

Beratungs- und Hilfsangebote für Angehörige von Demenzkranken

Die Betreuung von Menschen, die an Demenz erkrankt sind, ist sehr anstrengend und kräftezehrend. Deshalb ist es für die betreuende Person sehr wichtig, achtsam mit sich selbst umzugehen, auf ausreichende Ruhe- und Auszeiten zu achten und rechtzeitig Hilfe in Anspruch zu nehmen.

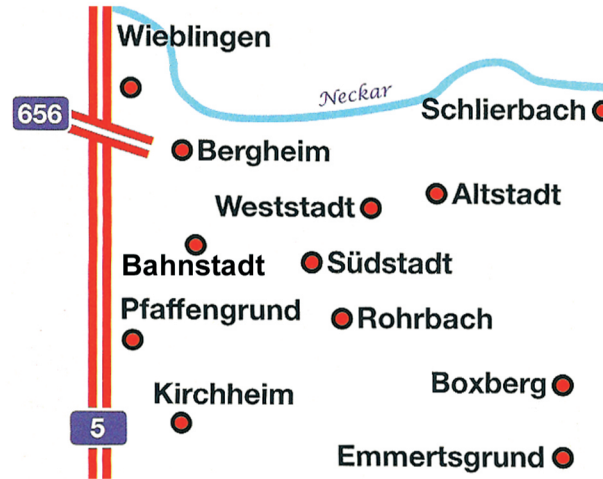
Die **Katholische Sozialstation Heidelberg-Süd gGmbH** bietet unterschiedliche Beratungs-, Auszeit- und Austauschmöglichkeiten an:

- **Betreuungsgruppen für Demenz-erkrankte. Wir holen unsere Gäste ab und bringen sie wieder nach Hause. Mo bis Fr von 14.00 - 17.00 Uhr**
- **Betreuung zu Hause**
- **Beratung bei Ihnen zu Hause oder telefonisch**
- **Angehörigengruppe zum Austausch jeden 2. Freitag im Monat.**

Sprechen Sie uns an!
Tel.: 06221-72 01 01

Weitere Hilfs- und Beratungsangebote finden Sie im *Wegweiser für ältere Menschen in Heidelberg* oder beim Pflegestützpunkt der Stadt Heidelberg.

Wir sind dort, wo Sie uns brauchen!
Ihr Pflegedienst in allen Stadtteilen Heidelbergs südlich des Neckars!



Katholische Sozialstation Heidelberg-Süd gGmbH

Kirschgartenstraße 33
69126 Heidelberg
Tel.: 06221 - 72 01 01
Fax: 06221 - 33 898 55

Unsere Sprechzeiten:

Montag - Freitag
07.00 bis 17.00 Uhr

Internet:

www.sozialstation-hds.de

Email:

info@sozialstation-hds.de

© Katholische Sozialstation Heidelberg-Süd gGmbH



Katholische Sozialstation Heidelberg-Süd gGmbH
Kirschgartenstraße 33
69126 Heidelberg

VIEL MEHR ALS NUR PFLEGE!



INFORMATION DEMENZ

- **Symptome**
- **Risiken**
- **Hilfsbedarf**
- **Verhaltensstörungen**
- **Beratungs- und Hilfsangebote**

Sprechen Sie uns an!
Tel.: 06221-72 01 01

Was versteht man unter Demenz?

Die Demenz ist ein Krankheitsbild, das sich in der Verschlechterung der geistigen Leistungsfähigkeit durch Störungen der höheren Hirnfunktion äußert. Sie geht einher mit Störungen des Kurzzeitgedächtnisses und Einschränkungen der Alltagskompetenz.

Mögliche Symptome einer Demenz

- Beeinträchtigung des Gedächtnisses
- Herabgesetztes Urteilsvermögen
- Unruhe, Weglaufgefahr
- Abwehrendes Verhalten bis hin zu einer ausgeprägten Aggression
- Gestörter Tag- Nacht-Rhythmus
- Depression, Hilflosigkeit, Niedergeschlagenheit

Möglicher Hilfebedarf

Je nach Fortschreiten der Erkrankung sind dementiell erkrankte Menschen auf fremde Hilfe bei sämtlichen täglichen Verrichtungen wie z.B. Körperpflege, Zubereiten von Mahlzeiten, An- und Auskleiden und Gestaltung des Tagesablaufes angewiesen.

Welche Risiken bestehen für die Demenzkranken?

Aufgrund nachlassender Leistungsfähigkeit ist die/der Erkrankte nicht mehr in der Lage, Risiken korrekt einzuschätzen:

- Medikamentenverwaltung ist nicht mehr selbständig möglich.
- Unsachgemäßer Umgang mit Strom und Gas
- Unsachgemäßer Umgang mit spitzen und scharfen Küchenutensilien und Haushaltsreinigern
- Sturzgefahr durch Stolperfallen

Verhaltensstrategien

- Ruhiger, freundlicher Umgang mit den Erkrankten, Hektik und Ungeduld vermeiden
- Einfache, kurze Sätze mit einer klaren inhaltlichen Aussage benutzen, keine „entweder/oder“-Fragen und keine komplexen Fragen stellen.
- Körpersprache und gesprochene Inhalte müssen übereinstimmen.
- Wenn man Äußerungen des Erkrankten trotz intensiven Bemühens nicht versteht, sollte man versuchen, die Grundstimmung zu erfassen.
- Bei Wortfindungsstörungen geduldig bleiben: der oder die Erkrankte kann nichts dafür

- Ausreichend Zeit zum Antworten geben.
- Ein strukturierter Tagesablauf ist sehr wichtig zur Orientierung für die Erkrankten. Immer wiederkehrende Rituale (Gewohnheiten von früher) verwenden.
- Wenn es bezüglich der Fähigkeiten noch möglich ist, den Erkrankten kleine Aufgaben geben (z.B. Abstauben, Tischdecken, Spülen etc.).
- Alltagsgegenstände zur Unterstützung des Verständnisses zu Hilfe nehmen (z.B. Waschlappen in die Hand geben, Handbewegung und Abläufe vorführen), dies regt zum Nachahmen an.
- Regelmäßige Bewegung im Alltag integrieren (z.B. Spaziergänge), dies hilft, Unruhe zu vermeiden oder abzubauen.
- Regelmäßig auf aktuelles Datum hinweisen. Dies verankert die Erkrankten in der Realität (z.B. Tageszeitung, Kalender).
- Wenn einer Aufforderung nicht gleich nachgekommen wird: mehrmals wiederholen, da die Erkrankten die Aufforderung sehr schnell vergessen und nicht aus Böswilligkeit keine Reaktion zeigen.
- Der Umgang mit Demenzerkrankten ist sehr stressig, gemeinsames Lachen hilft beim Stressabbau.
- Versuchen, Geborgenheit zu vermitteln.