

Zusammenleben mit Demenzkranken

Erkrankt ein Mensch an einer Form der Demenz, betrifft das auch die pflegenden Angehörigen und deren Alltag. Informationen und praktische Tipps helfen, die neuen Herausforderungen gemeinsam mit dem zu Pflegenden besser zu bewältigen.



Petra Schlengermann ist Pflegeberaterin am Telefon bei compass private pflegeberatung in Köln

Das Zusammenleben mit einem an Demenz erkrankten Menschen stellt pflegende Angehörige oft vor enorme Anstrengungen. Neben den praktischen Herausforderungen im Pflege- und Wohnalltag werden Partner*innen und Familienangehörige durch die demenzspezifischen Krankheitssymptome oft auf eine schwere Geduldsprobe gestellt. Gerade der Verlust der Kommunikationsfähigkeit im fortgeschrittenen Stadium einer Demenzerkrankung erfordert ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen und ein gutes Gespür, um die zu Pflegenden demenzgerecht zu versorgen. Petra Schlengermann, Pflegeberaterin am Telefon bei compass private pflegeberatung in Köln, berät täglich Betroffene und Ratsuchende zum richtigen Umgang mit Demenzkranken.

„Besonders wichtig ist natürlich erst einmal, Verständnis für die Situation des Erkrankten bei den Angehörigen zu schaffen“, erklärt Petra Schlengermann. „Menschen mit Demenz sind, je nach Grad der Erkrankung, nicht in der Lage, das gesprochene Wort zu verstehen, einzuordnen oder zu behalten. Sie können oft auch nicht mehr zwischen Gegenwart und Vergangenheit unterscheiden oder ihre Lebensrealität als solche erkennen.“ Daher müssten sich pflegende Angehörige stets aufs Neue in die Situation ihrer zu pflegenden Angehörigen versetzen, die Erkrankung und ihre Folgen ernst nehmen und im Umgang mit Betroffenen ihre gewohnten Kommunikationswege anpassen. Das erfordere sowohl Geduld als auch eine hohe Frustrationstoleranz.

Lernen Sie Gelassenheit und strahlen Sie Ruhe aus!

Besonders mit dieser Erfahrung müssen viele pflegende Angehörige lernen umzugehen. Menschen mit Demenz verhalten sich krankheitsbedingt oft anders als gesunde Menschen es erwarten würden. Es gilt sich daher so früh wie möglich auf den Umgang mit unerwartbaren Reaktionen einzustellen und das eigene Verhalten an das Krankheitsbild der zu Pflegenden anzupassen. *„Ein bis dato unbekanntes, aggressives Gebahren, Anschuldigungen und Vorwürfe sind oft Ausdruck der eigenen Hilflosigkeit und Frustration des Demenzpatienten und sollten, auch wenn diese für Sie emotional verletzend sind, nicht persönlich genommen werden“,* rät Petra Schlengermann.

Pflegende Angehörige können durch ihr eigenes Verhalten positiven Einfluss auf den*die zu Pflegenden nehmen. Natürlich lässt sich daraus keine allgemeine Regel ableiten, denn der individuelle Gesundheitszustand ist von Patient*in zu Patient*in verschieden, dennoch gilt: strukturierte Abläufe, wenig Veränderung im zeitlichen und räumlichen Sinne und eine ruhige, empathische Stimme können im Umgang mit Erkrankten durchaus zu einem harmonischen Miteinander beitragen und einen beruhigenden und vertrauensvollen Rahmen für die pflegebedürftige Person schaffen. *„Meine KollegInnen und ich regen die Ratsuchenden stets dazu an, möglichst immer Ruhe auszustrahlen und nicht zu viele und komplizierte Fragen zu stellen“*, empfiehlt die erfahrene Pflegeberaterin. *„Menschen mit Demenz fühlen sich schnell überfordert und verunsichert, was wiederum zu Gegenreaktionen führen kann.“*

Praktische Tipps für den Alltag

Petra Schlengermann hat aber auch ganz einfache, praktische Tipps für das Zusammenleben mit Menschen mit Demenz. Für die häusliche Umgebung bieten sich im fortgeschrittenen Stadium einer Demenzerkrankung Veränderungen an, die das Zusammenleben sicherer und einfacher machen. Beispielsweise können das sein:

- Die oftmals vorhandene Abschaltautomatik für den Küchenherd überprüfen und/oder nachträglich einbauen lassen
- Reinigungsmittel, Medikamente und andere gefährliche Flüssigkeiten und Substanzen im Alltag sicher wegschließen
- Bewegungs- und Nachtlichter anbringen, um dringende Wege in der Häuslichkeit für den Pflegebedürftigen auch in der Nacht zu erleichtern
- Namensschilder in Kleidung einnähen oder Visitenkarten mit Namen und Mobilnotrufnummern (da nicht ortsgebunden!) von Angehörigen in Jackentaschen oder Handtaschen stecken
- Nicht zu viele, aber wichtige Orientierungshilfen im Haushalt durch Anbringung von Bildern oder Piktogrammen schaffen
- Schränke im Haushalt, die nicht zwingend geöffnet werden müssen, mit einfachen Kindersicherungen versehen