeziehen
- Sie als Partner zu behandeln
- ihre Selbstständigkeit zu unterstützen
- Ihre Wirklichkeit anzuerkennen
- Ruhe und Sicherheit zu vermitteln
- Wärme und Geborgenheit zu vermitteln
- Ein entspanntes Tempo zu wählen
- Spaß zu ermöglichen, auf Humor zu reagieren

© Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz



Begegnung zweier Welten

Menschen mit einer fortgeschrittenen Demenz sind nicht mehr in der Lage, sich „unserer Wirklichkeit“ anzupassen, wir müssen versuchen, uns in ihre Wirklich zu begeben.

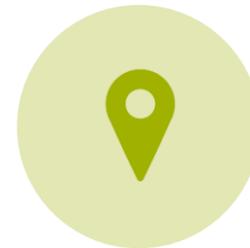
Hier erreichen Sie uns...



0521/ 9216-456 //-457 // -459



owl@rb-apd.de



Osningstr. 1
33605 Bielefeld