

Begleitung von Menschen mit Demenz

Im Jahr 2030 wird es einer Studie zufolge (MRC-Studie Lance/2001) in Deutschland ca. 1,5 Millionen Menschen mit Demenzerkrankungen geben. Die häufigste Form ist die Alzheimer-Krankheit und die zweithäufigste Form ist die vaskuläre Demenz, die durch Durchblutungsstörungen im Gehirn ausgelöst wird.

Das Krankheitsbild äußert sich in verschiedenen körperlichen und psychischen Symptomen, die das alltägliche Leben stark beeinträchtigen. Meist fängt es mit Gedächtnislücken im Kurzzeitgedächtnis an. Kognitive Beeinträchtigungen im Denken und Sinnerfassungen kommen hinzu. Im fortgeschrittenen Stadium ist die verbale Kommunikation erschwert. Oft fällt es diesen Menschen schwer, Zustände wie Schmerzen, Angst, Unruhe usw. zu äußern, deshalb sind sie auf besondere Sensibilität in der Beobachtung und Deutung ihrer Verhaltensweisen angewiesen. Für Angehörige ist es eine große Herausforderung, diese Menschen zu begleiten.

Hilfestellungen für den Umgang mit an Demenz erkrankten Angehörigen

Die emotionale Wahrnehmung bei Menschen mit Demenz ist oft weitgehend erhalten. Einfühlsame und liebevolle Angehörige, die Zuwendung und Begleitung geben, sorgen für Sicherheit und Geborgenheit.



Eine angemessene Kommunikation hilft Demenzerkrankten:

- Sprechen Sie den Erkrankten von vorne an und gewähren Sie ihm Blickkontakt.
- Wichtig ist, in dem, was man tut und sagt, authentisch zu sein. Der Erkrankte „fühlt“, wie es Ihnen geht. Wenn Ihr Verhalten nicht kongruent ist, verwirrt es ihn, denn logisch kann er es sich nicht mehr erschließen.
- Sprechen Sie in seiner Gegenwart nicht über ihn. Er möchte in das Geschehen mit eingeschlossen sein, auch wenn er verbal dazu nicht mehr in der Lage ist.
- Sprechen Sie einfache, langsame Sätze und erklären Sie pflegerische Handlungen.
- Der Demenzerkrankte braucht mehr Zeit, um sich auf Situationen einzustellen.
- Der Erkrankte fühlt Ihre Wertschätzung und es ist etwas Besonderes, auf dieser Ebene zu kommunizieren.

Berühren im Begleiten

- Durch Körperkontakt merkt der Erkrankte: „Ich bin nicht allein.“
- Unklare und flüchtige Bewegungen lösen bei ihm Abwehr aus. Eindeutige und klare Berührungen sind für ihn angenehm.
 - Eine Begrüßung am Anfang sollte z.B. nicht mit Handschlag erfolgen, denn dies ruft häufig Abwehrmechanismen hervor. Nach Absprache aller Beteiligten in der Begleitung dieser Menschen sollte man eine Initialberührung ritualisieren, z.B. an der Schulter. Die Berührung am Körperstamm empfindet der Erkrankte angenehmer. Diese Art von Berührungen erreichen tiefere Schichten im Stammhirn und können so angenommen werden. Wichtig ist jedoch zu bedenken, dass nicht jedem Demenzerkrankten Berührungen angenehm sind. Auch hier ist von der pflegenden Person ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen erforderlich.

Wie Angehörige auf Spannungen und Überbelastung reagieren können

Das Zusammenleben mit demenzerkrankten Menschen ist oft spannungsgeladen und für die Angehörigen extrem herausfordernd. Deshalb ist es wichtig, das ungewöhnliche Verhalten als krank anzusehen. Der Erkrankte lebt in der Erinnerung. Es kann sein, dass er nicht versteht, warum die Tochter sich verabschiedet, da sie doch früher bei ihm wohnte, oder er kann sich bei Veränderungen in der Wohnung oder der Umgebung nicht mehr orientieren. Es kann sein, dass er schon mit einem neuen Toilettendeckel nicht mehr klarkommt und deshalb die Toilette verfehlt. Das ist nicht Boshaftigkeit, sondern Teil seiner Krankheit. Die Entscheidung – „Ja, mein Angehöriger ist krank!“ – kann da schon eine Hilfe sein.

Vor allem Ehepartner müssen erkennen und annehmen, dass etwas Vertrautes verloren geht. Es ist ein Stück Sterben. Trotzdem, für Liebe sind die Erkrankten meistens bis zuletzt zugänglich.

Irgendwann kann der Punkt kommen, dass die Kräfte für die Pflege zu Hause nicht mehr ausreichen. Dafür bietet unsere Gesellschaft gute Angebote an. Eine Möglichkeit ist die Kurzzeit- oder Tagespflege. Es gibt sogar Angebote für Personen mit demenzerkrankten Angehörigen, Urlaub zu machen. In manchen Gegenden gibt es bereits Gottesdienste für Demenzerkrankte.

Aber auch dies soll gesagt sein: Irgendwann kann es sein, dass die Pflege zu Hause nicht mehr zu leisten ist. Dann ist es für alle Seiten oft gut, den Erkrankten in ein Heim zu geben. Dort kann man ihn regelmäßig besuchen und nach Kräften und Möglichkeiten für beide Seiten zur Erleichterung beitragen.

Auch an Demenz erkrankte Menschen haben Schmerzen

Ich selbst arbeite als Krankenschwester in einem Hospiz. Hier kommt es auch zur Aufnahme solcher Menschen. Sie leiden nicht nur an Demenz, sondern auch an schwerwiegenden anderen Erkrankungen, die eine Schmerztherapie erfordern.

Die meisten Menschen haben nicht Angst vor dem Tod, sondern davor, dass sie in ihrer Sterbephase leiden und Schmerzen haben. Dies ist einer der am häufigsten geäußerten Wünsche.

Die Schmerzbehandlung hat sich in den letzten Jahren erheblich verbessert. Leider kommt es immer wieder vor, dass Demenzerkrankte gar keine oder zu wenig Schmerzmittel erhalten. Sie können ihre Schmerzen nicht mehr angemessen verbalisieren und sind manchmal weder in der Lage, sie zu orten noch sie zu benennen.

Hier ist eine sehr gute Krankenbeobachtung von besonderer Bedeutung. Dafür ist es oft unerlässlich, Ärzte mit palliativer Zusatzausbildung heranzuziehen. Es gibt heute hervorragende Möglichkeiten durch Beobachtungskriterien, wie Atmung, negative Lautäußerungen, Gesichtsausdruck, Körpersprache und Reaktion auf Tröstung, Schmerzen zu diagnostizieren und entsprechende Schmerzmittel zu verabreichen. Eine adäquate Schmerztherapie gehört zum würdevollen Umgang mit Demenzerkrankten.

Menschen mit Demenz erleben körperliche Veränderungen, wenn ihr Sterben naht. Sie können nicht mehr darüber reden oder gar verstehen, was vor sich geht. Manchmal tauchen sie aber noch einmal klar im „Jetzt“ auf und erstaunen ihre Angehörigen mit bewegenden Momenten.

Sehen Sie es als eine Ehre an, demenzerkrankte Menschen in dieser Lebensphase zu begleiten mit dem Ziel, dass sie sich sicher, geborgen und schmerzfrei fühlen.



Heike Trauernicht (50),

verheiratet, eine Tochter, Krankenschwester im Hospiz



Über unseren Besuch hat sie sich gefreut



Sie hat einen schönen Blick auf den Garten