

Ein neues Miteinander
mit älteren Familienangehörigen



Verbreitung mit freundlicher Erlaubnis der



Abbott GmbH & Co. KG
Knollstrasse 50
67061 Ludwigshafen

Ein Tag mit Opa Karl

Ein Tag im Leben
des demenzkranken
Opas Karl - erzählt
von der Schwieger-
tochter Gudrun



010001531

Ein Tag mit Opa Karl

Diese Broschüre entstand unter fachkundiger Beratung aus pflegerischer und ärztlicher Sicht.

An dieser Stelle gilt unser besonderer Dank Schwester Rita Rohwedder, Tagespflegestelle der AWO, und Herrn Dr. med. Ulrich Meyberg, Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, beide Wedel/Holstein.

Die Redaktion

Einleitung

Ältere Menschen sind häufig auf unsere Hilfe angewiesen. Dies gilt insbesondere dann, wenn der behandelnde Arzt die Diagnose „Demenz“ gestellt hat. Für die Angehörigen, die mit dem Kranken in einem Haushalt leben, kann dies zu einer Belastung werden, weil hier ein Mensch allmählich Verhaltensweisen zeigt, die man ihm eigentlich nicht zutraut, die auch für die Angehörigen unverständlich sind.

Dem Wunsch, einem Menschen, den man schätzt, achtet und liebt, zu helfen, steht oftmals die Ratlosigkeit gegenüber, wie und womit man denn dem Kranken sinnvoll helfen kann.

Die Hilfe, die man dem dementen Angehörigen ange-deihen lassen sollte, läßt sich am besten als „Unterstützung“ beschreiben, denn der Kranke soll so weit wie möglich seine Selbständigkeit als Mensch und Angehöriger der Familie behalten. Wie bei vielen medizinischen Maßnahmen kommt es also auch hier auf die Dosis an:

- Zuwendung ohne Einengung der Persönlichkeit des Betroffenen
- Hilfe zur Bewältigung des Alltags, ohne den Betroffenen zu bevormunden.

Es ist für Angehörige nicht immer einfach, ihre Zuwendung und Hilfe richtig zu dosieren, da die Zuneigung und Liebe, die man gegenüber dem Kranken hegt, Anlaß sein können, zuviel des Guten zu tun und damit dem Kranken eher zu schaden als wirklich zu helfen. Daher soll Ihnen

als Angehörigen eines Demenzkranken diese Broschüre behilflich sein, das richtige Maß an Zuwendung und Unterstützung für den betroffenen Menschen zu finden, um damit das Zusammenleben zu erleichtern.

Damit Sie als Angehörige schnell die Situationen, ihre möglichen Ursachen und die notwendige Hilfestellung für den Kranken erkennen können und zu einem richtigen Verhältnis von Zuwendung, Unterstützung und Anforderung an den Kranken kommen, haben wir die Broschüre als Tagesablauf einer Familie im Zusammenleben mit einem an Demenz erkrankten Familienangehörigen gestaltet. Die Gliederung folgt zum einen der chronologischen Reihenfolge vom frühen Morgen bis zum späten Abend, zum anderen ist jeder beschriebene Zeitabschnitt aufgeteilt nach: Ereignis, Erklärung und mögliche Lösungen bzw. Hilfestellung für Ihre Familie.

Die hier als Beispiel dargestellte Familie umfaßt vier Personen: den berufstätigen Vater, die Hausfrau und Mutter, den 16-jährigen Sohn Herbert und den an Demenz erkrankten Opa Karl. Erzählt wird die Geschichte von der Frau in der Familie, Gudrun.

Wir hoffen, daß Ihnen diese Broschüre von Nutzen beim Zusammenleben mit Ihrem an Demenz erkrankten Angehörigen ist. Wenn Sie selbst aus Ihren Erfahrungen Anregungen zur Hilfestellung gegenüber Demenzkranken haben, so schreiben Sie uns bitte. Wir werden Ihre Erfahrungen gerne an andere Betroffene weitergeben, so daß Sie damit auch anderen helfen können.



Inhalt

Gestörter Schlaf-Wach-Rhythmus – Tagesmüdigkeit	8	Arztpraxis – Begegnung mit Menschen, die der Kranke selten sieht	27
Vergeßlichkeit – Morgentoilette	9	Wenn der Kranke seine Bezugsperson nicht mehr erkennt	28
Auswahl der Kleidung	10	Kontrolle der regelmäßigen Medikamenteneinnahme	30
Frühstück – Benutzung des Messers	11	Laute Musik – Angst und Aggressivität	32
Mißtrauen gegen Fremde – die Putzfrau	13	Unterstützung bei einfachen Tätigkeiten wie der Küchenarbeit	33
Staubsaugen – unbekannte Geräusche	15	Angst vor Diebstahl	35
Vertreter und Werbesendungen	16	Umgang mit Geld	36
Inkontinenz	17	Ständige Wiederholung der gleichen Frage	36
Beerdigungen von alten Freunden	18	Gemeinsames Spielen stärkt das Selbstwertgefühl des Kranken	38
Probleme beim Mittagessen – Messer und Gabel	21	Nachrichtensendungen sind zu kompliziert	39
Zuviel oder zuwenig essen	22	Überprüfung der Kleidung des Demenzkranken	40
Tricks zur Vermeidung von Tagesnickerchen	23	Schlafhygiene	41
Alleine Fernsehen	25	Ins Bett gehen – ohne Bevormundung	42
Feinmotorik – die Beweglichkeit der Finger	25		
Adreßzettel im Portemonnaie	26		

1 ERKLÄRUNG:

Opa Karls Schlaf-Wach-Rhythmus ist gestört, daher wacht er früher auf.

Es ist ein weit verbreitetes Vorurteil, daß ältere Menschen weniger Schlaf brauchen als Menschen mittleren Alters. Ältere Menschen benötigen genauso viel Schlaf wie andere. Mit zunehmendem Alter kann es jedoch länger dauern, bis sie einschlafen. Ihr Schlaf ist auch häufig nicht so tief und erholsam wie bei Jüngeren.

Daher baut sich tagsüber eine Müdigkeit auf, der ein älterer Mensch durch „kleine Nickerchen“ oder auch einen ausgedehnten Schlaf, z. B. nach dem Mittagessen, seinen Tribut zollt. Demente Patienten sind davon verstärkt betroffen. Infolge der Schlaf-Phasen tagsüber läßt das Schlafbedürfnis in der Nacht nach.

Es baut sich ein Teufelskreis auf aus immer länger werdenden Wachperioden in der Nacht, oft durch zu frühes Aufstehen gekennzeichnet, „Ich konnte einfach nicht mehr schlafen“, und aus immer häufiger werdender Müdigkeit tagsüber. Dieser Teufelskreis muß durchbrochen und wieder ein normaler Schlaf-Wach-Rhythmus erreicht werden.

1 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Überlegen Sie daher von vorneherein, bei welchen Tätigkeiten Ihnen Ihr kranker Angehöriger behilflich sein kann, und beschäftigen Sie ihn regelmäßig.



Gudrun erzählt:

Ein Tag mit Opa Karl



Unser Tag fängt normalerweise morgens um 6.00 Uhr an, weil mein Mann um 7.00 zur Arbeit gehen muß. Unser Sohn verläßt das Haus um 7.30 Uhr, um zur Schule zu gehen. So hat jeder von uns genügend Zeit, um im Badezimmer die Morgenwäsche ohne Hast zu erledigen. Opa Karl steht gewöhnlich gegen 7.00 Uhr auf. Für ihn ist dann das Badezimmer frei. Heute aber war, wie schon in den letzten Tagen, alles anders: **1** Unser Opa Karl steht bereits zwischen 4.30 und 5.00 Uhr auf und weckt uns

Opa Karl weckt uns alle mitten in der Nacht durch sein Rumoren in der Wohnung.



8

alle durch sein Rumoren in der Wohnung. Wir brauchen aber unseren Schlaf bis 6.00 Uhr. Opa Karl braucht seinen Schlaf eigentlich auch. Wahrscheinlich hat er in den letzten Tagen zu oft tagsüber ein Nickerchen gemacht. Ich nehme mir vor: Das wird ab heute anders. **1** Ich werde darauf achten, daß ich immer, wenn Opa Karl schlafen will, eine Aufgabe parat habe. Es wird mir schon etwas einfallen. Bei uns gibt es in Haus und Garten genug zu tun, bei dem sich Opa Karl nützlich machen kann. Vielleicht macht es ihm sogar Spaß.



Kurz nach 7 Uhr kommt Opa Karl aus dem Badezimmer. **2** Er ist unrasiert. Sein Rasierapparat funktioniert nicht, sagt er. Obendrein rauscht im Badezimmer auch noch das Wasser. Ich kann mir schon denken, was passiert ist. Ich laufe schnell ins Badezimmer und schaue mir die Bescherung an: Die Dusche rauscht, der Fußboden ist mit Wasser bedeckt, und Opa Karls neuer Rasierapparat liegt auf dem Stuhl. **2** Ich nehme mir vor, beim Einkaufen heute im Papierwarengeschäft Plastikfolie und einen wasserfesten Stift zu besorgen. Dann erhält Opa Karl einen Spickzettel an den Spiegel.

9

2 ERKLÄRUNG:

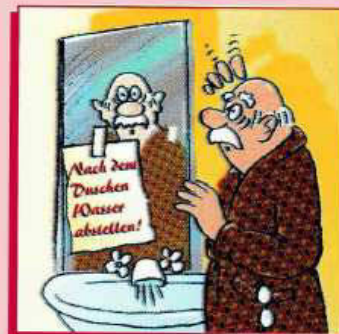
Vergeßlichkeit. In dem Bemühen, alles in der richtigen Reihenfolge zu machen, hat Opa Karl einfach vergessen, die Dusche abzustellen.

Er hat auch versucht, sich zu rasieren, weiß aber nicht mehr, wie sein neuer Akku-Rasierer funktioniert, und hat das Kabel gesucht, das er in die Steckdose stecken muß.

2 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Zur Erinnerung an täglich wiederkehrende Abläufe einen Zettel an den Badezimmerspiegel heften, auf dem die einzelnen Schritte dieser Abläufe notiert sind. Hier: Nach dem Duschen Wasser abstellen.

TIP: Gudrun nimmt statt Papier Plastikfolie.



Demenz-Patienten sollten nach Möglichkeit nicht mit technischen Neuerungen konfrontiert werden: Wenn Opa Karl seit Jahrzehnten an einen Rasierapparat gewöhnt ist, der zur Benutzung an eine Steckdose angeschlossen wird, dann sollte auch der neue Rasierapparat so funktionieren. An diesen Ablauf ist er gewöhnt und kann ihn daher leichter beibehalten.

Opa Karl kann sich nicht mehr an den neuen Rasierapparat gewöhnen.



3 ERKLÄRUNG:

Opa Karl kann die Situation der Jahreszeiten und die daraus folgenden Schlüsse für die Auswahl seiner Oberbekleidung nicht richtig einschätzen.

Infolgedessen hat er sich einfach das aus dem Schrank herausgeholt, was ihm zuerst in die Finger gefallen ist.

3 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Kleidung und frische Wäsche für den nächsten Tag sollten bereits am Abend zuvor ausgewählt werden.

Bei der Oberbekleidung sollten Sie bitte bei der Auswahl darauf achten, daß sie vom Patienten auch gerne getragen wird.

Die Kleidungsstücke und die frische Wäsche immer an der gleichen Stelle ablegen. Das erleichtert dem Patienten das richtige Anziehen am Morgen.

Es war vielleicht doch keine besonders gute Idee, Opa Karl zum Geburtstag einen neuen Rasierapparat zu schenken. Auch nicht, wenn wir geglaubt hatten, daß ein Akku-Rasierer ihm alles erleichtern würde. An seinen alten Apparat war er gewöhnt und wußte sozusagen im Schlaf, wie der funktionierte. Dieses neue „technische Wunderwerk“ hat ihn wohl vor erhebliche Probleme gestellt. Gut, daß wir den alten Apparat noch haben.

1 Nachdem Opa Karl sich angezogen hat, kommt er zum Frühstück. **3** Er hat eine kurze Hose an (dabei ist es doch Herbst und kalt) und einen dicken Pullover. Mir fällt siedend heiß ein, daß ich gestern abend vergessen habe, ihm frische Unterwäsche und die richtige Kleidung

herauszulegen. Kein Wunder also, daß er sich einfach die Kleidung aus dem Schrank genommen hat, die ihm zuerst ins Auge fiel.



Ich habe das Badezimmer gewischt und Opa Karl frische Wäsche und eine lange Hose hingelegt. Es ist jetzt schon 8 Uhr. **4** Er sitzt am Frühstückstisch und stippt sein Brötchen in die Marmelade. Opa Karl hat wahrscheinlich das Messer zum Aufschneiden der Brötchen nicht gesehen. Ich leiste ihm ein bißchen Gesellschaft. Obwohl ich eigentlich schon gefrühstückt habe, schneide ich betont langsam ein Brötchen auf, und bestreiche die beiden Hälften mit Butter und Marmelade. Opa Karl versteht. Er nimmt sein Messer und macht es mir nach.



4 ERKLÄRUNG:

Er hat vergessen, daß man ein Brötchen aufschneidet und die Hälften bestreicht.



Opa Karl stippt sein Brötchen in die Marmelade, er hat vergessen, das Messer zu benutzen.

4 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Den Patienten beim Essen nicht allein lassen.

Er muß beobachten können, wie Sie die Probleme beim Essen lösen (hier: Aufschneiden der Brötchen, Bestreichen der Hälften mit Butter und Marmelade).

Solange er aus den Beobachtungen noch die richtigen Schlüsse zieht, brauchen Sie nicht helfend einzugreifen.

Opa Karl zieht an, was ihm als erstes in die Hände fällt.



5 ERKLÄRUNG: Opa Karl kann nicht beurteilen, ob er im Garten Schuhe tragen muß.

5 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG: Vor jede nach draußen führende Tür ein Paar Schuhe stellen. Wenn der Patient nach draußen geht, soll man beobachten, ob er die Schuhe auch anzieht. Ein freundlicher Hinweis, daß es draußen feucht oder kalt ist, kann dabei hilfreich sein.



So wird Opa Karl immer an seine Schuhe erinnert.

ANMERKUNG: Der Demenzkranke sollte möglichst viel Bewegung erhalten.

Daher ist es gut, wenn er bei den täglichen Besorgungen dabei sein kann. Der Vorteil ist, daß in der Regel für Besorgungen immer die gleichen Wege zurückgelegt werden. Diese sind dem Kranken vertraut, erleichtern ihm die Orientierung und machen ihm keine Angst.



Gudrun erzählt:

12 Nach dem Frühstück hat sich Opa Karl jetzt richtig angezogen. Ich drücke ihm einen Besen in die Hand und bitte ihn, im Garten das Laub zusammenzufegen. Natürlich will er mir den Gefallen tun. **5** Opa Karl geht in den Garten. Auf Strümpfen. **9** Ich sage Opa Karl, daß es draußen im Garten naß und kalt ist. Ob er nicht lieber seine Schuhe anziehen wolle. Opa Karl kommt auch prompt zurück, zieht seine Schuhe an und bedankt sich.

12 Es klingelt. Ich schaue automatisch auf die Uhr: 8.45 Uhr. Frau Stelling kommt. Sie ist die Pünktlichkeit in Person. Sie hilft mir zweimal pro Woche im Haushalt. Sonst schaffe ich die Mehrbelastung nicht.



Heute gehe ich alleine einkaufen, weil ich noch zur Behörde muß.

Ich bitte sie, auf Opa Karl aufzupassen, während ich zum Einkaufen gehe. Heute gehe ich ohne Opa Karl einkaufen, weil ich noch zur Behörde muß. Sonst nehme ich ihn immer mit, weil er dann ihm vertraute Wege gehen kann und zusätzlich etwas körperliche Bewegung hat.



Opa Karls „Wagenburgverhalten“

12 Ich komme gegen 11.00 Uhr zurück. Opa Karl hat das Laub im Garten nur teilweise zusammengekehrt. **6** Er sitzt in seinem Zimmer und weigert sich herauszukommen. Das macht er schon seit einiger Zeit so. Mein Mann nennt das „Wagenburgverhalten“ (er sieht zu viele Western im Fernsehen). Weil ich es vorhin eilig

6 ERKLÄRUNG: Frau Stelling gehört nicht ständig zum Haushalt. Da sie nur zweimal in der Woche kommt, bleibt sie ihm fremd. Weil er Angst vor Fremden hat, zieht er sich in seine Zuflucht (also sein Zimmer) zurück. Dort fühlt er sich sicher.

6 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG: Der Kranke soll nach Möglichkeit nicht mit einer ihm fremd vorkommenden Haushaltshilfe allein gelassen werden.

Wenn dies in Ausnahmefällen, wie hier z. B. durch den Behördengang, notwendig ist, empfiehlt sich folgendes Vorgehen: Die Haushaltshilfe, auch wenn sie schon seit Jahren in den Haushalt kommt, in aller Form dem Patienten vorstellen.



Immer, wenn ich die beiden einander vorstelle, kommt Opa Karl prima mit Frau Stelling aus.

7 ERKLÄRUNG:

Opa Karl hat Angst, daß ihm etwas gestohlen wird. Mißtrauen vor Personen, die ihnen fremd sind, ist eine durchaus häufige Erscheinung bei Demenzkranken.



Opa Karl ist mißtrauisch gegenüber Fremden.

Hinzu kommt, daß die Generation der heute über 60jährigen mit einem sehr strikten Eigentumsbegriff aufgewachsen ist. Ein Verlust ihrer Wertgegenstände trifft sie daher oft härter als die ihnen nachfolgende Generation.

Infolgedessen ist eine Angst vor Verlust bei ihnen meist stärker ausgeprägt. Hinzu kommt, daß die ihnen vertrauten Gegenstände, ob von hohem oder geringen Wert, ihnen die Verbindung zu ihrem früheren „normalen Ich“ bedeuten.

7 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Hilfreich ist das oben angeführte Vorgehen, um Angst vor Fremden abzubauen.



Gudrun erzählt:

hatte, um mich endlich auf den Weg zur Behörde machen zu können, habe ich nicht wie sonst Frau Stelling und Opa Karl zu einem kurzen Gespräch zusammengebracht. Immer wenn ich das mache, kommen die beiden nämlich prima miteinander aus. Ich sage dann, daß ich Frau Stelling vertraue, daß sie ihm helfen soll, wenn er etwas braucht, und daß sie zwischendurch etwas sauber macht. Das hilft meistens, seine Angst vor Frau Stelling – der Fremden – abzubauen.

7 Während ich die Post durchsehe, erzählt Frau Stelling, daß Opa Karl immer wieder mißtrauisch aus seinem Zimmer heraus beobachtet hat, was sie macht. Ich kann es mir lebhaft vorstellen, wie Opa Karl immer wieder die Zimmertür einen Spaltbreit aufgemacht und Frau Stelling mit seinen Blicken verfolgt hat. Nur gut, daß Frau Stelling dafür volles Verständnis hat.

8 Und Opa Karl hat über den Lärm geschimpft, den Frau Stelling mit dem Staubsauger gemacht hat. Frau Stelling meint, als ihr an Demenz erkrankter Onkel Wolfgang noch einigermaßen fähig war, mit den Staubsauger umzugehen, habe er regelmäßig, also fast jeden Tag unter

Es wird zwar nicht besonders sauber, aber Opa Karl macht das Staubsaugen Spaß.



der (diskreten) Aufsicht ihrer Tante in der Wohnung staubgesaugt. Das sei zwar nicht immer besonders gründlich gewesen, habe aber ihren Onkel bei Laune gehalten. Wenn richtig sauber gemacht wurde, habe ihre Tante dann immer den Onkel in den Garten geschickt. Ich halte das für eine gute Idee. Gleich morgen werde ich versuchen, Opa Karl als „Staubsauger“ zu beschäftigen.

Einmal in Fahrt geraten, erzählt Frau Stelling weiter von ihrem verstorbenen Onkel. Dagegen ist es mit unserem Opa Karl ja noch einfach, meint sie.

8 ERKLÄRUNG:

Der Lärm des Staubsaugers gehört nicht zu den Opa Karl vertrauten Geräuschen, weil er ihn nicht regelmäßig hört.

Daher irritiert ihn der Lärm und macht ihn unruhig.

8 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Opa Karl wird gebeten, jeden Tag selbst ein bißchen staubzusaugen. Am besten nur in seinem Zimmer. Das macht ihn mit dem Geräusch vertraut, und er vergißt es auch nicht so schnell.

Wenn dann Frau Stelling in der übrigen Wohnung staubsaugt, irritiert es ihn nicht.



Wenn sein eigenes Zimmer sauber gemacht wird, wird er durch eine eigene Tätigkeit abgelenkt – wie z. B. Einkaufen gehen mit Gudrun.

9 ERKLÄRUNG:

Frau Stellings Onkel war nicht in der Lage, die Aussagen der Vertreter richtig zu beurteilen. Und auch Werbesendungen konnte er nicht als solche erkennen.

9 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Direkten Kontakt des Erkrankten mit Werbung und Vertretern an der Haustür sollte man strikt unterbinden. Ein Hinweisschild zum Werbeverbot an Tür und Briefkasten reicht in der Regel.

10 ERKLÄRUNG:

Frau Stellings Onkel hat einerseits gar nicht verstanden, was man ihm sagen wollte, wenn in längeren, verschachtelten Sätzen gesprochen wurde. Zum anderen sind Demenzkranke nicht in der Lage zu lernen, wie etwa Kinder etwas lernen. Kinder lernen, indem sie neue Eindrücke aufnehmen, verarbeiten und im Gedächtnis speichern. Gerade zu letzterem, nämlich dem Speichern im Gedächtnis, sind Demenzkranke nur eingeschränkt oder gar nicht mehr in der Lage.

10 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Einem Demenzkranken soll alles in kurzen Sätzen und einfachen Worten erklärt werden. Tip: vorher genau überlegen, was man sagt. Und nicht die Geduld dabei verlieren. Keine Scheu vor Wiederholungen in freundlicher Tonart. Bei regelmäßigen Arztbesuchen mit dem Kranken sollte man den Arzt bitten, die Hörfähigkeit des Patienten zu überprüfen.

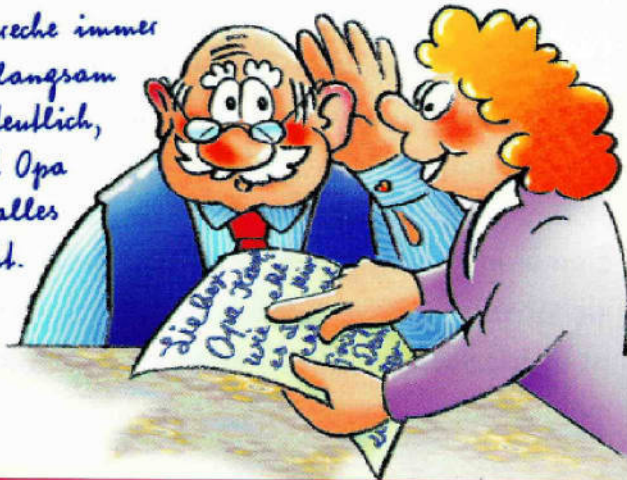


Guidem erzählt:

9 „Also wissen Sie, mein Onkel hatte 4 Tageszeitungen und 3 Illustrierte abonniert. Das stapelte sich richtig in seinem Zimmer. Und er war obendrein auch noch im Bücherbund. Jeden Monat haben die ihm ein Buch geschickt. Er hat sie gar nicht erst ausgepackt. In seinem Zimmer stapelten sich die Bücherpakete. **9** Meine Tante hat dann Schilder am Briefkasten und an der Haustür angebracht, die Werbung und Vertreterbesuche untersagten. Gegen schriftliche Werbung per Post hat sie sich auf Anraten ihres Rechtsanwalts durch den Eintrag in die „Robinson-Liste“ geschützt. Danach war dann Ruhe vor unerwünschter Werbung.“

10 „Es hatte gar keinen Zweck, mit Onkel Wolfgang wegen der Vertreter oder sonstiger Werbung zu reden. Wenn wir meinem Onkel

Ich spreche immer ganz langsam und deutlich, damit Opa Karl alles versteht.



etwas gesagt haben, dann wollte er einfach nicht hören. Er antwortete dann immer nur „jaja“ und machte dennoch so weiter wie bisher. Er hat einfach nicht begriffen, was wir von ihm wollten. **10** Später haben wir dann durch Zufall herausbekommen, daß seine Hörfähigkeit rapide abgenommen hatte. Er war schwerhörig geworden, ohne daß wir es gemerkt haben. Das hat die Situation, wenn wir ihm etwas sagen wollten, natürlich noch schwieriger für ihn gemacht, weil er uns nur schlecht verstanden hat.

11 „Aber das war beileibe noch nicht alles. Mein Onkel hat sich in die Hosen uriniert. Wir mußten ihm dann Windeln anziehen. Das war jedes Mal eine ziemlich mühselige Sache, ihn zu überzeugen, daß er die Windeln braucht.“

12 „Weil mein Onkel sich wegen der Windeln geschämt hat, wollte er sie immer allein wechseln. Die Hilfe, die er beim Anlegen und Ablegen der Windel benötigte, hat ihn tief in seinem Selbstwertgefühl getroffen. Darum hat er immer wieder versucht, seine verschmutzte Windel selbst zu wechseln. Dabei hat er dann sein Zimmer beschmutzt.“

11 ERKLÄRUNG:

Frau Stellings Onkel hatte allmählich die Kontrolle über seine Körperausscheidungen verloren.

11 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Anlegen von Inkontinenzwindeln.

12 ERKLÄRUNG:

Frau Stellings Onkel hat sich geschämt, weil er nicht mehr in der Lage war, wie ein gesunder Mensch eine Toilette zu benutzen.

Da er aber auch nicht in der Lage war, seine Bewegungen richtig zu koordinieren, hat er mit den Fäkalien sein Zimmer beschmutzt.

Der Versuch, die Fäkalien aus dem Zimmer zu beseitigen, hat alles nur viel schlimmer gemacht.

12 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Die geschilderte Situation ist nur zu meistern, wenn dem Kranken viel Zuwendung entgegengebracht wird.

Auch muß ihm immer wieder dargestellt werden, daß man ihn weiterhin als vollgültiges Mitglied des Hauses betrachtet, was immer auch geschieht.

Der Respekt muß immer deutlich sein.

Spontanes Verhalten, wie man es kleinen Kindern gegenüber äußert (schimpfen und drohen oder sogar strafen), ist unbedingt auch nur im Ansatz zu unterlassen.

13 ERKLÄRUNG:
Die Brille liegt nicht am gewohnten Platz.

13 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:
Opa Karl legt seine Brille immer an einer bestimmten Stelle ab, wenn er sie nicht braucht, nämlich auf seiner Kommode.



Wenn Opa Karl seine Brille verlegt hat, ist er hilflos.

Die ersten Male hat meine Tante geschimpft und meinen Onkel ein ungezogenes Wickelkind genannt. Aber nachdem sie mit dem Hausarzt gesprochen und der ihr erklärt hatte, daß die Schimpferei alles noch schlimmer machen würde, hat sie sich sehr zusammengenommen. Sie hat dann immer, wenn es wieder passierte, meinen Onkel in den Arm genommen und ihn getröstet. Es hat sie allerdings sehr belastet.“

12 Frau Stelling wendet sich wieder ihrer Arbeit zu, und ich schaue weiter die Post durch. Heute ist auch ein Brief für Opa Karl dabei, ein Brief mit Trauerrand. Sein alter Arbeitskollege und Freund Eduard ist gestorben. Ich bringe Opa Karl den Brief. **13** Er sagt, er könne ihn nicht lesen, weil er keine Brille mehr hat. Dieses Mal hat er sie woanders hingelegt und vergessen wohin. Nach kurzem Suchen habe ich die Brille gefunden. Opa Karl liest den Brief. Er macht ein verständnisloses Gesicht.

Ich frage Opa Karl, ob er zu Eduards Beerdigung gehen will. **14** Er will nicht und fragt, was er bei der Beerdigung eines Menschen soll, den er nicht kennt. Er hat also auch seinen alten Freund Eduard, mit dem er so lange in der Fabrik



zusammengearbeitet hat, vergessen. Außerdem hat er wohl Angst, daß er auf der Beerdigung alte Bekannte trifft, die er nicht wiedererkennt und vor denen er sich dann blamiert. Daher will er vermutlich einfach diese für ihn peinliche Situation vermeiden.

Da es hier um die Beerdigung eines Menschen geht, den ich auch gut gekannt habe, biete ich Opa Karl an, ihn auf die Beerdigung zu

14 ERKLÄRUNG:
Opa Karl hat seinen alten Freund Eduard lange nicht mehr gesehen und daher vergessen.

Opa Karl weiß aber noch, daß man auf Beerdigungen oftmals Bekannte trifft.

Er ist sich seiner Situation zum Teil bewußt und hat Angst, daß er seine übrigen Bekannten von früher nicht mehr erkennt und diese über ihn lachen könnten.

Opa Karl ist froh, daß ich auf der Beerdigung bei ihm bin.



15 ERKLÄRUNG:

Opä Karl wäre gerne mit in die Küche gegangen, um nicht allein zu sein.

15 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Wer sich mit einem Demenzkranken unterhält oder auch nur zusammensitzt und weggehen will, sollte, wann immer es möglich ist,

1. dem Betroffenen sagen, wohin man geht. Das Weggehen sollte begründet werden.

2. ihn fragen, ob er mitkommen will.

Das Selbstwertgefühl des Patienten wird durch dieses Vorgehen nicht verletzt. Er fühlt sich vor allem nicht abgelehnt.

ANMERKUNG:

Ein Lob, besonders wenn es vor anderen ausgesprochen wird, ist für alle Menschen meist ein Grund zur Freude.

Das gilt im besonderen Maße auch für Demenz-Kranke.

Hierbei wird öffentlich gezeigt, daß man den Betroffenen als Menschen schätzt und daß er für sein Umfeld nützlich ist.

begleiten. Die Leute, die er dort kennen sollte, kenne ich meistens auch. Ich kann ihm also vorher sagen, mit wem er es jeweils zu tun hat. Wenn es sich um eine Beerdigung handelte, bei der mir wahrscheinlich niemand bekannt wäre, müßte ich Opä Karls Wunsch respektieren.



Noch ganz in Gedanken gehe ich in die Küche, um das Mittagessen zu kochen.

Opä Karl fragt mich, wo ich hingehen will.

15 Als ich es ihm sage, guckt er etwas pikiert.

15 Ich hole Opä Karl in die Küche und bitte ihn, mir beim Gemüseputzen zu helfen. Opä Karl strahlt, weil er sich gebraucht fühlt. Er kann sich nützlich machen. Lob hilft eben beiden Seiten und macht das Zusammenleben leichter.



Um 13.00 Uhr sitzen wir beim Mittagessen.

Frau Stelling lobt das Essen. Ich sage, daß es so gut geworden ist, weil Opä Karl mir geholfen hat. Opä Karl freut sich über das Lob.

Opä Karl freut sich sehr über ein Lob.



16 Da sehe ich mit einem Mal, daß Opä Karl sein Schnitzel mit der Gabel beiseite schiebt und nur Gemüse und Kartoffeln ißt. Auf meine Frage, ob er unter die Vegetarier gehen wolle, meint er nur, das Schnitzel schmecke ihm nicht. Ich sage, daß mir das Schnitzel hervorragend schmeckt. Er soll es doch einfach mal probieren und mit dem Messer, das neben dem Teller liegt, ein Stück abschneiden. **16** Als ich demonstrativ und langsam mit dem Messer mein Schnitzel schneide, macht er es nach und ißt sein Fleisch.

17 Frau Stelling erzählt mir wieder von ihrem Onkel Wolfgang, der sich immer wieder Essen auffüllte, obwohl er doch schon gegessen hatte. Später hat er dann nur noch gegessen und

Opä Karl will das Schnitzel nicht essen, weil es ihm peinlich ist, daß er vergessen hat, wie man mit dem Messer umgeht.

16 ERKLÄRUNG:

Er hat vergessen, daß das Messer zum Zerteilen von Fleisch vorgesehen ist.

Um sich keine Blöße zu geben, gebraucht er den Vorwand, das Schnitzel schmecke ihm nicht.

16 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

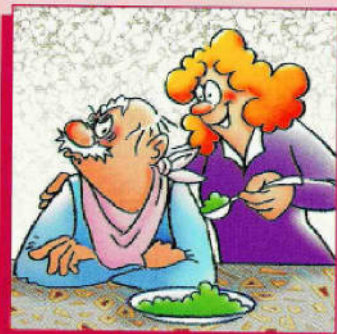
Dem Kranken vormachen, wie das Messer gebraucht wird.

Dabei lehrerhaftes Benehmen vermeiden.



17 ERKLÄRUNG:

1. Frau Stelling's Onkel hat nicht gemerkt, daß er gegessen hat. Er hat deshalb einfach immer wieder nachgefüllt. 2. Frau Stelling's Onkel litt später unter einer starken Antriebslosigkeit. In einem solchen Falle essen die Kranken nur, wenn man ihnen gut zuredet.



Gutes Zureden hilft meistens.

17 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Das Essen für alle auf Tellern servieren. Wenn der Kranke zuwenig oder gar nichts isst, hilft oft gutes Zureden. In einem solchen Stadium darf man den Betroffenen beim Essen nicht allein lassen.

18 ERKLÄRUNG:

Onkel Karl hat Schwierigkeiten, die einzelnen Bewegungen seiner Hände genau aufeinander abzustimmen. Daher kleckert er öfter als andere Familienmitglieder.

18 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Das Kleckern selbst läßt sich nicht vermeiden. Nur die Folgen können gemildert werden.



Gudrun erzählt:

Den Schüsseln kann er nicht widerstehen – auch wenn sein Teller schon voll ist.



getrunken, wenn man es ihm gesagt hat. Man durfte ihn nicht beim Essen allein lassen, sondern mußte die ganze Zeit bei ihm bleiben. Ihre Tante hat dann immer für Onkel Wolfgang und für sich gleich das Essen in der Küche auf die Teller gefüllt.

18 Opa Karl hat alles aufgegessen, aber auch reichlich das Tischtuch bekleckert. **18** Nur gut, daß es ein Wachstuch ist. Den Tip hat mir Frau Stelling schon vor einigen Wochen gegeben. Bei ihrem Onkel Wolfgang war es genau so. Wir könnten uns natürlich alle eine Serviette umbinden. Aber ich fürchte, das kann ich bei meinem Mann nicht durchsetzen.



Nach dem Essen möchte Opa Karl sich in sein Zimmer zurückziehen, um ein Nickerchen zu machen. Das muß ich verhindern, denn sonst kann er abends nicht einschlafen und steht wieder zu früh auf. **19** Ich bitte daher Opa Karl, wieder in den Garten zu gehen und weiter das Laub zusammenzukehren. Opa Karl zieht seine Jacke an, die wie immer an der Garderobe hängt, und schlüpft in seine Schuhe, die jetzt direkt an der Tür stehen.

Laufwegen nach dem Essen macht Opa Karl schnell wieder munter.



20 Während ich die Küche aufräume, kann ich Opa Karl durch das Küchenfenster beobachten. Immer wenn er die Arbeit unterbricht und versonnen vor sich hin blickt, mache ich das Fenster auf und frage ihn, wie er denn mit dem Zusammenfegen des Laubes zurechtkommt.



Opa Karl wird ein bisschen müde nach dem Mittagessen.

19 ANMERKUNG:

In Anbetracht des gestörten Tag-Nacht-Rhythmus von Opa Karl ist es vollkommen richtig, Opa Karl zu bitten, im Garten das Laub zusammenzufegen.

Der Zeitpunkt nach dem Essen ist bei den meisten Menschen mit einer leichten Müdigkeit verbunden, die man schnell durch etwas Bewegung an der frischen Luft vertreiben kann.

20 ANMERKUNG:

Gudrun hält hier Opa Karl bei seiner Tätigkeit unter Aufsicht, ohne daß er etwas davon bemerkt. Das kann ihn also nicht kränken. Ihre freundliche Frage, wie er mit dem Zusammenkehren zurechtkommt, zeigt ihm Zuwendung.

Gleichzeitig erinnert ihn die Frage daran, daß er eine Tätigkeit zu Ende bringen soll.

21 ERKLÄRUNG:

Wie Gudrun richtig beobachtet hat, vergaß Opa Karl, Milch in den Kaffee zu gießen.

21 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Den Kaffee gleich mit Milch vor Opa Karl hinstellen.



Kaffee ohne Milch hat Opa Karl noch nie gemocht.

22 ERKLÄRUNG:

Opa Karl weiß nicht, wie er den Fernseher im Wohnzimmer anschalten soll. Es handelt sich um ein neues Gerät, das sich von seinem eigenen in vielen Funktionen unterscheidet.


Um diese für ihn unangenehme Tatsache zu verschleiern, gibt er vor, keine Lust zum Fernsehen zu haben.

22 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:


Den Fernseher zuerst einschalten, dann Opa Karl auffordern, fernzusehen.




Gudrun erzählt:

 Nach etwa einer Stunde ist Opa Karl mit der Gartenarbeit fertig und ich mit der Küche. Daher gönne ich mir und Opa Karl einen Becher Kaffee. **21** Opa Karl meint, der Kaffee schmeckt nicht so gut wie sonst. Er hat allerdings vergessen, Milch hineinzugießen, wie er es sonst immer beim Kaffeetrinken macht. Schwarzen Kaffee ohne Milch hat er noch nie gemocht. **21** Ich sage: „In meinem Kaffee ist Milch. Probier einmal. Er schmeckt dann gleich viel besser.“ Er probiert von meinem Kaffee und nickt bejahend. Darauf gieße ich ihm etwas Milch in seinen Kaffee.



 Um 15 Uhr sage ich Opa Karl, er soll sich noch eine halbe Stunde zum Fernsehen ins Wohnzimmer setzen. Auf dem großen Bildschirm unseres neuen Fernsehapparates könne er doch alles besonders gut erkennen. **22** Er meint aber, daß er zum Fernsehen keine Lust hat. **22** Ich gehe ins Wohnzimmer und schalte den Fernseher für ihn ein. Dann mache ich ihn auf die Sendung aufmerksam.

 Etwa eine halbe Stunde später gehe ich ins Wohnzimmer, um nach ihm zu sehen. **22** Opa Karl sitzt im Sessel vor dem Fernseher und zappt sich mit der Fernbedienung durch sämtliche Programme. Ich hätte auch daran denken sollen, daß gerade am Nachmittag viele Talk-Shows gesendet werden. Die haben Opa Karl noch nie interessiert.

Ich sage Opa Karl, daß wir um Viertel nach vier einen Termin bei unserem Hausarzt haben. Opa Karl will vorher noch einmal auf die Toilette gehen. Er läßt sich reichlich Zeit dabei. **23** Als er wieder herauskommt, steht sein Hosenschlitz offen. Opa Karl hatte wahrscheinlich einfach wieder Schwierigkeiten, die kleinen Knöpfe richtig zu betätigen. **23** Es wird mir wohl nichts

22 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Wenn Opa Karl allein vor dem Fernseher sitzt, möglichst vorher einen Blick ins Fernsehprogramm werfen und eine Sendung aussuchen, die einfach ist und ihn interessieren könnte. Talk-Shows sind oft für Demenzkranke wenig geeignet, da hier meist Unruhe herrscht. Das Zapping ist aber nicht immer zu verhindern. Zum Trost: Viele Gesunde frönen ebenfalls dem Zapping durch die Fernsehkanäle.

23 ERKLÄRUNG:

Mit zunehmenden Alter läßt bei vielen Menschen die Fähigkeit zum Ausführen feiner Bewegungen (Feinmotorik) mit den Gliedmaßen, besonders den Fingern, nach. Demenzkranke sind davon häufig stärker betroffen.

**23 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:**

Auch wenn der Kranke seine alten Hosen mit den Knöpfen heiß und innig liebt, sollte man diese durch Hosen, die mit einem Reißverschluss geschlossen werden, ersetzen. Wer es sich handwerklich zutraut, kann Reißverschlüsse auch in die geliebten alten Hosen einnähen.

Anmerkung:
Auch Demenzkranke benötigen Abwechslung und Bewegung.

Wenn die Möglichkeit besteht, einen Weg zu Fuß zurückzulegen, sollte dies unbedingt genutzt werden.

Allerdings sollte man mit dem Demenzkranken möglichst nur Wege nehmen, die er kennt und die ihm daher vertraut sind.

So vermeidet man das Entstehen von Angst und daraus resultierende aggressive Reaktionen.

anderes übrig bleiben, als die Knöpfe durch Reißverschlüsse zu ersetzen. Wenn ich selbst das nicht schaffe, werde ich wohl die Änderungsschneiderei von Frau Bülcün beauftragen müssen. Das kostet zwar Geld, gibt mir aber die Sicherheit, daß die Arbeit ordentlich ausgeführt wird.



Bevor wir aus dem Haus gehen, frage ich Opa Karl, ob er seine Versicherungskarte dabei hat. Opa Karl faßt in die Brieftasche, die immer in der rechten Tasche seiner Jacke steckt, und zeigt sie mir. Ich habe von Anfang an darauf geachtet, daß Opa Karl seine Brieftasche mit den notwendigen Papieren (Personalausweis, Versicherungskarte, einen Zettel mit der häuslichen Telefonnummer usw.) immer in derselben Tasche seiner Jacke bei sich trägt. So weiß Opa Karl, daß er seine Papiere dabei hat.

Den Zettel mit der Adresse hat er immer dabei.



Falls Opa Karl sich einmal allein zu einem Spaziergang aufmacht und sich verirrt, weiß ich, daß er schnell zu uns zurückgebracht werden kann, weil er seinen Ausweis und die Telefonnummer bei sich trägt.

Wir gehen zu Fuß zur Praxis unseres Hausarztes. Opa Karl kennt den Weg, und ein kurzer Spaziergang an der frischen Luft tut uns beiden gut. **24** Wir kommen in der Praxis von Dr. Loges an. Er ist unser Hausarzt, seit er vor 12 Jahren seine Praxis hier eröffnet hat. Frau Pfeiffer, seine langjährige Helferin, begrüßt uns mit Namen. **24** Opa Karl fragt, ob sie neu in der Praxis ist. Das macht er in der letzten Zeit immer öfter. Vielleicht hätte ich kurz vor dem Betreten der Praxis sagen sollen: „Wenn wir in die Praxis kommen, solltest Du Deine Versicherungskarte der Frau Pfeiffer am Tresen geben. Du weißt ja, die nette Helferin von Dr. Loges, die mit den braunen Haaren.“

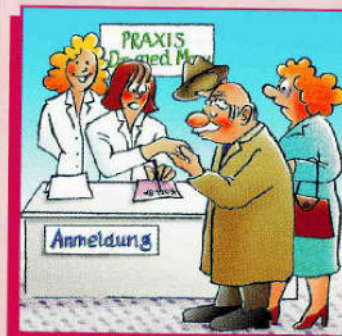
Wir sitzen im Wartezimmer. Einige der Leute kenne ich vom Sehen. **25** Opa Karl will eine Zeitschrift vom Tisch nehmen und wirft dabei den ganzen Stapel Zeitschriften um. Da es im Wartezimmer immer sehr leise zugeht, erscheint

24 ERKLÄRUNG:

Opa Karl sieht Frau Pfeiffer nur bei seinen Arztbesuchen. Sie gehört damit nicht zu seinem vertrauten Umfeld. Er kann also durchaus vergessen, wer sie ist.

24 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Vor der Begegnung mit Menschen, die der Kranke nicht häufig sieht, ihn darauf vorbereiten.



25 ERKLÄRUNG:

Das Umwerfen des Zeitschriftenstapels (was auch Gesunden passieren kann) macht Opa Karl wieder einmal klar, daß er nicht mehr der Mensch von früher ist. Seine Defizite werden ihm bewußt. Er schämt sich. Dieses Schamgefühl schlägt in Aggressivität um, ein Verhalten, das auch bei Gesunden durchaus häufig auftritt. Bei vielen älteren Menschen ist aber auch die Neigung zur Aggressivität stärker geworden. Daher kann bereits ein Vorfall, wie hier beschrieben, zu Aggressionen führen.

25 LÖSUNG UND HILFSTELLUNG:

Abbau der Aggressionen durch Zuwendung und Zuneigung.



ANMERKUNG:

Frau Lehmanns Mutter ist bereits in ein spätes Stadium der Demenzerkrankung eingetreten.

Hier kommt es oft dazu, daß die Kranken ihre Bezugspersonen nicht mehr erkennen.



Frau Lehmanns Mutter hat ihre Tochter heute zum ersten Mal nicht mehr erkannt.

HILFESTELLUNG:

Für die betroffenen Bezugspersonen ist dieses Ereignis, nicht mehr erkannt zu werden, zuerst meist erschreckend. Denn jetzt benötigt man selbst Hilfe, um diese Situation meistern zu können.

Offt hilft daher erst einmal ein Gespräch mit dem behandelnden Arzt. Er kann dann weitere Hinweise dazu geben, wie man diese Situation bewältigen kann.



der Lärm des umfallenden Zeitschriftenstapels natürlich allen Anwesenden besonders laut. Die meisten Leute im Wartezimmer sehen Opa Karl daher strafend an. Er schimpft vor sich hin und ist kaum zu beruhigen. Ich lege den Arm um Opa Karls Schulter und spreche beruhigend auf ihn ein. 25 Dabei streichele ich auch noch seine Hand, um ihn zu besänftigen.

Nachdem wir etwa eine halbe Stunde gewartet haben, ist Opa Karl dran. Ich begleite ihn zum Sprechzimmer, gehe aber nicht mit hinein. Ich setze mich draußen vor dem Sprechzimmer auf einen Stuhl. An der Anmeldung sehe ich Frau

Lehmann. Ich habe sie schön öfter hier in der Praxis getroffen. Sie ist etwas älter als ich und seit einigen Jahren verwitwet. Jetzt pflegt sie ihre an Demenz erkrankte Mutter.

Frau Lehmann sieht heute gar nicht so fröhlich aus wie sonst. Sie macht einen bedrückten Eindruck. Ich gehe zu ihr hin und frage sie, wie es denn ihrer Mutter ginge. Frau Lehmann blickt mich mit etwas verquollenen Augen an. Sie hat wohl geweint. „Ach,“ meint sie, „heute habe ich mich richtig erschrocken. Als ich zu meiner Mutter sagte, ich ginge jetzt einkaufen, da hat sie mir freundlich gesagt, ich solle doch ihren Mann und ihre Tochter von ihr grüßen, wenn ich ihnen begegnen würde. Stellen sie sich vor, meine Mutter hat mich nicht mehr erkannt. Jetzt muß ich erst einmal mit Doktor Loges reden. Ich bin ganz fertig.“ Ich weiß gar nicht, wie ich Frau Lehmann trösten soll.

Ich muß Frau Lehmann allein lassen, denn Dr. Loges bittet mich nach der Untersuchung ins Sprechzimmer. Opa Karl zieht sich gerade im Zimmer daneben wieder sein Oberhemd an (ich kann das durch die offene Tür sehen). Der Doktor meint, daß Opa Karls Blutdruck immer

ANMERKUNG:

Das zeitlich richtige Einnehmen von Medikamenten ist sehr wichtig. Da ältere Menschen naturgemäß häufig an mehreren chronischen Beschwerden leiden (Multimorbidität), kann es für sie schwierig sein, die verschiedenen Medikamente zur rechten Zeit einzunehmen.

Demenzkranke haben ihrem Zustand entsprechend hierbei besonders große Schwierigkeiten. Es ist daher sinnvoll, sich zu notieren, wann der betreute ältere Mensch oder Demenzkranke welches Medikament einzunehmen hat, und ihm dieses zur Einnahme (unter diskreter Aufsicht) zu geben.

ANMERKUNG:

Demenzkranke verlieren leicht den Überblick über die Einnahme ihrer Medikamente. Wenn sie daher eine Schachtel mit Tabletten sehen, kann sie das durchaus daran erinnern, daß sie dieses Medikament einnehmen müssen.



Wenn sie bereits zu dem verordneten Zeitpunkt das Medikament eingenommen haben, stellt die erneute Einnahme außer der Reihe eine Überdosierung dar.



**MEDIKAMENTE GUT
WEGSCHLIESSEN, SO
DASS DER KRANKE
KEINEN ZUGANG HAT.**

**IM FALLE EINER
ZUSÄTZLICHEN
EINNAHME VON
MEDIKAMENTEN
AUSSERHALB DER
VERORDNETEN
DOSIERUNG SOFORT
DEN ARZT
VERSTÄNDIGEN.
ER RÄT, WAS ZU
TUN IST.**

noch zu hoch sei. Ob er denn sein Medikament regelmäßig einnehmen würde. Ich antworte ihm, daß ich Opa Karl morgens und abends seine Tablette hinlege und darauf achte, daß er sie auch einnimmt.

*Opa Karl
bekommt seine
Medikamente
zusammen
mit dem
Frühstück.*



Dr. Loges sagt, daß er dann wohl eine höhere Dosierung verordnen müsse, und schreibt ein Rezept aus. Er ermahnt mich, unsere Medikamente so gut wegzuschließen, daß Opa Karl nicht heran kann. Er sagt, die für Opa Karl bestimmten Medikamente seien hochwirksam. Daher dürfe Opa Karl auch nur die verordnete Dosis einnehmen. Wenn er mehr als verordnet einnehme, sei das eine Überdosierung. Je nach Art des Medikaments und der verordneten Dosis könne eine derartige Überdosierung zu einer verstärkten Wirkung führen, die sich z. B. bei manchen Herzmitteln darin äußere, daß der Kranke apathisch und schwach werde, denn sein

Blutdruck falle rapide ab. Dr. Loges meint, besondere Vorsicht sei geboten bei Medikamenten zur Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und des Diabetes mellitus sowie bei Psychopharmaka und Schlafmitteln. Falls Opa Karl doch einmal zuviel von seinen Medikamenten einnimmt, soll ich ihn sofort anrufen. Er wüßte dann schon, was zu tun ist. Wenn er nicht erreichbar sei, müßte ich den ärztlichen Notdienst anrufen, der sei rund um die Uhr besetzt.

Mit Frau Pfeiffer soll ich noch einen Termin vereinbaren, weil Dr. Loges mit Opa Karl noch einen Test wegen der Demenz durchführen will.



Kurz vor 17 Uhr machen Opa Karl und ich uns auf den Weg nach Hause. **26** Als

uns der Sohn unserer Nachbarn, Helmut, begegnet und grüßt, fragt Onkel Karl, wer denn der höfliche junge Mann wäre. Ich sage es ihm. Er nickt verstehend und meint, daß er Helmut gar nicht erkannt habe, weil er so gewachsen sei. **26** Ich nehme mir vor, wenn wir das nächste Mal jemandem begegnen, den Opa Karl vielleicht nicht erkennen wird, mit einer Bemerkung auf die Person hinzuweisen. Wenn ich nämlich gesagt hätte: „Sieh mal, da kommt Helmut, der

26 ERKLÄRUNG:
Der Sohn des Nachbarn gehört nicht zu Opa Karls ständigem Umfeld. Daher hat er vergessen, wie er aussieht.

26 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:
Man kann durch kleine Hinweise dem Demenzkranken eine Hilfestellung geben.



*Opa Karl erkennt
den Nachbarnssohn
nicht mehr.*

Wenn Gudrun bei der Begegnung gesagt hätte: „Sieh mal, da kommt Helmut, der Sohn unseres Nachbarn, der ist aber ganz schön groß geworden“, so hätte Opa Karl gewußt, mit wem er es zu tun hat.

Ein derartiger Hinweis bringt ihm zwar nicht in jedem Fall die Erinnerung zurück, hilft ihm aber, die Begegnung mit einem ihm fremden Menschen richtig einzuordnen, und ruft daher keine Angst hervor.



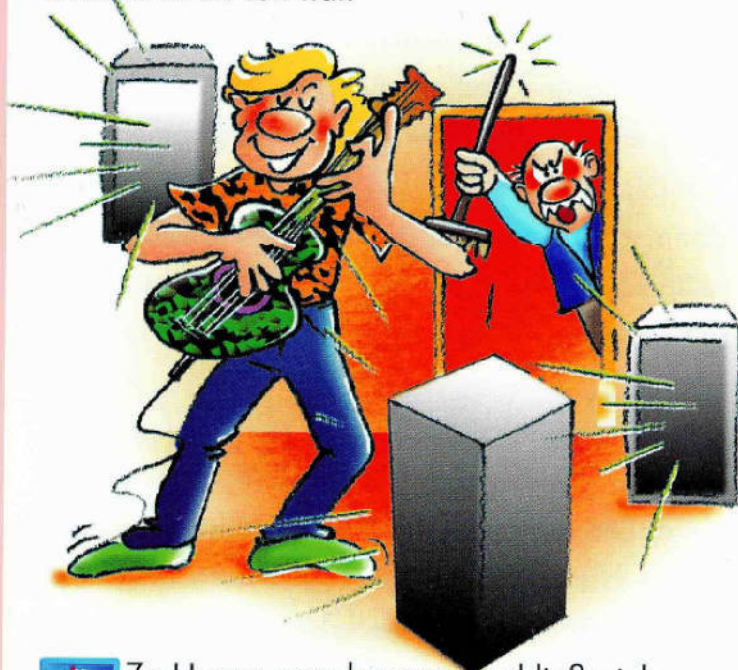
27 ERKLÄRUNG:


Der plötzliche Lärm beim Betreten der Wohnung flößt Opa Karl Angst ein. Die Angst entlädt sich in Aggressivität. Daher fängt er an zu schimpfen.

27 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Den Lärm abstellen, beruhigend auf den Kranken einwirken, Zuneigung durch Streicheln oder Tatscheln der Wangen (Hände o. ä.) zeigen.

Sohn unseres Nachbarn, der ist aber ganz schön groß geworden", so hätte Opa Karl gewußt, mit wem er es zu tun hat.



 Zu Hause angekommen, schließe ich die Haustür auf. Ohrenbetäubender Lärm schlägt uns entgegen. Mein Sohn Herbert ist inzwischen von der Schule nach Hause gekommen und hat seine Stereo-Anlage voll aufgedreht. **27** Opa Karl schimpft. **27** Ich bitte Herbert, die Anlage leiser zu stellen. Allerdings muß ich laut schreien, um die Musik zu überhören. Herbert stellt die Anlage auf Zimmerlautstärke. Als ich Opa Karl die Hand streichele, beruhigt er sich langsam.



Dann geht Opa Karl erst einmal in die Küche, weil er sich einen Tee kochen will. Ich ahne Böses. Um ihm aber nicht das Gefühl zu geben, daß er beaufsichtigt wird, warte ich ein paar Minuten. Dann folge ich ihm in die Küche. **28** Mein Gefühl hat mich nicht getäuscht. Weil Opa Karl nicht mehr weiß, welche Platte am Herd mit welchem Schalter angedreht wird, hat er einfach alle Kochplatten angestellt. Abgesehen davon, daß diese Aktion natürlich viel teuren Strom verbraucht, birgt sie aber auch Gefahren. Frau Stelling hat mir einmal erzählt, daß ihr Onkel Wolfgang auf diese Weise mit angeschalteten Herdplatten einen Küchenbrand verursacht hat. Ihr Onkel bekam eine Rauch-

**ANMERKUNG:**

Guidrun handelt richtig. Sie zeigt Opa Karl nicht, daß sie ihn beaufsichtigen will. Das hilft seinem Selbstwertgefühl. Andererseits weiß sie, daß Opa Karl durchaus Hilfe beim Teekochen brauchen wird. Daher folgt sie ihm, nachdem eine kurze „Schamfrist“ von 10 Minuten verstrichen ist.

28 ERKLÄRUNG:

Die Zuordnung des richtigen Schalters – es sind immerhin 4 – zu einer der 4 Kochplatten ist für Opa Karl nicht mehr möglich. Er hat daher alle Schalter betätigt, damit die von ihm benutzte Platte heiß wird.

28 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Wenn der Kranke sich regelmäßig etwas selbst auf dem Herd zubereitet, sollte man mit ihm absprechen, welche Platte er dafür benutzt.

Die Platte und der dazugehörige Schalter werden für ihn gekennzeichnet. Dies kann mit Hilfe eines Zettels oder eines Stücks Plastikfolie an der Dunstabzugshaube vorgenommen werden (z. B. Platte vorn rechts, Schalter 2 von links) oder aber durch Kennzeichnung mit einem Farbtupfer (z. B. grüner Fleck neben der Herdplatte, grüner Strich auf dem Schalter)

Seitdem ich die Kochplatte zum Teekochen mit einem grünen Punkt markiert habe, gibt es keine Probleme mehr.

29 ERKLÄRUNG:

Opa Karl hat in der Aufregung vergessen, daß er sich Tee gekocht hat.

29 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Wie bei Gesunden hilft auch hier die Frage „Willst Du Deinen Tee nicht trinken?“

ANMERKUNG:

Demenzkranke haben im Rahmen ihrer Möglichkeiten meist immer noch Interesse an ihrer Umwelt.

Dies kann auch damit gefördert werden, daß man ihnen den Zugang zu einer Tageszeitung läßt.

vergiftung und mußte für eine Woche ins Krankenhaus. **28** Das will ich uns ersparen. Also muß ich mir etwas einfallen lassen. Ich kann doch Opa Karl nicht verbieten, sich selbst einen Tee zu kochen. Das würde er mir gewaltig übelnehmen.



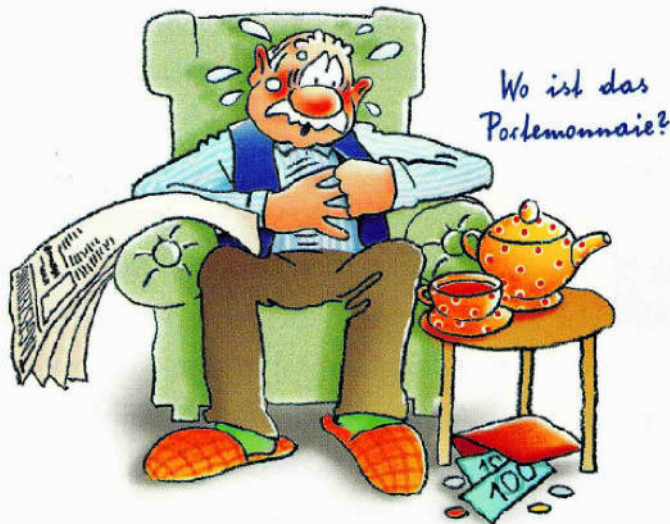
Sein Tee ist inzwischen fertig, **29** aber er läßt ihn stehen und will die Küche verlassen. **29** „Opa“, sage ich, „willst Du Deinen Tee nicht mitnehmen? Es wäre doch schade, ihn einfach stehen zu lassen.“ Opa Karl grummelt vor sich hin, dreht sich aber wieder um und nimmt seine Teetasse mit.

Opa Karl freut sich jeden Nachmittag auf seine Zeitung.



Er geht mit der Zeitung und dem Tee in sein Zimmer. Das nachmittägliche Zeitungslesen ist

bei Opa Karl eine alte Gewohnheit, die er aus früheren, gesünderen Tagen herübergerettet hat. Er besteht darauf, als erster die Zeitung zu lesen. Natürlich lassen wir ihm seinen Willen.



Opa Karl ruft mich kurz darauf. Ich soll in sein Zimmer kommen. Er ist sehr aufgeregt. **30** Er sagt, sein Portemonnaie sei weg. Bestimmt habe Herbert es gestohlen, weil der doch immer Geld für neue CDs brauche.

30 Ich sage Opa Karl, daß wir erst einmal suchen wollen, bevor wir Herbert fragen. Natürlich finden wir nach kurzer gemeinsamer Suche das Portemonnaie. Es liegt unter dem Beistelltisch in Opa Karls Zimmer und muß ihm wohl heruntergefallen sein, als er es wie gewohnt auf den Tisch legte.

30 ERKLÄRUNG:

Opa Karl hat sein Portemonnaie nicht an der Stelle wiedergefunden, an der er es gewöhnlich ablegt.

Das verwirrt ihn. Er findet in seinem eingeschränkten Gedankengang nur die Erklärung, daß sein Portemonnaie von jemandem gestohlen worden ist.

Da sein Enkel Herbert ständig jammert, sein Taschengeld reiche nicht, um sich die neuen CDs zu kaufen, zieht Opa Karl den Schluß, daß Herbert der Täter ist.

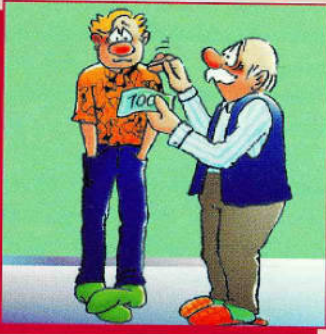
30 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Erst wird der Kranke durch Zuwendung und gute Worte beruhigt, dann sucht man gemeinsam das Portemonnaie.



31 ERKLÄRUNG:

Er kennt zwar allgemein noch den Wert des Geldes, kann aber nicht mehr beurteilen, welche Summe für welchen Zweck angemessen ist.



Herbert ist ganz verlegen, daß Opa Karl ihm Geld geben will.

31 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Generell soll man Demenzkranke beraten, wenn sie Geld ausgeben wollen.

32 ERKLÄRUNG:

Da Opa Karl keinen konkreten Bezug zu Zeitabläufen mehr hat, ist die tägliche Frage nach dem neuen Arbeitsplatz für Opa Karl zu einer festen Gewohnheit geworden.

32 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Demenzkranken besitzen kaum noch Lernfähigkeit. Es hat daher keinen Sinn, ihnen solche ritualisierten Fragen ausreden zu wollen. Wenn man ihm auf seine teilnehmende Frage mit einer freundlichen Antwort begegnet, zeigt man dem Kranken gegenüber Zuwendung, die er nötig braucht.

Guidrun erzählt:



31 Opa Karl schämt sich, daß er seinen Enkel des Diebstahls verdächtigt hat, und möchte Wiedergutmachung leisten. Er will sich sofort bei ihm entschuldigen und ihm als Entschädigung 100,- DM schenken. **31** Ich kann es ihm gerade noch ausreden. Schließlich ist Herbert nicht mit dem Verdacht konfrontiert worden. Eine Wiedergutmachung ist also gar nicht nötig.

12 Gegen 17.30 Uhr kommt mein Mann wie fast an jedem Werktag nach Hause.

32 Bei der Begrüßung fragt ihn Opa Karl, wie ihm sein neuer Arbeitsplatz gefällt. Mein Mann hat vor drei Jahren den Arbeitsplatz gewechselt, und Opa Karl stellt fast jeden Abend die gleiche Frage. **32** Mein Mann ist zwar nicht ganz so



geduldig wie ich, schon gar nicht, wenn er einen anstrengenden Arbeitstag hinter sich hat. Aber diese tägliche Frage seines Vaters beantwortet er immer wieder mit der gleichen Freundlichkeit. Ich merke allerdings manchmal, daß er sich dabei sehr zusammennimmt.

12 Ich gehe in die Küche und bereite das Abendessen vor. Mein Mann setzt sich in seinen Lieblingssessel, legt die Beine hoch und wirft einen Blick in die Zeitung. Auch das macht er immer, wenn er nach Hause kommt. Das sind seine 10 Entspannungsminuten, wie er sagt.

33 Opa Karl sitzt allein am Tisch und schimpft leise vor sich hin. Dann geht er auf sein Zimmer. Er macht die Tür besonders laut hinter sich zu.

12 Um 18.30 Uhr gibt es das Abendessen. Opa Karl setzt sich an den Tisch, kann aber nicht essen. Sein merkwürdig eingefallener Mund gibt mir den richtigen Hinweis: **34** Er hat vergessen, seine Zahnprothese anzulegen. Wahrscheinlich hat er in seinem Zimmer aus Bequemlichkeit die Zahnprothese herausgenommen. Das erinnert mich daran, daß ich mit Opa Karl wieder zum halbjährlichen Zahnarzttermin gehen muß. **34** Außerdem werde ich einen

33 ERKLÄRUNG:

Die Familienmitglieder wenden sich ihren eigenen Tätigkeiten zu, ohne Opa Karl zu integrieren. Er fühlt sich ausgeschlossen. Das Vereinsamungsgefühl drückt sich hier in einer leichten Aggressivität aus. Opa Karl schimpft. Als keiner darauf reagiert, geht er in sein Zimmer.



Das hat er gar nicht gemerkt - wenn keine Zeit für ihn hat.

33 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

In diesem Falle wäre es angebracht gewesen, daß Gudrun Opa Karl gebeten hätte, ihr bei der Zubereitung des Abendessens zu helfen.

34 ERKLÄRUNG:

Vergesslichkeit bei Opa Karl.

34 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:

Hilfreich ist ein Zettel an der Zimmertür, der in großer Schrift (damit sie nicht übersehen wird) den Kranken daran erinnert, bestimmte Dinge zu tun, bevor er das Zimmer verläßt.



35 ERKLÄRUNG:
Opa Karl verwechselt die Mahlzeiten und den Tagesablauf.

35 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:
Hier hilft die Frage: Nanu, Du hast doch noch nie zum Abendessen Marmelade gegessen. Du hast Dich doch immer auf den Aufschnitt zum Abendbrot gefreut.

Wenn der Kranke weiterhin darauf besteht, Marmelade zum Abendessen zu bekommen, sollte man ihm den Wunsch erfüllen. Es gibt auch genügend Gesunde, die manchmal Marmelade zum Abendessen aufs Brot streichen.

ANMERKUNG:
Das gemeinsame Spiel zeigt Opa Karl, daß seine Familie ihn mag und akzeptiert. Diese Zuwendung und Demonstration von Zuneigung hilft seinem Selbstwertgefühl.

Es wird auch dadurch unterstützt, daß ein Spiel gewählt wurde, das er im jetzigen Stadium seiner Erkrankung noch bewältigen kann und das ihm auch Erfolgserlebnisse beschert.

Gudrun erzählt:



Zettel an seine Zimmertür heften mit der Aufschrift: Nicht vergessen: ohne Zähne gibt's kein Essen!

35 Es gibt Brot mit Aufschnitt und Käse, wie fast an jedem Abend. Ich habe die Brote bereits in der Küche bestrichen und belegt. Das macht es für Opa Karl leichter, mit dem Essen zurechtzukommen. Opa Karl verlangt aber mit einem Mal Marmelade. **35** Auf die erstaunte Frage meines Mannes, ob er denn keinen Aufschnitt zum Abendessen mehr möge, meint er nur „doch, doch“ und ißt weiter. Die Marmeladenfrage ist damit vorerst beendet. Schwieriger wäre es aber gewesen, wenn mein Mann oder Herbert ebenfalls die Gewohnheit hätten, zum Abendessen Marmeladenbrote zu verlangen.



Nach dem Abendessen trage ich das Geschirr in die Küche. Mein Mann und Herbert spielen mit Opa Karl eine Runde „Mensch ärgere Dich nicht“. Das tun sie fast an jedem Abend. Opa Karl macht das sehr viel Spaß. Und er gewinnt auch ab und zu. Das macht ihm dann besonderen Spaß. Das Lachen von Opa Karl höre ich bis in die Küche.



Um 20 Uhr schaltet mein Mann den Fernseher an, weil er die Nachrichten sehen



will. **36** Opa Karl will die Nachrichten nicht sehen. Er sagt, das sei ja alles unverständlich, was die Leute im Fernsehen von sich gäben. Er meint, wenn wir nicht etwas anderes einschalten wollten, wolle er lieber in sein Zimmer gehen und sich sein selbst ausgesuchtes Programm auf seinem eigenen Fernsehapparat ansehen. Meinem Mann ist die Nachrichtensendung aber sehr wichtig. Also steht Opa Karl auf und verläßt uns in Richtung eigenes Zimmer.

Nachdem die Nachrichtensendung beendet ist, schaue ich nach Opa Karl. Er sitzt im Sessel vor seinem Fernseher. **37** Der ist aber gar nicht angeschaltet. Er hat wieder einmal die Fern-

36 ERKLÄRUNG:
Opa Karl kann den Nachrichten nicht mehr folgen.

Die Themen werden für ihn viel zu schnell gewechselt. Da verliert er das Interesse an den Nachrichten.



Nachrichten sind zu schwierig für Opa Karl.

36 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:
Wenn man mit dem Kranken zusammen eine Nachrichtensendung anschaut, sollte man hin und wieder einen Kommentar in einfachen Worten zu den Ereignissen abgeben.

Das gibt dem Kranken die Möglichkeit, zumindest einen Teil der Nachrichten aufzunehmen.

37 ERKLÄRUNG:
Opa Karl hat vergessen, wo er die Fernbedienung abgelegt hat.

37 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:
Die Fernbedienung wird immer an der gleichen Stelle abgelegt.

38 ERKLÄRUNG:
Demenzranke merken oft nicht, daß ihre Kleidung beschädigt oder beschmutzt ist.

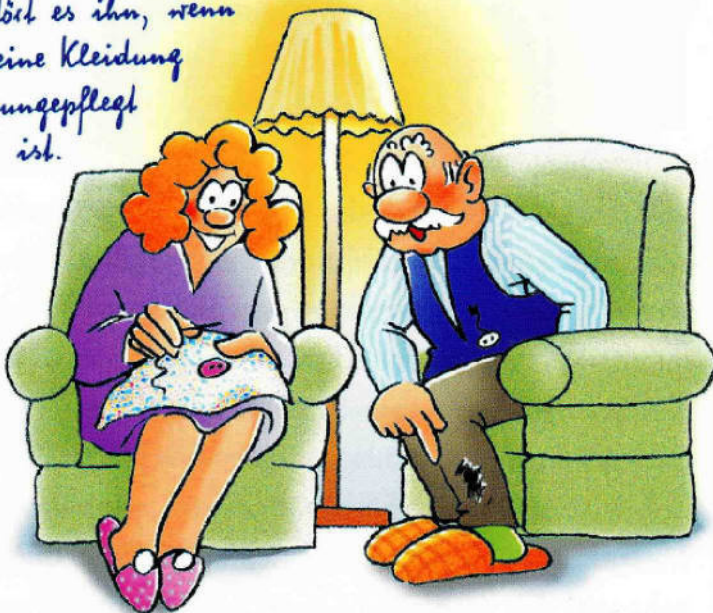
Und wenn sie es bemerken, vergessen sie zumeist kurz darauf, daß die Kleidung gesäubert oder ausgebessert werden muß.

38 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:
Daher sollte ihre Kleidung regelmäßig kontrolliert werden.

bedienung nicht gefunden, weil er sie nicht auf den Apparat gelegt hat, wie es vereinbart war...

 Etwas später kommt Opa Karl zu uns ins Wohnzimmer und guckt mit uns zusammen fern. **38** Ich überprüfe dabei wie jeden Abend einige von Opa Karls Kleidungsstücken, ob sie

Auch heute noch stößt es ihn, wenn seine Kleidung ungepflegt ist.




ausgebessert oder gesäubert werden müssen. Opa Karl ist Zeit seines Lebens ein Mensch gewesen, der immer auf die Sauberkeit und den Zustand seiner Kleidung geachtet hat. Auch heute noch macht er mich oft darauf aufmerksam, wenn ein Kleidungsstück gereinigt oder

ausgebessert werden muß. Aber immer öfter geschieht es, daß er es vergißt oder übersieht.

38 Daher kontrolliere ich selbst ständig seine Kleidung.

39 Opa Karl bittet meinen Mann um einige Erklärungen, weil er nicht verstanden hat, worum es in der laufenden Sendung eigentlich geht. Mein Mann versucht es ihm zu erklären, drückt sich aber leider etwas umständlich aus. Opa Karl kann ihm gedanklich nicht folgen und versteht ihn nicht.

 Gegen 22 Uhr gehe ich in Opa Karls Zimmer, um noch einmal gründlich durchzulüften, bevor er ins Bett geht. Das Zimmer ist heiß wie eine Sauna. Opa Karl hat die Heizung auf volle Stärke gestellt und vergessen, sie wieder herunterzuschalten. Ich schalte sofort die Heiztemperatur herab und reiße das Fenster weit auf.

Inzwischen gähnt Opa Karl und schläft vor dem Fernseher ein. Er ist sehr müde, weil er die Nacht vorher nicht so lange geschlafen hat und ich tagsüber verhindert habe, daß er ein „Nickerchen zwischendurch“ macht.


39 ERKLÄRUNG:
Opa Karl kann die Zusammenhänge nicht erfassen, weil alles auf dem Bildschirm so schnell abläuft.

39 LÖSUNG UND HILFESTELLUNG:
Wenn einem Demenzkranken Zusammenhänge erklärt werden sollen, ist es notwendig, dies in kurzen Sätzen (ohne Verschachtelungen) zu tun. Auch sollte man dabei nicht viele komplizierte Worte benutzen.

ANMERKUNG:
Für einen gesunden Schlaf ist die Schlafhygiene sehr wichtig. Dazu gehört auch, das Schlafzimmer vor dem Zubettgehen gründlich durchzulüften. Die Temperatur im Schlafzimmer sollte etwa 16-18°C betragen.







 Mein Mann weckt Opa Karl und sagt ihm, er solle doch ins Bett gehen. Opa Karl will nicht. Wahrscheinlich denkt er wieder, seine Familie mag ihn nicht mehr und will ihn bevormunden. Das will er sich nicht bieten lassen.

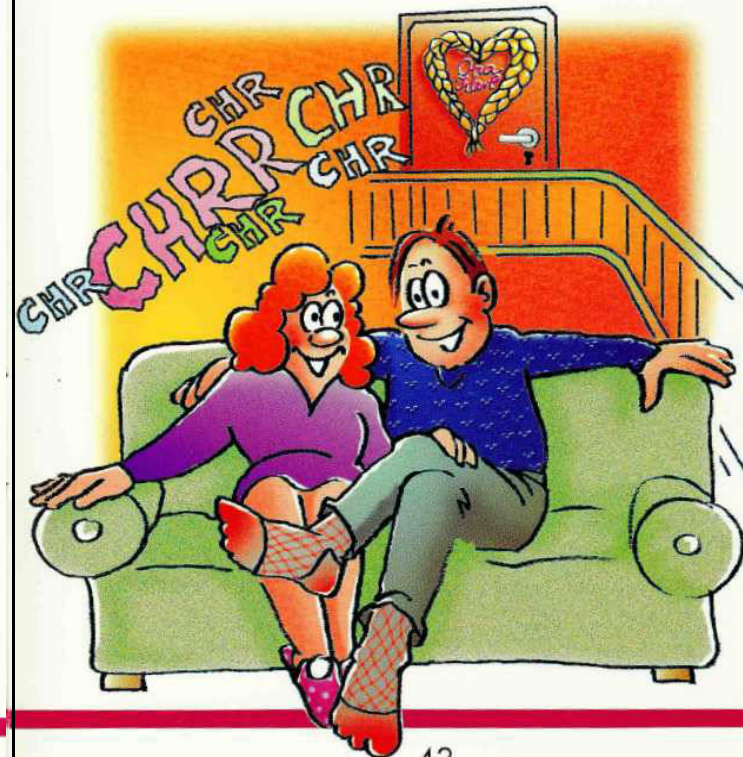
Mein Mann sagt Opa Karl, daß wir auch gleich ins Bett gehen. Da sagt Opa Karl „Gute Nacht“ und geht ins Badezimmer.

Während Opa Karl sich im Badezimmer aufhält, nehme ich für ihn saubere Unterwäsche aus dem Schrank und lege sie an die gewohnte Stelle auf

den Stuhl neben seinem Bett. Auch ein sauberes Oberhemd und Socken lege ich ihm hin.

 Endlich liegt Opa Karl im Bett und ist schnell eingeschlafen. Ich räume schnell noch seine getragene Unterwäsche und die Socken von heute aus seinem Zimmer.

 Jetzt haben mein Mann und ich noch ein paar Augenblicke für uns alleine, in denen wir die Ereignisse des Tages besprechen können. Diese paar Minuten unter uns brauchen wir. Aber dann sind auch wir reif für das Bett.



ANMERKUNG:

Gudrun macht es richtig.

Am nächsten Morgen wird Opa Karl richtig angezogen zum Frühstück erscheinen.

Diese paar Minuten unter uns brauchen wir. Aber dann sind auch wir reif für das Bett.

ANMERKUNG:

In einem solchen Fall hilft am besten, so zu handeln wie Gudruns Mann.

Seine Bemerkung, daß gleich alle ins Bett gehen, zeigt Opa Karl, daß er nicht abgelehnt wird und ihn keiner bevormunden will.



Gudrun erzählt: