



## **Wissen über die Erkrankung Demenz ist grundlegend**

Um Menschen mit einer Demenz umfassender begreifen zu können, müssen wir die grundlegenden Merkmale und Symptome der Demenzerkrankung kennen. Das Wissen um die Komplexität der Einschränkungen, Veränderungen und Verluste schaffen ein besseres Verständnis für diese Menschen. Demenz ist eine Erkrankung, die durch Beeinträchtigung des Gedächtnisses und des Denkvermögens sowie durch weitere Warnsignale auffällig wird. Die Erkrankung darf keineswegs mit dem normalen Alterungsprozess gleichgesetzt werden, daher sollten Sie sich im Zweifel nicht zufrieden geben mit Aussagen wie: Mit 85 Jahren ist das normal, da kann man sowieso nichts machen.

### **Zu den Kernsymptome von Demenz zählen unter anderem:**

- Konzentrationsstörungen
- Sprach- und Wortfindungsstörungen
- Lese-, Schreib- und Rechenstörung
- Gedächtnisstörungen
- Benennungsstörungen
- Vergesslichkeit
- Desorientiertheit (zeitlich, örtlich, personen- oder situationsbezogen)

## **Wie kann sich die Demenz auswirken?**

Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind, nehmen durchaus im Anfangsstadium den beginnenden Krankheitsprozess an sich selbst wahr. Das macht ihnen Angst und kann sowohl zum Rückzug oder aber auch zu ungewohnt forderndem Verhalten führen. Menschen mit Demenz benötigen in dieser Situation Unterstützung !

Es gibt leider keine allgemeine Regel, wie man mit demenzerkrankten Menschen umgehen sollte. Was auf einen Demenzerkrankten beruhigend wirken kann, kann bei einem anderen Erkrankten das Gegenteil bewirken und sogar Auslöser für Unruhe werden. Gerade hier ist die Hilfe einer „erfahrenen Person“ wichtig.

## **Jeder Mensch braucht den Schutz seiner Würde**

Dieser Leitsatz trifft in besonderem Maße auf Menschen mit Demenz zu. Im täglichen Umgang mit diesen Menschen erleben wir oft, dass sie unterschiedlichste Strategien oder Tricks entwickeln, um mit der eigenen Veränderung umzugehen. Diese Strategien dienen dem Schutz ihrer Würde und sind in diesem Stadium sehr wertvoll.



### Einige Schutzstrategien

- Leugnen (zunächst selbst nicht wahrhaben wollen)
- Relativieren (»Das konnte ich noch nie!«)
- Humorisieren (»Oh je, wenn das so weiter geht...«)
- Fremdbeschuldigen (»Immer musst du meine Sachen verlegen!«)
- Merkzettel schreiben (Wie ziehe ich mich an? Was kaufe ich ein?)
- Ritualisieren (festgelegte Abläufe, Wege, inner-/außerhalb der Wohnung)
- Somatisieren (»Ich hab da was im Kopf.«)
- Konfabulieren (Fragen werden aus dem Zusammenhang gerissen, Inhalte passen meist nicht, der Sprachfluss bleibt lange erhalten)
- Isolieren (Rückzug aus sozialen Bindungen)

Diese Schutzstrategien sind begleitet von einem wahren Gefühlskarussell – zum Beispiel Verzweiflung, Ohnmacht, Misstrauen, Wut oder Angst, um nur einige zu nennen. Diese Schutzstrategien helfen den Erkrankten, die diese Phase der Demenz bewusst erleben, was eine sehr qualvolle Zeit ist. Menschen mit beginnender Demenz fühlen sich beobachtet und dauernd an ihre Veränderungen erinnert. Sie werden von unterschiedlichsten Gefühlen beherrscht wie Misstrauen, Hilflosigkeit, Wut, Enttäuschung oder Angst.

Sind Sie als Pflegeperson allein und auf sich selbst gestellt, ist es oft schwer, sich die mögliche Ursache des Verhaltens des Partners, des Vaters, der Mutter zu erklären. Im Gespräch mit einem Fachmann ist es jedoch oft möglich, das Verhalten zu verstehen und gemeinsam Wege zu finden, mit dem schwierigen Verhalten und den Ängsten der Erkrankten umzugehen lernen. Auch entlasten solche Gespräche, weil sie die Möglichkeit bieten, die eigenen Sorgen, Probleme und Nöte anzusprechen und loszuwerden.

Dennoch: Die Begleitung und Pflege eines demenzkranken Angehörigen ist immer sehr schwierig und aufreibend. Sie werden häufig Situationen erleben, in denen Sie mit Ihren Nerven am Ende sind. Versuchen Sie dann nicht, allein mit Ihren Sorgen fertig zu werden. Suchen Sie sich dann bewusst Entlastung durch Gespräche mit der Familie oder einem Fachmann: Geteiltes Leid ist halbes Leid.

Sie können nur dann liebevoll und gut pflegen, wenn es Ihnen selbst GUT geht, deswegen sagen Sie:

# Ich bin mir wichtig!!!