



Leben mit Demenz

Eine Information für Betroffene
und Angehörige



Menschen mit Demenz verstehen

■ Demenzerkrankungen bedeuten eine große Veränderung für die betroffene Person und die Angehörigen. Das alltägliche Zusammenleben funktioniert nicht mehr wie früher. Die Veränderungen können sich schleichend entwickeln oder sich durch größere Schritte im Erkrankungsverlauf bemerkbar machen.



Was ist Demenz?

■ Demenz ist ein Oberbegriff für verschiedene Krankheitsbilder des Gehirns, bei denen sich kognitive (geistige), emotionale und soziale Fähigkeiten im Krankheitsverlauf verändern und mit der Zeit abnehmen. Es gibt verschiedene Formen der Demenz, die auf unterschiedlichen Ursachen beruhen. Der Krankheitsverlauf ist je Demenzform und von Person zu Person unterschiedlich. Dementielle Erkrankungen sind chronisch fortschreitend und derzeit in der Regel **nicht heilbar**. Der Abbau kann jedoch durch eine gezielte Behandlung und Begleitung im Verlauf beeinflusst werden.

Symptome

■ Die Symptome sind sehr breit gefächert und gehen über die im Rahmen des normalen Alterungsprozesses zu erwartende Veränderungen hinaus. Bei den häufigsten dementiellen Erkrankungsformen sterben im Gehirn bestimmte Nervenzellen ab, dass zu folgenden Krankheitszeichen führen kann:

Kognitive Symptome

z.B.: Gedächtnisstörungen (zu Beginn ist das Kurzzeitgedächtnis betroffen, im Fortschreiten kann auch das Langzeitgedächtnis betroffen sein), Orientierungsstörungen (zur Zeit, zum Ort, zur Person, zur Situation), Auffassungsstörungen, Denkstörungen, verändertes Realitätsurteil

Psychische Symptome

z.B.: Persönlichkeitsveränderungen, Aggressionen, depressive Stimmungslagen, Angstzustände, Halluzinationen, wahnhafte Gedanken, Antriebsstörungen

Veränderungen im Verhalten

z.B.: Distanzlosigkeit, Anhänglichkeit, Rückzug, Hemmungslosigkeit, aggressives Verhalten, Willenlosigkeit, Teilnahmslosigkeit, Interessensabbau

Körperliche Symptome

z.B.: Fehlendes Durstgefühl, fehlendes Sättigungsgefühl, Schluckstörungen, herabgesetztes oder gesteigertes Schmerzempfinden, Inkontinenz, Immobilität

Die Krankheitssymptome sind für die betroffene Person bedrückend und erzeugen einen Leidensdruck. Für das Umfeld sind die Symptome ebenso herausfordernd und bringen auch Belastungssituationen mit sich. Wichtig ist, dass Ihnen bewusst ist, dass **hinter den Veränderungen keine bösen Absichten, sondern die Erkrankung** mit ihren breiten und schwerwiegenden Symptomen steht.



Früherkennung ermöglicht:

- + Bessere Therapieoptionen
- + Teilnahme an modernen Behandlungsprogrammen
- + Unterstützung für Angehörige

Mythos



„Vergesslichkeit gehört einfach zum Alter“

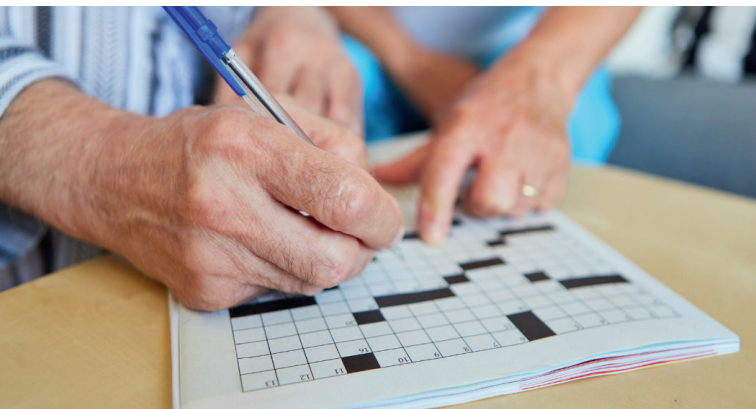


Anhaltende Gedächtnisprobleme sollten ärztlich abgeklärt werden.

Demenz vorbeugen

- + Blutdruck kontrollieren
- + Bewegung ≥ 150 Min./Woche
- + Hörverlust behandeln
- + Diabetes gut einstellen
- + Rauchen beenden
- + Soziale Kontakte pflegen
- + Geistig aktiv bleiben

Bis zu **40 %** der Demenzfälle stehen mit **beeinflussbaren Risikofaktoren** in Zusammenhang.



Wann sollte ich Veränderungen meiner geistigen Fähigkeiten abklären lassen?

Wenn mindestens einer dieser Punkte zutrifft:

- + Orientierung fällt schwer
- + Wortfindungsprobleme nehmen zu
- + Vergesslichkeit beeinträchtigt den Alltag
- + Angehörigen fallen Veränderungen auf
- + Gewohnte Aufgaben fallen schwerer
- + Gleiche Fragen werden wiederholt

Diagnostik und Behandlung

Die medizinische Behandlung der Demenz richtet sich nach der konkreten Diagnose. Aus diesem Grund ist eine umfassende Diagnostik erforderlich (z.B. bildgebende Untersuchungen, neuropsychologische Testungen). Die Diagnose wird von einem Facharzt für Psychiatrie und/oder Neurologie gestellt. In der Behandlung kommen, je nach Demenzform unterschiedliche Therapien in Frage. Was am besten für den Einzelnen geeignet ist, sollte mit dem Behandlungsteam, der erkrankten Person und den Angehörigen abgestimmt werden. Eine besondere Bedeutung kommt der Betreuung und Begleitung des Menschen mit Demenz und seiner Angehörigen zu. Hier besteht die Möglichkeit die Lebensqualität der betroffenen Personen, aber auch die der Angehörigen verbessern zu können.



Schwerpunkt Betreuung

Besondere Relevanz hat eine wertschätzende, integrierende und fördernde Betreuung, die das Kernstück in der Pflege von Menschen mit Demenz bildet. Schwerpunkte sind hier:

- + **Bedürfnisse** der betroffenen Person in den Mittelpunkt stellen.
- + Angepasste **einfühlsame Kommunikation**
- + **Biografiearbeit** und **Erinnerungspflege**
- + **Aktivierung und Reaktivierung**
(geistig sowie körperlich)
- + **Orientierungstraining** und
Umgebungsgestaltung
- + **Gedächtnistraining**
- + Training der **lebenspraktischen Fähigkeiten**
- + Angepasste und gezielte
Beschäftigungsangebote
- + **Beratungs-, Schulungs- und Entlastungsangebote** für Betroffene und Angehörige

Die Betreuung von Menschen mit Demenz orientiert sich an ihrer Lebenswelt und ihren individuellen Bedürfnissen. Ziel ist es, Sicherheit, Wohlbefinden und Selbstständigkeit möglichst lange zu erhalten. Ein respektvoller, einfühlsamer Umgang sowie vertraute Erinnerungen und Gewohnheiten geben Orientierung und Sicherheit.

Einfache Aktivierungen wie Gespräche, Bewegung oder kleine Alltagsaufgaben fördern den Erhalt von Fähigkeiten. Eine übersichtliche Umgebung, klare Tagesstrukturen und passende Beschäftigungsangebote unterstützen den Alltag und die Teilhabe. Angehörige werden durch Beratung und Schulungen begleitet und entlastet.



Pflegende Angehörige

Der Großteil der an demenzerkrankten Menschen wird zu Hause gepflegt. Ein häufig unterschätztes Problem ist, der Umgang der Angehörigen mit sich selber. Je aufwendiger die Betreuungssituation wird, desto höher wird das Risiko, dass die eigenen Sozialkontakte und die eigene Gesundheit vernachlässigt werden. Oft kommen erschwerend Schuldgefühle hinzu, wenn sich die Betroffenen in der Betreuungssituation ihres Angehörigen belastet fühlen. Zudem kommt häufig auch noch die Angst dazu selber die Erkrankung zu erleiden. Aus diesen Gründen sollten Angehörige möglichst zeitgleich mit der direkt betroffenen Person Unterstützung suchen.

Pflegeberatung im Klinikum Schwarzach

Wenn Sie mit Ihrem Angehörigen in unserem Klinikum in Behandlung sind, können Sie sich zu einer speziellen und individuellen Pflegeberatung bei Demenz zuweisen lassen. Nach der Zuweisung nehmen wir persönlich zu Ihnen Kontakt auf, um einen Beratungstermin bei uns im Klinikum zu vereinbaren.

Die Pflegeberatung zum Thema Demenz findet nach individueller Terminvereinbarung statt. Hier werden Sie von spezialisierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern beraten und geschult. Wir unterstützen Sie gerne bei Ihren individuellen Anliegen rund um die Pflege und Betreuung Ihrer Lieben!



Kontakt

Kardinal Schwarzenberg Klinikum GmbH

Kardinal Schwarzenbergplatz 1
5620 Schwarzach im Pongau

Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie

TEL +43 6415 7101 - 5491
MAIL psychiatrie@ks-klinikum.at

Abteilung Neurologie

TEL +43 6415 7101 - 7522
MAIL neurologie@ks-klinikum.at