

Kommunikation mit Alzheimer-Erkrankten: Das sollten Sie beachten

Düsseldorf - Demenzerkrankungen wie die Alzheimer-Krankheit beeinträchtigen nicht nur das Gedächtnis, sondern auch andere Fähigkeiten, wie zum Beispiel die Kommunikation.

Das Gegenüber zu verstehen und sich verständlich zu machen wird zunehmend schwieriger, was die tägliche Kommunikation von Betroffenen und Angehörigen stark beeinträchtigen kann. Die gemeinnützige Alzheimer Forschung Initiative e.V. klärt über die Hintergründe von Verständigungsproblemen bei Demenzerkrankungen auf und gibt wertvolle Tipps, wie die Kommunikation mit Betroffenen erleichtert werden kann.

Verständigungsprobleme bei Alzheimer - was steckt dahinter?

Menschen mit Demenzerkrankungen verlieren ihre kognitiven Fähigkeiten, weil im Gehirn Nervenzellen absterben. Dies geschieht in Hirnregionen, die zentrale geistige Funktionen, wie die Sprache oder das Gedächtnis steuern. Zu Beginn der Krankheit ist besonders das Kurzzeitgedächtnis betroffen. Erkrankte haben zunehmend Schwierigkeiten, an Gesprächen teilzunehmen. Sie verlieren den Faden, weil sie sich nicht merken können, worum es im Gespräch ging oder können sich nicht verständlich machen, weil sie Wortfindungsstörungen haben. Außerdem leben sie zunehmend in ihrer eigenen Welt und Wahrnehmung, was den Kontakt zusätzlich erschwert.

7 Praxistipps für die Kommunikation mit Alzheimer-Erkrankten

1. Auf Augenhöhe sprechen

Zunächst ist es wichtig, die Betroffenen als Gesprächspartnerin oder -partner ernst zu nehmen und ihnen mit Respekt zu begegnen. Dazu gehört zum Beispiel, die Person beim Sprechen anzuschauen, sie nicht zu unterbrechen oder Sätze für sie zu beenden. Ein erkrankter Mensch versteht vielleicht nicht mehr genau, was jemand sagt, aber er nimmt wahr, wie jemand etwas sagt.

2. Einfache Sätze verwenden

Menschen mit Alzheimer-Demenz haben zunehmend Schwierigkeiten, längeren Sätzen zu folgen. Daher ist es besser, Sätze kurz zu halten und möglichst auf eine Information zu beschränken, zum Beispiel „Wir essen jetzt zu Mittag“. Verwenden Sie Fragen, die mit „Ja“ oder „Nein“ beantwortet werden können oder Fragen, die nur wenige Antwortmöglichkeiten zulassen. Vermeiden Sie sogenannte W-Fragen (wie, wer, was, warum). Es ist zum Beispiel besser, zu fragen „Möchtest Du Orangensaft oder Apfelsaft?“ statt „Welchen Saft möchtest Du trinken?“. Auf diese Weise können die Betroffenen das Gesagte nicht nur besser verstehen, sondern fühlen sich auch bestärkt, selbst eine Entscheidung getroffen zu haben.

3. Die Wirklichkeit der erkrankten Person akzeptieren

Durch die Verschlechterung des Kurzzeitgedächtnisses und den schleichenden Verlust der zeitlichen Orientierung, leben Menschen mit Alzheimer zunehmend in ihrer eigenen Welt, insbesondere in

ihrer eigenen Vergangenheit. Sie verwechseln Zeit und Ort oder behaupten Dinge, die nicht stimmen. Gehen Sie in solchen Situationen Phasen möglichst einfühlsam und geduldig mit den Äußerungen um. Vermeiden Sie Verbesserungen oder Zurechtweisungen, da diese die erkrankte Person noch mehr verunsichern oder verärgern können.

4. Einen Bezug zur Umgebung herstellen

Wenn Sie mit einem erkrankten Menschen sprechen, beziehen Sie sich am besten auf Personen, Dinge und Geräusche in der Umgebung. Ein Satz wie „Wir essen jetzt zu Mittag“ wird besser verstanden, wenn man das Essen schon riechen oder auf dem Tisch stehen sehen kann. Bei Menschen mit nachlassendem Gedächtnis ist auch das „Heute“ ein guter Bezug, zum Beispiel indem man darüber spricht, was man heute macht oder was es heute zum Abendessen gibt.

5. Geduldig sein und Zeit geben

Sprechen Sie langsam und deutlich und wiederholen Sie wichtige Informationen bei Bedarf auch mehrmals. Verwenden Sie dabei immer die gleichen Formulierungen, damit das Gesagte besser verstanden wird und sich möglichst einprägt. Achten Sie darauf, dass Sie zwischendurch Pausen einlegen, um Ihrem Gegenüber die Möglichkeit zu geben, zu antworten. Lassen Sie der erkrankten Person Zeit, das zu sagen, was ihr auf dem Herzen liegt – auch wenn es länger dauert.

6. Nicht nur mit Worten kommunizieren

Verwenden Sie eine klare Körpersprache und eine prägnante Mimik und Gestik, um das Gesagte zu unterstützen und das Verständnis zu erleichtern. Zum Beispiel kann die Frage „Möchtest du einen Kaffee“ mit einer einfachen Trinkgeste unterstützt werden. Wichtig ist auch der Blickkontakt. Er gibt Halt und Sicherheit und ist vor allem im späten Krankheitsstadium neben der Berührung oft der einzige Weg, miteinander in Beziehung zu treten.

7. Immer in Verbindung bleiben

Auch wenn Gespräche immer schwieriger werden, sollten pflegende Angehörige versuchen, möglichst in Verbindung zu bleiben. Schauen Sie sich gemeinsam alte Fotos an, hören Sie die Lieblingsmusik der erkrankten Person oder sitzen Sie bei gutem Wetter einfach zusammen draußen. Selbst wenn die Sprache versagt, können so auch im fortgeschrittenen Stadium noch schöne gemeinsame Momente entstehen.

[Weitere Informationen zur Alzheimer-Krankheit](#)

Über die Alzheimer Forschung Initiative e.V.

Die Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI) ist ein gemeinnütziger Verein, der das Spendenzertifikat des Deutschen Spendenrats e.V. trägt. Seit 1995 fördert die AFI mit Spendengeldern Forschungsprojekte engagierter Alzheimer-Forscherinnen und -forscher stellt kostenloses Informationsmaterial für die Öffentlichkeit bereit. Dank zahlreicher privater Spender konnten die AFI und ihre Stiftung bisher insgesamt 390 Forschungsaktivitäten mit über 16,2 Millionen Euro unterstützen. Interessierte und Betroffene können sich auf www.alzheimer-forschung.de fundiert über die Alzheimer-Krankheit informieren und Aufklärungsmaterial anfordern. Ebenso finden sich auf der Webseite Informationen zur Arbeit des Vereins und allen Spendenmöglichkeiten. Botschafterin der AFI ist die Journalistin und Sportmoderatorin Okka Gundel.