

# Wie war noch mal ihr Name???

Das ganzheitliche Phänomen der Demenz -  
Ursachen, Problemstellungen und passende Hilfen

# Aktuelle Herausforderungen in Pflege und Betreuung

## Aktuelle Herausforderungen

- **Wachsender** quantitativer und qualitativer **Bedarf** in der Pflege und Betreuung
- Herausforderungen im Bereich **Personal** und Arbeitsmarkt
- Zunehmend mobile Angehörige und **dislozierte Familien** sowie Frauenerwerbstätigkeit
- **Zunahme gerontopsychiatrischer** sowie **neurologischer Erkrankungen** wie Depression, Parkinson und Demenz

## Aktuelle Herausforderungen

- **Steigende „Belastungen“** für Profis und Angehörige (Multimorbidität, gerontopsychiatrische und neurologische Erkrankungen)
- Lange **Dauer** des Verbleibs in der **Pflegebedürftigkeit** (7 Jahre!)
- Bestmöglicher Erhalt von **Selbsthilfepotential** und **Lebensqualität** als Ziel der Pflege und Betreuung
- **Multimodale Vorsorge** gefragt (gesundheitlich, finanziell, wohntechnisch, sozial)



HILFSWERK

# Was ist Demenz?

## Was ist DEMENZ ?

- Demenz ist eine Kombination von Symptomen
- Ein **zunehmender Abbau von sozialen, emotionalen Handeln** sowie eine Reduktion des **allgemeinen Denkvermögens** ist gegeben
- Besonders auffällig sind ein **Nachlassen des Kurzzeitgedächtnisses** – Langzeitgedächtnis sehr beständig funktionierend
- Teilweise erhöhtes Aggressionspotential oder Passivität
- Schleichende **Selbst- und Fremdgefährdung** möglich
- Die **Gefühlswelt nimmt** an Bedeutung deutlich **zu**

# Demenz – Symptome

(Neuropsychologie & Psychopathologie)

## 1. Kognitive Störungen

Störung von Gedächtnis, Denken, Orientierung, Auffassung, Rechnen, Lernfähigkeit, Sprache, Urteilsvermögen, Beeinträchtigung der Aktivitäten des täglichen Lebens

## 2. Verhaltensstörungen

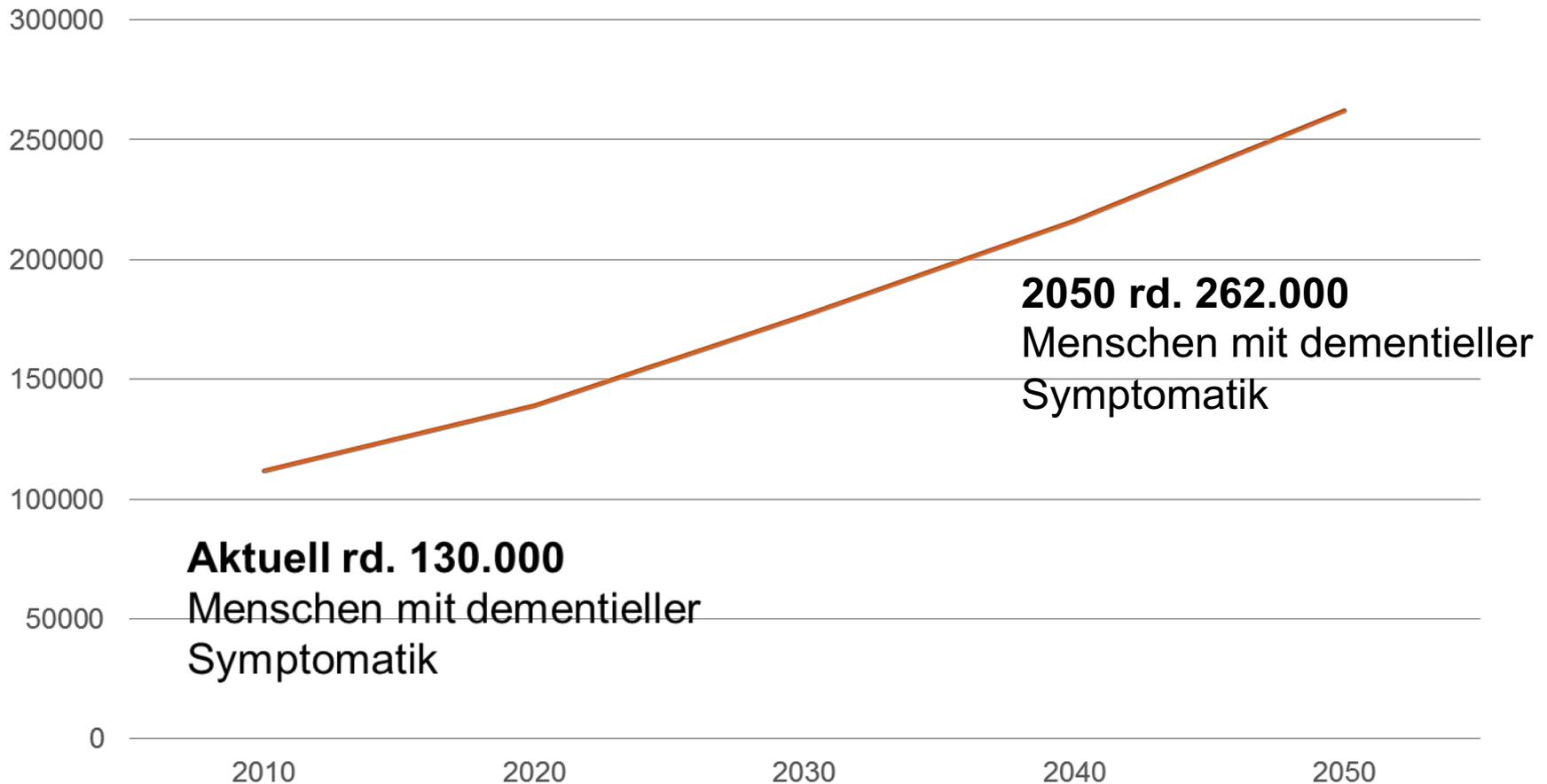
Psychotische und Affektive Phänomene, Antriebsstörungen, Persönlichkeitsveränderungen

## 3. Somatische Störungen

Inkontinenz, Gangstörung, Krampfanfälle, Schluckstörungen, Appetitstörungen, Schlaf-Wach-Rhythmus

# Die Entwicklung der Demenz

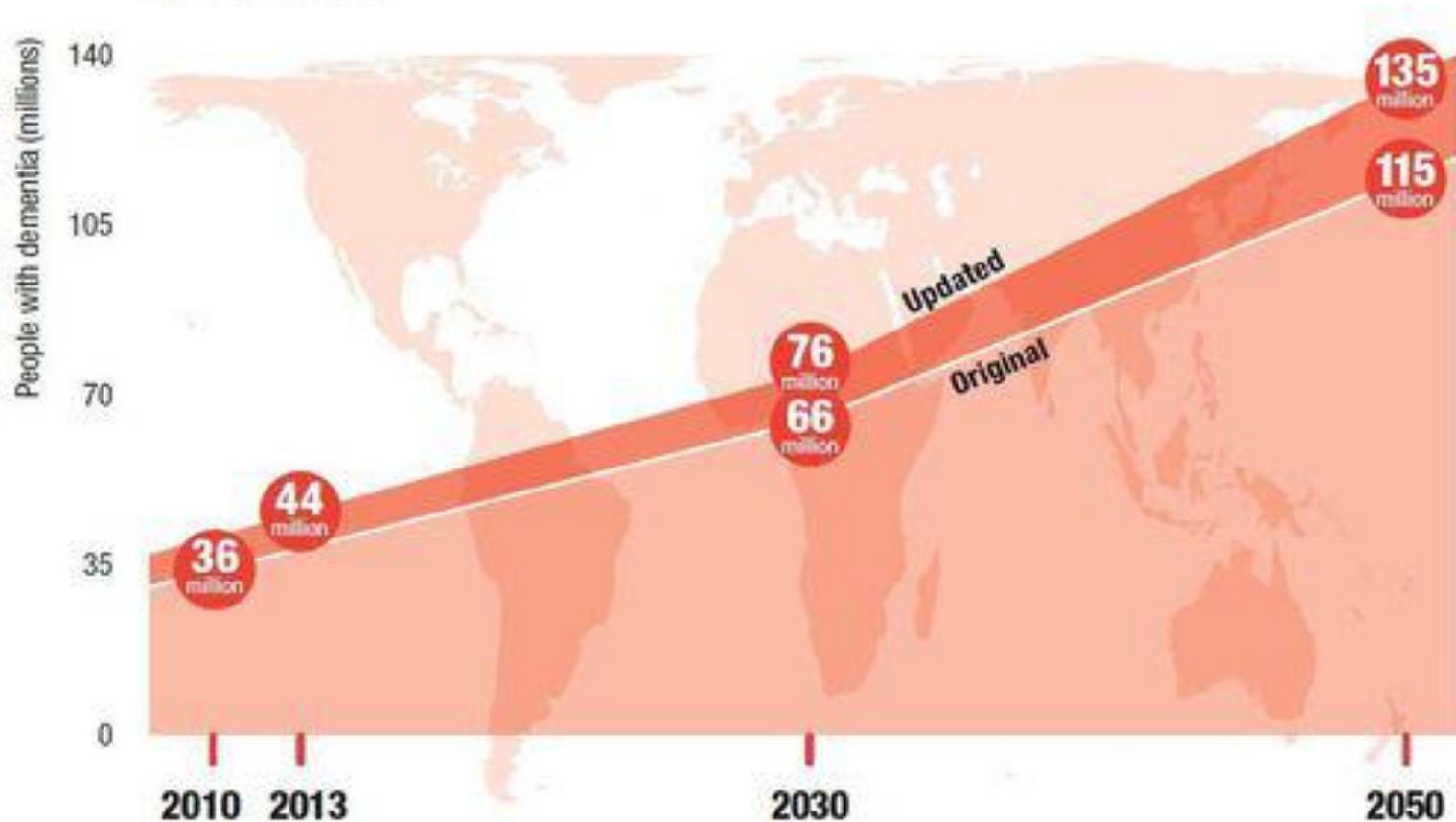
## Demenz – Prävalenz



Quelle: Wancata, J. 2014 Österreichischer Demenzbericht

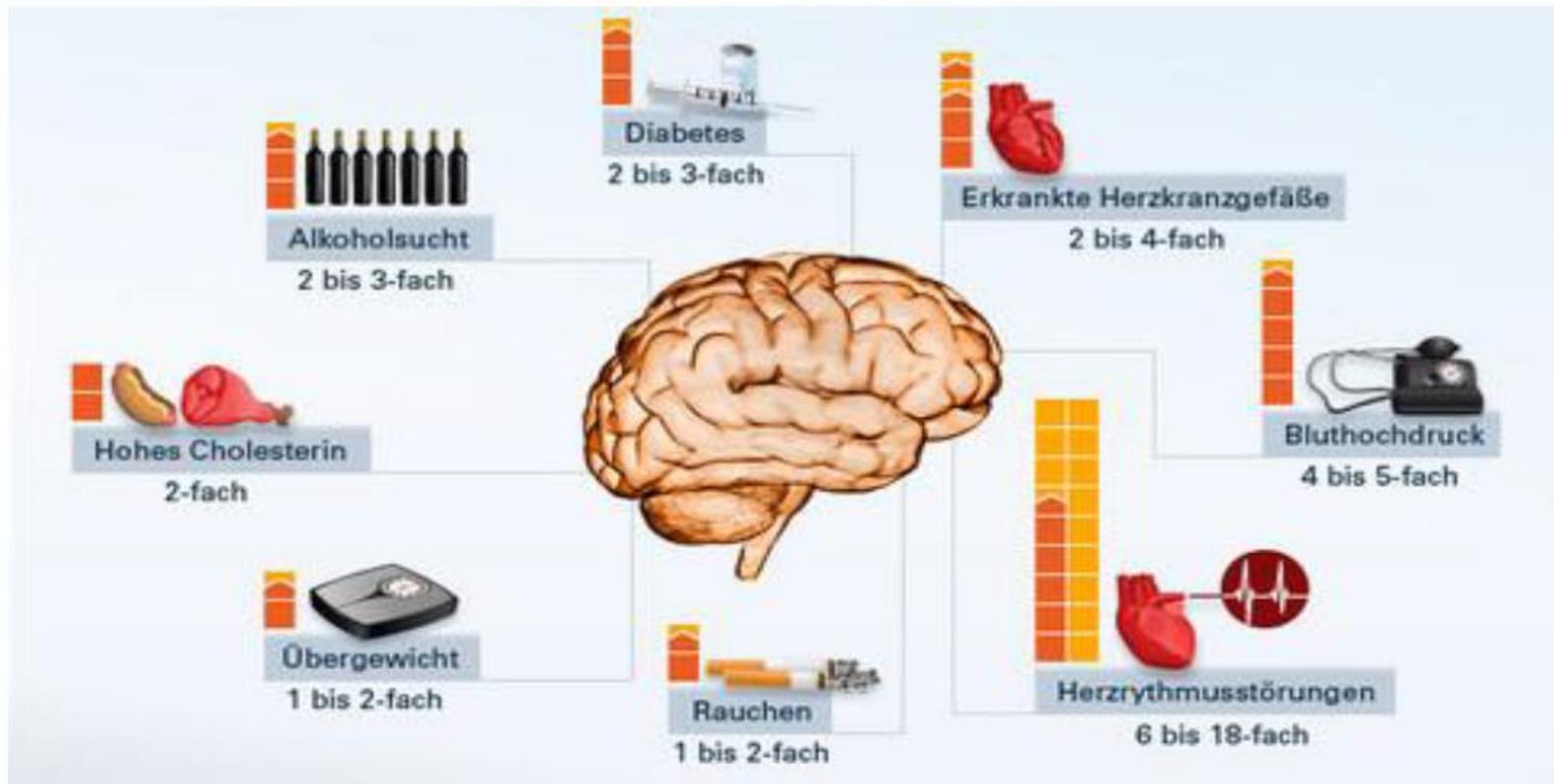
## Entwicklung der Demenz

Increase in numbers of people with dementia worldwide (2010-2050), comparing original and updated estimates

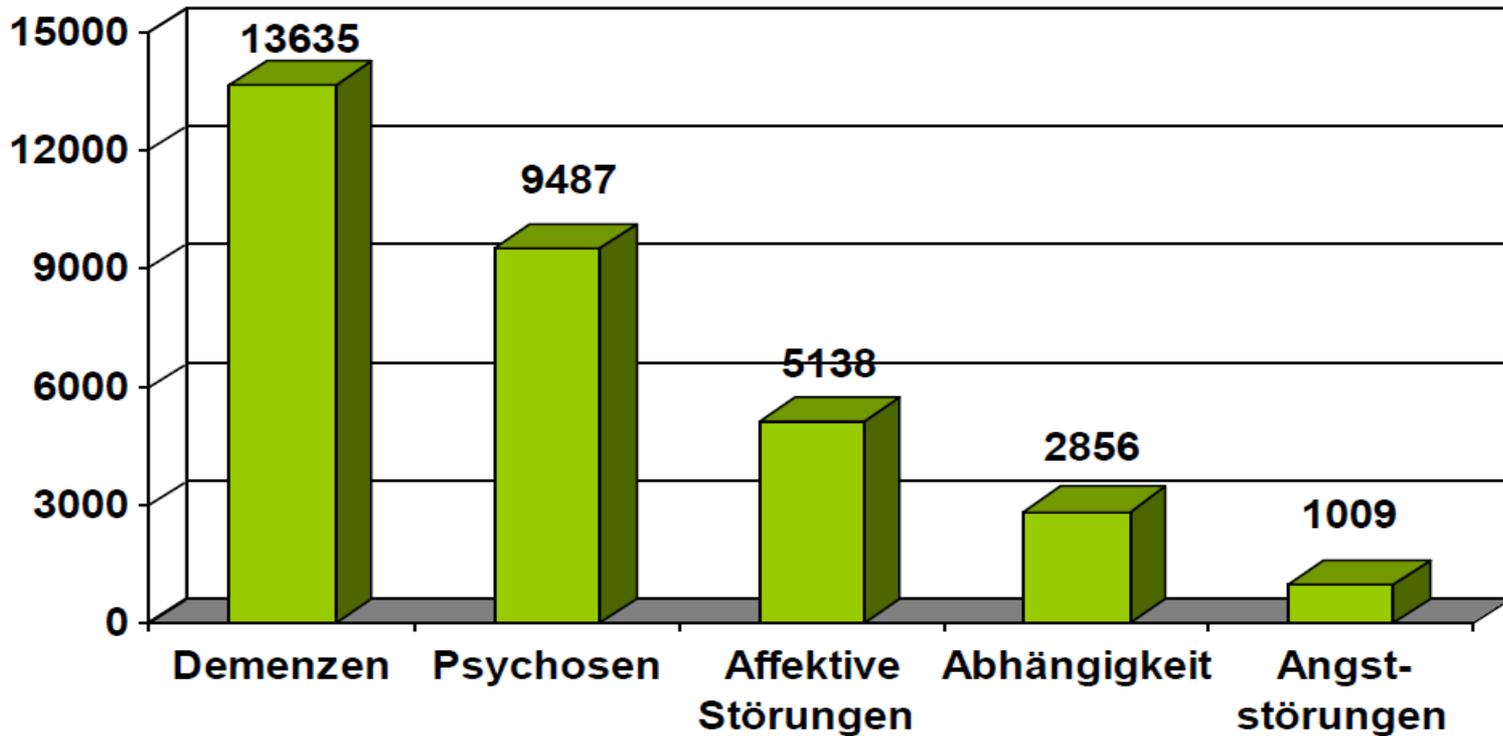


<https://www.prnewswire.com/de/pressemitteilungen/demenz-ist-die-groWte-globale-medizinische-herausforderung-unserer-generation-234552011.html>

# Risikofaktoren für vaskuläre Demenz



# Jährliche Kosten pro Krankem in Österreich (Euro)



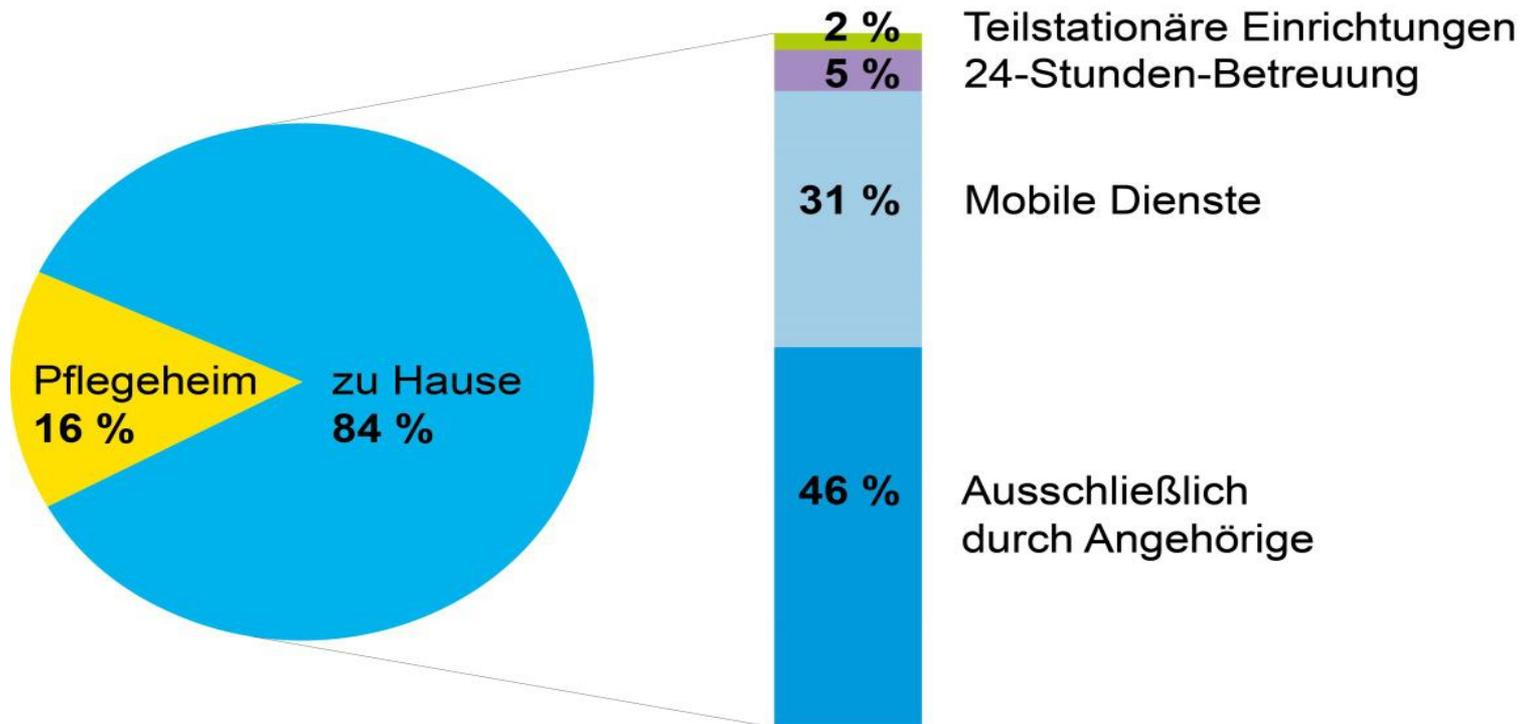
Wancata et al. 2007

- Ein zunehmender Mangel an Demenz-Spezialisten gefährdet Forschungsfortschritt
- 5x mehr Wissenschaftler entscheiden sich für onkologische Themen als für Demenz
- 70% aller Demenz-Experten (mit PhD) verlassen das Forschungsgebiet innerhalb von 4 Jahren
- Es besteht bereits heute ein kritischer Mangel an spezialisierten Pflegefachkräften und Experten mit Demenz-Schwerpunkt

S. Marjanovic et al.; 2015; <http://www.alzheimers.org.uk/researchreport2015>

# Überblick – Versorgungslandschaft in Österreich

## Versorgungslandschaft Pflege und Betreuung in Österreich 2016



Rund 455.000 Anspruchsberechtigte Pflegegeld

Quelle: Pflegedienstleistungsstatistik, PFIF des Hauptverbandes der österr. Sozialversicherungsträger

# **Pflegende Angehörige und die Herausforderungen des Rollenwechsels**

Mit besonderem Fokus auf Demenz

## Warum ist Demenz so fordernd für Angehörige?

Den Verdacht auf Demenz anzusprechen, ist eine enorme Herausforderung, aber wichtig, um zeitgerecht eine Therapie einzuleiten.

### Demenz verändert die Persönlichkeit!

Betroffene können **unruhig, ängstlich, misstrauisch, traurig, aggressiv** werden.

Die zunehmende Hilflosigkeit fördert nicht nur **Depressionen** beim Betroffenen, sie führt auch zu Konflikten mit Angehörigen.

Eine besondere **Herausforderung** ist die **Rollenumkehr**.

## Die typische pflegende Angehörige ...

- ist eine **Frau**
- entweder selbst bereits **weit über 70 Jahre alt**  
(Pflege des Ehepartners) (Durchschnittsalter  
Pflegebedürftiger über 80 Jahre!)  
oder **über 60 Jahre alt**  
(Pflege von Eltern bzw. Schwiegereltern)
- weist oft eine **Betreuungskarriere** auf  
(erst Kinderbetreuung, dann Pflege älterer  
Angehöriger)
- leidet nicht selten unter **Schuldgefühlen** und  
Konflikten in der Familie (Rollenumkehr)

## Die typische pflegende Angehörige ...

- läuft Gefahr, selbst in die **Überforderung** zu schlittern
- **ist oft in Sorge**, selbst fit zu bleiben, um helfen zu können
- empfindet die Notwendigkeit der **ständigen Anwesenheit** oft als besonders belastend
- hat oft wenig Zeit für sich und eigene Interessen
- ist manchmal mit der **Gefahr sozialer Isolation** (Vereinsamung) konfrontiert
- fühlt sich zeitweise alleine gelassen und wenig verstanden

# Vorbeugende Maßnahmen in den eigenen vier Wänden

## Vorbeugende Maßnahmen

## Wohnraum anpassen



## Wohnraum anpassen

- **RISKIO** - Was sollte verändert werden, um Risiko zu minimieren oder auszuschalten?
- **SELBSTÄNDIGKEIT** - Was sollte adaptiert oder gekauft werden, damit Selbständigkeit solange wie möglich erhalten bleibt?
- **ZEITPUNKT** - Was ist wichtig, was sollte sofort umgesetzt werden, je nach Dringlichkeit und Zustandsbild des Demenzkranken?
- **HILFSMITTEL** - Was kann ich selbst tun, welche Hilfsmittel sind erforderlich, bestehen kostengünstigere Alternativen?

- Ein gewisses Maß an Risiko im Wohnraum akzeptieren und annehmen lernen – das **Risiko des Lebens**
- Eine **schrittweise Anpassung** der gewohnten Wohnumgebung
- Sicherheit und Wohlfühlen **schließen einander nicht aus**
- Gemeinsame **soziale Kontakte** pflegen
- Lernen eine **adäquate Unterstützung** anzunehmen
- Spiritualität nutzen – **Biografie Arbeit**

- **Reizüberflutungen der Sinne vermeiden** – Licht, Radio, Fernsehen, Bildschirme, ...
- Auf **Augenhöhe kommunizieren** und den Blickkontakt suchen - Möblierung
- **Einfache Worte** und Sätze verwenden
- **Geduld** aufbringen – ev. Wörter vorschlagen
- Themen wechseln bei **Aufregung**
- Lob und Anerkennung – auch eine **Berührung** kann manchmal **Wunder bewirken**
- Humor behalten – **gemeinsam Lachen fördern**
- Hilfe anzunehmen ist **keine Schande!**



<https://www.demenz-duesseldorf.de/aktuelles/demensch-texte-und-zeichnungen-1467800682>



HILFSWERK

# Vielfältige Herausforderungen

- **Herumwandern** des betroffenen Menschen
- Ungewöhnliche Anhänglichkeit
- Vermehrte **Schlaflosigkeit**
- **Misstrauen** und Verdächtigungen
- **Gesteigerte Aggression** und Uneinsichtigkeit
- Mögliche Halluzinationen und **Wahnvorstellungen**
- Das Akzeptieren einer **schleichenden Verschlechterung** der Erkrankung und damit des Wesens der betroffenen Person

- Nicht nur für Kinder und ältere Menschen ist das eigene zu Hause oftmals der gefährlichste Ort – Stichwort: „Freizeitunfälle“
- **Gefahren** werden von älteren Menschen, gerade in Ihrer **gewohnten Umgebung oft unterschätzt**
- Umgehen lernen mit den multiplen kognitiven Defiziten und der **Wesensveränderung** des geliebten Menschen – Anderes Sozialverhalten
- Oftmalige Aussage: „Ich erkenne Ihn/Sie nicht wieder, **er/sie ist ein Anderer geworden.**“

# Achtsamkeit ist gefragt

## ACHTSAMKEIT ist gefragt

- Im Umgang mit den Demenzerkrankten selbst
- In der Schaffung von „**Wohlfühlfaktoren**“
- In der Wahrnehmung von möglichen Defiziten
  - **Verunsicherungen** und Hilflosigkeit nehmen zu
  - **Veränderte Lebenswahrheiten** erkennen
  - Akzeptanz von belastenden Entwicklungen der Krankheit
  - **Aufmerksamkeit für sich selbst** – Psychohygiene und Balance schaffen!



- Betreuende Angehörige sind im ganzheitlichen Kontext sehr gefordert
- **Neue Rollenverteilung** in der Familie
- Die Angst den Problemstellungen des Alltags nicht mehr gewachsen zu sein
- Mit der **eigenen Hilflosigkeit** lernen umzugehen
- Das **veränderte Verhalten** auch teilweise akzeptieren
- Offensichtliche und nicht offensichtliche **Gefahrenquellen** erkennen und adäquat **beseitigen**

# Schlussfolgerungen

- **Keine Diskussion** - wenn Hilfe erforderlich, dann muss unterstützt/geholfen werden
- Nachfragen, **Beobachten**, Testen, **Motivieren**, Zuordnen
- Kommunikation – **achtsam**, wertschätzend, klar, kurz, **verständlich**, schwierige Dinge vorzeigen, Aufgaben gemeinsam erledigen, loben
- Versuchen nicht durch Gegenargumente zu überzeugen, **nicht an Vernunft appellieren**

- **Aktivitäten** - solange als möglich **selbst durchführen** lassen
- Konzentration auf eine Aufgabe, **störende Faktoren ausschalten**, Sicherheit achten
- Hilfe und Unterstützung annehmen
- **ZEIT, ZEIT, ZEIT** – Zeit sich nehmen, Zeit lassen, Zeit geben
- **HUMOR** und **GELASSENHEIT**

**Vielen Dank für Ihre geschätzte Aufmerksamkeit!**

**Mag. Roland Nagel MBA, DGKP**

*Fachliche Leitung Pflege und Betreuung*

*Hilfswerk Österreich*

*Grünbergstraße 15/2/5, 1120 Wien*

*Tel.: 01/4057500*



*roland.nagel@hilfswerk.at*

*www.hilfswerk.at*