

Aggressives Verhalten bei Alzheimer: Das können Angehörige tun

Düsseldorf – Vergesslichkeit, Verwirrtheit, Orientierungslosigkeit – Alzheimer verändert vieles. Für die Angehörigen wird der Alltag oft zum Balanceakt. Besonders schwierig wird es, wenn der oder die Betroffene plötzlich wütend oder aggressiv wird.

Die gemeinnützige Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) unterstützt Angehörige mit konkreten Anregungen für den Alltag.

Mögliche Auslöser von aggressivem Verhalten

Die Ursachen für aggressives Verhalten bei Menschen mit Alzheimer-Demenz können vielfältig sein. Die Erkrankten leben zunehmend in ihrer eigenen Realität, verstehen gewohnte Abläufe nicht mehr und können die Handlungen ihrer Mitmenschen immer weniger nachvollziehen. Dies kann zu Angst, Verunsicherung und in der Folge auch zu Wutausbrüchen und Aggressionen führen. Auch das Gefühl von Abhängigkeit und Hilflosigkeit kann aggressives Verhalten auslösen. Menschen mit Alzheimer können sich bedrängt oder überfordert fühlen, weil sie eine Situation als ungewohnt oder bedrohlich wahrnehmen. Auslöser für plötzliche Angst oder Wut können auch fremde Menschen, laute Geräusche oder zu viel Licht sein.

Tipps und Anregungen für pflegende Angehörige

Das Verhalten nicht persönlich nehmen

Machen Sie sich bewusst, dass das Verhalten der erkrankten Person nicht gegen Sie persönlich gerichtet ist, sondern durch die Erkrankung bedingt. Im oft stressigen Pflegealltag ist das sicherlich nicht immer einfach. Wenn Sie merken, dass eine Situation zu herausfordernd ist, nehmen Sie sich die Zeit, das Zimmer kurz zu verlassen, um tief durchzuatmen und sich wieder zu sammeln.

Den Alltag strukturieren und Orientierung bieten

Um Überforderungssituationen zu vermeiden, sollte der Alltag so einfach wie möglich gestaltet werden. Feste Routinen, eine vertraute Umgebung und ein klar strukturierter Tagesablauf können Menschen mit Demenzerkrankungen wichtige Orientierung und Sicherheit geben. Die Wohnungseinrichtung sollte möglichst nicht verändert werden, vertraute Gegenstände sollten an ihrem gewohnten Platz bleiben. Kündigen Sie Termine – wie zum Beispiel Arztbesuche – rechtzeitig an und planen Sie genügend Zeit ein.

Auf die Gedankenwelt der Erkrankten einlassen

Durch eine wertschätzende und einfühlsame Haltung können Aggressionen vermindert werden. Wichtig ist, sich auf die Gedankenwelt und Realität der erkrankten Person einzulassen. Hilfreich kann es sein, biografische Informationen zu nutzen: Was war dem Menschen früher wichtig? Was beruhigt ihn? Versuchen Sie herauszufinden, welcher Auslöser das Verhalten beeinflusst hat – und stellen Sie diesen, wenn möglich, ab. Vermeiden Sie Zurechtweisungen oder Richtigstellungen, denn sie führen selten zum Ziel und können zusätzlich verunsichern oder verärgern.

Auf eine einfache Kommunikation achten

Damit sich ein Mensch mit Demenz wahrgenommen und verstanden fühlt, ist eine ruhige, klare Kommunikation entscheidend. Das erfordert vor allem Ruhe und Geduld. Achten Sie darauf, langsam, deutlich und in kurzen Sätzen zu sprechen. Gesten und eine deutliche Körpersprache können beim Verständnis helfen. Stellen Sie Fragen, die mit „ja“ oder „nein“ beantwortet werden können. Wechseln Sie das Thema, wenn die Person bei einem Gespräch nicht folgen kann oder sich verunsichert fühlt. Im späteren Krankheitsverlauf, wenn Sprache und Kognition nachlassen, werden Blickkontakt und Körpernähe wichtiger als Worte.

Weitere Informationen im kostenlosen Ratgeber

Weitere Informationen zum Umgang mit der Alzheimer-Krankheit bietet der Ratgeber „Leben mit der Diagnose Alzheimer“. Der kostenlose Ratgeber kann bestellt werden bei der Alzheimer Forschung Initiative e.V., Kreuzstr. 34, 40210 Düsseldorf; Telefonnummer 0211 – 86 20 66 0; Website: www.alzheimer-forschung.de/leben-mit-alzheimer/

Weitere Informationen zur Alzheimer-Krankheit

www.alzheimer-forschung.de/alzheimer

Über die Alzheimer Forschung Initiative e.V.

Die gemeinnützige Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) fördert seit 1995 Alzheimer- und Demenzforschung. Mit kostenlosen Broschüren und umfassenden Informationen auf der Website www.alzheimer-forschung.de klärt die AFI über Demenzerkrankungen auf. Bis heute konnte der Verein 420 Forschungsaktivitäten mit 17,7 Millionen Euro unterstützen und über 975.000 Ratgeber und Broschüren verteilen. Die AFI finanziert sich überwiegend aus privaten Spenden und kooperiert nicht mit der Pharmaindustrie. Als Träger des Spendenzertifikats des Deutschen Spendenrates verpflichtet sich der Verein zu einer transparenten Verwendung von Spenden. Die AFI ist Mitglied im Netzwerk Nationale Demenzstrategie. Botschafterin ist die Journalistin und Sportmoderatorin Okka Gundel.