



Umgang mit Menschen mit Demenz zu Hause in Zeiten von Corona

Grundsätzlich wichtig: Geduld haben-Ruhe, Sicherheit und Geborgenheit vermitteln.

Die jetzige Situation, wie wir sie aktuell erleben, verunsichert und wirkt bedrohlich.

Menschen mit Demenz können diese Situation nicht verstehen und nachvollziehen.

Deshalb sind für sie die Auswirkungen häufig noch belastender.

Auch für pflegende Angehörige und Pflegepersonal steigt das Belastungserleben erheblich.

Bei Menschen mit Demenz: Der Verstand (logisch-rationales Denken und Gedächtnis) geht aber die Gefühle bleiben! .Auch wenn sie es nicht erklären können: Menschen mit Demenz spüren, hier ist etwas nicht in Ordnung. Dafür haben sie ganz feine Antennen: die Nachrichten in Fernsehen und Radio, Mundschutzmasken, die die Gesichter verdecken und das „Lesen“ im Gesichtsausdruck erschweren, öfter Hände waschen, ungewöhnlicher Abstand zur nächsten Person, Besuche werden weniger oder gar nicht, Menschen, die einen vertraut sind gehen auf Abstand und wirken unruhig - wer soll das verstehen?! Es verunsichert Menschen mit Demenz.

Wir wollen Ihnen einige Anregungen und Tipps geben wie Sie mit der Situation umgehen und den gemeinsamen Alltag gestalten können:

1. *Situation verstehbar machen, erklären*

Wenn möglich, sollte man dem Betroffenen die Situation und das, was man tut, erklären. Dabei die Persönlichkeit und das Stadium der Erkrankung beachten:

- Die Situation ansprechen und möglichst in kurzen, einfachen, verständlichen Sätzen erklären. Wie zum Beispiel: „Wir sollen jetzt vorsichtiger sein, damit wir uns nicht anstecken. Wir sollen unsere Hände öfter waschen. Und wir sollen einen Mundschutz tragen.“
- Diese Sätze sollte man immer wiederholen. Gleichzeitig zu verstehen geben, dass er/sie in Sicherheit ist, dass Sie weiter für ihn/sie da sind und dass er/sie nicht alleine ist.
- Der Gebrauch von Atemschutzmasken kann Probleme bereiten. Man sollte es immer wieder probieren. Hilfreich ist auch wenn der Pflegende vor den Augen des Betroffenen die Maske anlegt und in kurzen Sätzen erklärt, warum er das tut.
- Aufforderungen erst direkt vor dem Zeitpunkt stellen, an dem etwas getan werden soll
- Händewaschen ohne Druck
- ggf. Hilfestellung, „Vormachen“, Gegenstände zeigen,
- Bestärken, Loben und den Humor nicht vergessen
- Versuchen, selbst ruhig, geduldig zu bleiben, Ruhe und Sicherheit statt Unruhe auszustrahlen
- Wichtiger ist, WIE (in welchem Ton) etwas gesagt wird als WAS
- bei Verunsicherung und Traurigkeit Trost spenden, durch beruhigendes Sprechen,

2. Vermeiden!

- Überforderung (zu viele Reize, Entscheidungen...)
- mit Informationen zu überfrachten
- beunruhigende, „aufwühlende“ Fernsehsendungen und Berichterstattungen
- unnötige Hilfestellungen: „was geht selbst machen lassen, auch wenn es länger dauert“
- auf Fehler und Defizite hinzuweisen, ständig verbessern und belehren
- Worte wie „du musst“, „doch“, oder, „trotzdem“
- Anschuldigungen, Vorwürfe, Zurechtweisungen
- Drohen, Bestrafen. Druck auszuüben, Angst und Unruhe auslösen

3. Bewegung tut gut

Kleine Spaziergänge. Zeiten suchen in denen nicht so viel los ist. Auf Routen auszuweichen wo kaum Personen anzutreffen sind.

4. Schöne Momente schaffen

Tun was Freude, Spaß macht

Gedanken auf schöne Dinge, auf Angenehmes lenken, Angenehmes miteinander tun z.B. gemeinsam erinnern, mit alten Fotos etc., gemochte Musik hören,

5. Gewohntes beibehalten - Rituale pflegen

Vertrautes und gewohnte Abläufe, dem Tag Struktur geben: z.B. morgendliches Zeitungslernen, gemeinsame Mahlzeiten, das Gebet, das bekannte Lied, die gemochte Musik, Beschäftigungen

6. Gemeinsames Tun, Einbeziehen

Versuchen den Menschen mit Demenz in möglichst viele alltäglichen Arbeiten mit einbeziehen

7. Unterstützung und Hilfe zulassen - Als Versorgende auch an sich selbst denken!

„Nur wenn es mir gut geht, kann es auch meinem demenzerkrankten Angehörigen gut gehen.“ Auf die eigene Gesundheit achten.

Bleiben Sie im Gespräch mit anderen, um sich auszutauschen und auch über Ihre eigenen Sorgen und Belastungen sprechen zu können. Wenn direkte Begegnungen nicht möglich sind, über Telefon oder Briefe.

Beratungsangebote in Anspruch nehmen. Wichtige Telefonnummern im Überblick
Caritasverband Vogtland e.V. Demenzfachstelle 03741-222832 und Alzheimer Telefon der Alzheimer Angehörigengruppe Plauen-Vogtland 03741-131271

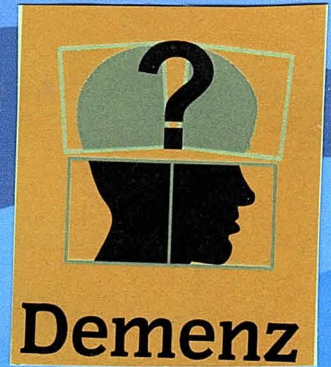
Impftermin vereinbart- Betroffener will nicht gehen - Was tun?

- Nicht langfristig ankündigen- sonst ständiges Nachfragen, Unruhe usw.
- Keinen Druck ausüben, nicht forciert aufdrängen
- Erklären, ich gehe mit und lass dich nicht allein
- Ich möchte „dass du gesund bleibst, wir brauchen dich doch, ich habe dich lieb“ ...
- Vertrauen aufbauen und halten
- evtl. außenstehende Vertrauenspersonen hinzuziehen - kann sinnvoll sein und Stress mindern

Klaus Wudmaska
Leiter der Gruppe

30.1.2021

Alzheimer Angehörigengruppe Plauen-Vogtland



Tipps aus der Praxis für die Praxis

Impftermin vereinbart- betroffene Person will nicht gehen -Was tun?

- Nicht langfristig ankündigen- sonst ständiges Nachfragen, Unruhe
- Keinen Druck ausüben, nicht forciert aufdrängen
- Erklären, ich gehe mit und lass dich nicht allein
- Ich möchte „dass du gesund bleibst, wir brauchen dich doch, ich habe dich lieb“. Dein Arzt freut sich auch wenn du gehst
- Vertrauen aufbauen und halten
- Evtl. außenstehende Vertrauenspersonen hinzuziehen - kann sinnvoll sein und Stress mindern
- Vorschlag unterbreiten nach dem „Spritzen“ unternehmen wir noch etwas, z.B.Kaffeetrinken zu Hause, Spaziergang, Rundfahrt mit dem Auto ...