

Diagnose Demenz – Hilfestellung für Angehörige

Die Diagnose Demenz ist nicht nur für die Betroffenen eine sehr schwierige Situation - auch Angehörige stehen vor einer großen Herausforderung. Plötzlich stellen sich viele Fragen: Was gibt es jetzt zu beachten? Wie bewältigen wir den Alltag? Wo finde ich Hilfe? Wissen zur Erkrankung kann helfen, dass Menschen mit Demenz und auch ihre Angehörigen weiterhin mit anderen verbunden bleiben - weiterhin teilhaben. Zum Welt-Alzheimer-Tag stellt die Stiftung Gesundheitswissen ihr neues Angebot zum Umgang mit der Demenzerkrankung vor. Es richtet sich an Angehörige und Menschen, die Erkrankte eng begleiten.

1,8 Millionen Menschen sind aktuell in Deutschland an Demenz erkrankt. Im Alltag sind sie meist auf Unterstützung angewiesen. Oft kommt diese von Angehörigen, die sich dann um nahestehende Menschen zu Hause kümmern. Je nach Schwere der Erkrankung, verändert sich das Leben der Erkrankten aber auch das ihrer Angehörigen. Der Pflegealltag bringt körperliche und emotionale Belastungen mit sich. Gleichzeitig stellen sich viele offene Fragen zum alltäglichen Zusammenleben, Unterstützungsmöglichkeiten oder auch erforderlichem Schriftverkehr. Das Wissen um die Erkrankung und deren Auswirkung kann helfen, Betroffenen und Angehörigen trotz Einschränkungen den Umgang zu erleichtern und weiterhin gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen. Aus diesem Grund bietet das neue Angebot der Stiftung Gesundheitswissen, die auch Mitglied der Nationalen Demenzstrategie ist, Anregungen und Hilfestellungen zum Umgang mit Demenzkranken und erklärt Zugänge zum Pflegesystem.

Betroffene nach der Diagnose unterstützen

Die Diagnose Demenz ist beängstigend – für den erkrankten Menschen selbst und auch das nahe Umfeld. Es gibt ein paar Tipps, die man im Alltag berücksichtigen kann.

- **Einbeziehen:** Es ist wichtig, bei allen anstehenden Entscheidungen zu versuchen den Betroffenen mit einzubeziehen. Es erfordert sehr viel Aufmerksamkeit, Geduld und Aufmerksamkeit gemeinsam einen guten Umgang mit der Erkrankung zu finden.
- **Umfeld anpassen:** Der Wohnraum sollte an die Krankheit angepasst werden. Er kann sicherer gemacht und eventuell auch umgeräumt oder umgebaut werden. Pflegeberatungsstellen oder Wohnberatungsstellen können darüber informieren, welche Maßnahmen man in der eigenen Wohnung umsetzen kann.
- **Alltagsbedürfnisse berücksichtigen:** Es kann helfen, den Alltag den Bedürfnissen des Menschen anzupassen. Das kann auch bedeuten das unmittelbare Umfeld, Nachbarn oder auch Freunde über die Erkrankung zu informieren – auch darüber was mögliche Auswirkungen sein könnten. So kann trotz Erkrankung auch weitere Teilhabe ermöglicht werden.
- **Kommunikation anpassen:** Die Kommunikationsfähigkeit ist durch die Erkrankung verändert und mitunter stark eingeschränkt. Es hilft sich in die Lage des anderen hineinzusetzen. Wenn man spricht, sollte man vermeiden sehr lange Sätze zu vermeiden. Körpersprache und Mimik sind für Betroffene oft besser zu verstehen als Worte.

Herausforderndes Verhalten: Wie geht man damit um?

Vielen Menschen mit Demenz zeigen im Laufe der Erkrankung neue Verhaltensweisen. Für andere Menschen sind diese oft schwierig oder unangenehm: Fragen werden wiederholt, der Erkrankte beharrt auf falschen Überzeugungen. Manchmal wird aggressiv, wütend oder streitlustig reagiert. Auch Teilnahmslosigkeit oder Rückzug können vorkommen. Diese Verhaltensweisen sollten nicht als persönlicher Angriff verstanden werden. Sie resultieren aus dem Verlust geistiger Fähigkeiten und sind keine bewusste Entscheidung. Spezielle Kurse können Angehörigen helfen mit solchen Verhaltensweisen besser umzugehen und angemessen zu reagieren. Zudem kann herausforderndes Verhalten auch dadurch entstehen, dass es dem Erkrankten nicht gut geht. Es gibt verschiedene Behandlungsmöglichkeiten, wie z. B. Aromaöle, Massagen oder künstlerische Therapie, die helfen können, solche Gefühle aufzulösen.

Unterstützungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige

In Deutschland kann man eine kostenlose professionelle Beratung zur Pflege in Anspruch nehmen. Hier erfährt man, welche Pflegeleistungen der Staat übernimmt. Zudem gibt es verschiedene Kurse und Schulungen, in denen man den richtigen Umgang mit Demenzkranken erlernt. Hier kann man sich z. B. an die Krankenkasse wenden. Tritt ein plötzlicher Pflegefall ein, können sich Berufstätige vorübergehend freistellen lassen - auf Antrag erhalten sie einen Ausgleich zum Arbeitslohn. Zudem können Angehörige verschiedene finanzielle Leistungen z.B. aus der Pflegeversicherung erhalten, um entstehende Kosten auszugleichen.

Anlaufstellen für Angehörige/strong>

Die Stiftung Gesundheitswissen hat verschiedene Anlaufstellen zusammengestellt, bei denen sich Pflegende in der neuen Situation Unterstützung holen können. Unter anderem bietet das Pflgetelefon des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend eine telefonische Beratung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Auch das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) stellt Ratgeber und Informationen zum Umgang mit Demenz zur Verfügung.

Ausführliche Informationen und weitere Beratungsstellen finden Sie im neuen Angebot der Stiftung Gesundheitswissen: [Hilfe für Angehörige bei Demenz](#).

Der Welt-Alzheimertag wurde 1994 von der WHO und der internationalen Vereinigung von Alzheimer Gesellschaften (ADI) ins Leben gerufen. Er findet immer am 21. September statt. Dieses Jahr steht er unter dem Motto „Verbunden bleiben“. Die Stiftung Gesundheitswissen unterstützt als Mitglied der Nationalen Demenzstrategie diesen Tag und stellt Informationen zu Erkrankung und Prävention zur Verfügung.