

# Spezialreport

## Demenz

- **Woran Sie eine Demenz erkennen**
- **Checkliste: Vergesslichkeit oder beginnende Demenz?**
- **Schutz vor Demenz möglich?**
- **Demenzkranke: Wenn Eltern zu Kindern werden**
- **Tagespflege: Eine alternative Versorgungsform für Demenzkranke**
- **An Alzheimer Demenz erkrankte Personen brauchen Routine**
- **So können Sie Abwehrverhalten bei Demenzkranken verringern**



## Woran Sie eine Demenz erkennen

*Die Hirnleistung jedes Menschen lässt im Alter nach, das ist ganz natürlich und nicht Besorgnis erregend. Viele Angehörige fragen sich jedoch, wie Sie diesen natürlichen Abbauprozess von einer dementiellen Erkrankung unterscheiden können. Hier die 3 wichtigsten Symptome für eine Demenz:*

- Eine Demenz ist ein langsam fortschreitender Prozess, der sich nicht mehr rückgängig machen lässt und im Verlauf der Krankheit zu immer deutlicheren dementiellen Veränderungen führt. Bei nicht dementiellen Verläufen können zwar dieselben Symptome auftreten, diese lassen sich aber mit einer entsprechenden Therapie behandeln und verschwinden meist sogar ganz.
- Klassische Anzeichen einer Demenz sind:
  - a. Zunehmende zeitliche, örtliche, situative und / oder personelle Desorientierung
  - b. Häufigere Wortfindungsschwierigkeiten
  - c. Unfähigkeit, Dinge und Gegenstände zu richtig benennen bzw. deren Verwendungszweck zu erkennen
  - d. Verlust des Kurzzeitgedächtnisses, im fortgeschrittenen Krankheitsverlauf auch des Langzeitgedächtnisses
- Eine Demenz lässt sich meistens mit Hilfe von neurologischen Tests und Untersuchungen nachweisen. Eine entsprechende fachärztliche Abklärung, ist empfehlenswert.

### **Checkliste: Vergesslichkeit oder beginnende Demenz?**

Über Vergesslichkeit klagen wir alle von Zeit zu Zeit - egal in welchem Alter. Rund 40 % der 20- bis 35-Jährigen geben an, vergesslich zu sein. Bei der Gruppe der 70+ sind es über 80 %. Bei Letzteren spielt beim Thema Vergesslichkeit schnell auch die Angst vor einer beginnenden Demenz eine Rolle. Unsere heutige Checkliste hilft Ihnen diese Frage richtig zu beurteilen.

Anzeichen für normale Altersvergesslichkeit	Anzeichen für Demenz
Vergesslichkeit im Alter von über 60 Jahren	Vergesslichkeit im Alter von unter 60 Jahren
Die Vergesslichkeit ist vorübergehend.	Die Vergesslichkeit bleibt und wird immer schlimmer.
Probleme wie etwa das Verlegen der Geldbörse, des Haustürschlüssels etc. kommen ab und zu vor. Hin und wieder werden Namen vergessen.	Das Verlegen oder Vergessen häuft sich, insbesondere bei wichtigen Gegenständen, auf die man normalerweise gut aufpasst (Kreditkarte, Geldbörse).
Durch richtiges Nachdenken oder konzentrierten Innehaltenden fallen dem Betroffenen die vergessenen Dinge in der Regel wieder ein.	Komplette Erlebnisbereiche und Gedächtnisinhalte werden vergessen und lassen sich auch durch Nachdenken oder Konzentration nicht rekonstruieren.
Erinnerungsstützen (z. B. Merkzettel) helfen gegen Vergesslichkeit	Notizzettel, Eselsbrücken oder Gedächtnisstützen helfen immer weniger.
Nach mündlichen oder schriftlichen Anleitungen können alltägliche Tätigkeiten sicher durchgeführt werden.	Alltagshandlungen, wie Kaffee kochen, Essen aufwärmen, Körperpflege können auch nach mündlichen oder schriftlichen Anleitungen immer weniger durchgeführt werden.

In den meisten Fällen werden sicherlich die Angaben in der linken Spalte zutreffen. Überwiegen die Aspekte in der rechten Spalte, sollte möglichst ein Facharzt aufgesucht werden.

---

Anzeige

### **[Demenz: Pflege und Betreuung von zu Hause \(für Privatpersonen\)](#)**

So sorgen Sie für die Sicherheit und Lebensqualität Ihres an Demenz erkrankten Angehörigen: Der Wegweiser für die Pflege von Demenzkranken. Konkrete Antworten, Tipps und Empfehlungen, die Sie sofort nutzen können. [Mehr Infos...](#)



## Schutz vor Demenz möglich?

*Eine neue Langzeitstudie vom Karolinska Institut in Stockholm hat die Auswirkungen von Psyche und Lebensstil auf die Entwicklung von Demenz untersucht. Mit erfreulichen Ergebnissen: Es gibt offenbar eine Möglichkeit, das Demenz-Risiko zu senken.*

Im Rahmen der Studie wurden 506 Personen ab 78 Jahren über einen Zeitraum von sechs Jahren begleitet und regelmäßig nach ihren Charaktereigenschaften und ihren Freizeitaktivitäten befragt. Im Laufe der Zeit wurde bei 144 Personen eine Demenzerkrankung festgestellt.

Die Forscher kamen zu dem „äußerst überzeugenden“ Ergebnis, dass bei den Personen, die sich als sozial aktiv und insgesamt eher gelassen und entspannt beschrieben, das Risiko für eine Demenzerkrankung nur halb so groß war wie bei sozial eher isolierten und gestressten Personen.

Schutz vor Demenz

Die logische Schlussfolgerung: Möglicherweise lässt sich das Demenzrisiko senken, wenn man soziale Kontakte pflegt und insgesamt eine aktive und positive Lebenseinstellung hat.

Andere Faktoren wie Geschlecht, Alter oder Vorerkrankungen spielten bei dem Ergebnis der Studie keine Rolle. Es muss allerdings betont werden, dass der Lebensstil und die Psyche allein die Entwicklung einer Demenzerkrankung nicht bestimmen. Das Demenz-Risiko hängt von verschiedenen Faktoren ab - aber ein ausgefülltes Sozialleben und ein eher gelassener Charakter können dabei durchaus einen positiven Einfluss haben.

Der Vorteil im Gegensatz zu genetischen Faktoren ist, dass man seinen Lebensstil aktiv verändern kann. Versuchen Sie also, sich auch im Alter eine positive Lebenseinstellung zu bewahren und Ihre Freizeit aktiv zu gestalten - laut der vorliegenden Studie können Sie damit Ihr Risiko, an Demenz zu erkranken, senken.

---

Anzeige

### **Gesundheits-Alarm: Wird unsere Gesundheit zum Spielball von Politikern, Krankenkassen und der Industrie?**

Sie nehmen teure Medikamente? Sie haben Schmerzen? Sie laufen von Arzt zu Arzt? Sie leiden an Arthritis, Diabetes, Bluthochdruck oder an einer der anderen „Volkskrankheiten“? Und nichts hilft? Stattdessen Nebenwirkungen der Medikamente, weiter steigende Behandlungskosten, und die gesetzlichen Krankenkassen zahlen oft nicht mehr. Das Ergebnis: eine Zweiklassenmedizin! Gesundheit nur noch für Reiche?

Steigen Sie aus diesem Wahnsinn aus! Lassen Sie sich nicht weiter durch Krankenkassen und Politiker entmündigen! Bestimmen Sie jetzt selbst über sich, Ihren Körper und Ihre Gesundheit! Informieren Sie sich über sanfte Alternativen und neueste Erkenntnisse aus der Naturheilkunde – unabhängig, fachlich geprüft, mit vielen Rezepten und praktischen Tipps, zur Vorbeugung und Behandlung.

[Testen Sie „Natur & Gesundheit“ jetzt 30 Tage kostenlos und ohne Risiko!](#)



## Demenzkranke: Wenn Eltern zu Kindern werden

*Pflegende Angehörige, aber auch Angehörige von Pflegeheimbewohnern werden bei einer fortschreitenden Demenzerkrankung eines Elternteils vor völlig neue Herausforderungen gestellt. Besonders, wenn das Elternteil in seiner dementiellen Rückentwicklung irgendwann an dem Punkt angelangt ist, an dem es die eigenen Kinder als Mutter oder Vater ansieht bzw. überhaupt nicht mehr erkennt. Das ist, insbesondere für die Töchter, meist ein großer Schock. Als betroffener Angehöriger eines Demenzkranken, müssen Sie sich Folgendes immer wieder klar machen:*

1. Der Erkrankte kann sein eigenes Alter nicht mehr einschätzen. In seiner Realität ist er vielleicht 20 Jahre alt. Er kann somit in seiner Erlebenswelt entweder noch keine Kinder haben (kann sie also auch nicht als solche erkennen) oder die Kinder waren zu diesem Zeitpunkt noch sehr jung (hier gilt natürlich das Gleiche).

2. Ihr Gesicht kommt dem Demenzkranken jedoch sehr vertraut vor, weshalb er versucht eine Erklärung für diese Vertrautheit und Ähnlichkeit zu finden. Aufgrund es von ihm empfundenen Altersunterschiedes, schließt er daraus, dass Sie seine Mutter oder Vater sein müssen.
3. Mit fortgeschrittener Demenzerkrankung können logische Zusammenhänge nicht mehr erkannt werden. Der Demenzkranke agiert und reagiert hauptsächlich auf der Gefühlsebene und sucht nach einfachen, für ihn tragfähigen Lösungsansätzen. Halten Sie sich immer wieder vor Augen, dass sein manchmal schwieriges Verhalten, weder provokant noch böswillig ist.
4. Machen Sie sich bewusst, dass der Demenzkranke keine Chance hat, sich in die Realität zurückzubewegen. Sie müssen ihm deshalb ein Stück in seiner Realität entgegen kommen. Dies erleichtert Ihnen einerseits den Zugang zum Demenzkranken, zum anderen fühlt sich der Erkrankte verstanden und angenommen.

---

Anzeige

### **Demenz: Pflege und Betreuung kompakt**

Menschen mit Demenz stellen für jede Pflegekraft eine echte Herausforderung dar. Ob sie einen „Ausflug“ machen und nicht mehr nach Hause finden, ob sie vergessen den Herd abzudrehen oder ob sie sich weigern, ihre Medikamente zu nehmen: Immer sind Sie als Pflegekraft gefordert, eine Lösung zu finden.

**„Demenz: Pflege & Betreuung kompakt“ bietet Ihnen**  
aktuelle Meldungen zu diesen **5 Hauptschwerpunkten:**

1. Pflege & Medizin
2. Angehörigenarbeit & Selbstpflege
3. Betreuung & Aktivierung bei verändertem Verhalten
4. Leistungen & Hilfsmittel
5. Alles, was Recht ist

**Beispiele, Tipps, Musterschreiben und Checklisten** sind erprobte Arbeitshilfen, die Ihnen helfen, Ihre Arbeit zu systematisieren und **Zeit zu sparen, ohne dass die Qualität leidet**. Das ist entscheidend!

[Überzeugen Sie sich selbst und fordern Sie hier Ihre Testausgabe von „Demenz: Pflege & Betreuung kompakt“ an!](#)



## Tagespflege: Eine alternative Versorgungsform für Demenzkranke

*Neben der ambulanten und der stationären Versorgung gewinnt die Tagespflege als Versorgungsform für Demenzkranke in Deutschland immer mehr an Bedeutung. Tagespflege ist die teilstationäre Pflege und Versorgung pflegebedürftiger älterer Menschen in einer zugelassenen Pflegeeinrichtung durch qualifiziertes Personal während des Tages. Sie bietet pflegenden Angehörigen einige Vorteile:*

1. Tagespflege ergänzt in optimaler Weise die ambulante Betreuung. Der Demenzkranke kann morgens und abends von dem pflegenden Angehörigen oder von einem ambulanten Pflegedienst versorgt werden und wird dazwischen in der Tagespflegereinrichtung umfassend betreut.
2. Der pflegende Angehörige weiß den Demenzkranken in der Tagespflege gut versorgt und hat so Zeit einfach mal durchzuatmen und neue Kräfte für die anstrengende Pflege zu sammeln.
3. Das Risiko der Vereinsamung sowie der Eigen- oder Fremdgefährdung wird ebenfalls minimiert, da sich der Demenzkranke in der Tagespflege unter Aufsicht von geschultem Personal befindet.
4. Und ganz wichtig: In der Tagespflege (besonders wenn es sich um eine spezielle Einrichtung für Demenzkranke handelt) bekommt der Demenzkranke eine umfassende und individuelle Beschäftigung und therapeutische Betreuung, die der pflegende Angehörige kaum leisten kann und die ihm auch in den meisten stationären Einrichtungen nicht zuteil wird.

---

Anzeige

### **Qualität in der Pflege**

Die Arbeitshilfe speziell für Qualitätsbeauftragte in der Pflege. Schritt für Schritt erhalten Sie alle wichtigen Grundlagen, die für ein gelebtes und erfolgreiches Qualitätsmanagement notwendig sind. [Mehr Infos...](#)



## An Alzheimer Demenz erkrankte Personen brauchen Routine

***Ohne Routine könnte unser aller Alltag nicht reibungslos verlaufen. Routine erspart Zeit und gibt Sicherheit. Die meisten von uns haben ihr Morgenritual, das genau vorgibt, welche Tätigkeiten in welcher Abfolge zu erledigen sind. Wird diese Routine gestört, beginnt der Tag schon hektisch und unerfreulich.***

Für Personen, die an Alzheimer Demenz erkrankt sind, wird dieses Bedürfnis zunehmend lebenswichtig. Ihre inneren Strukturen verfallen nach und nach. Sie können jedoch durch einen geregelten Tagesablauf ausgeglichen werden.

Helfen Sie dem Demenzkranken durch eine gleichmäßige Tagesgestaltung Menschen mit Demenz können Unruhe, Hektik und Veränderungen schwer ertragen. Sie können das oft nicht in Worte fassen und reagieren daher auf andere Weise. Sie ziehen sich zurück, schimpfen, werden laut oder lehnen Mahlzeiten und Getränke ab. Ermöglichen Sie der an Alzheimer Demenz erkrankten Person daher einen ruhigen und gleichförmigen Tagesablauf. So kann sich die innere Uhr auf diesen Rhythmus einstellen.

Legen Sie den Tagesablauf für den an Alzheimer Demenz erkrankten Menschen fest Schreiben Sie einmal genau auf, wie Ihr Tag mit dem Demenzkranken genau abläuft. Sie werden feststellen, das meiste ist schon zur Routine geworden. Machen Sie einen Tagesplan und einen Wochenplan, in dem immer wiederkehrende Termine festgehalten sind. Versuchen Sie den Plan nach Möglichkeit einzuhalten, um Irritationen zu vermeiden. Trotzdem sollten Sie nicht zum Sklaven dieses Planens werden. Falls sich Abweichungen ergeben: Nehmen Sie sie einfach hin und machen Sie dann wie gewohnt weiter.

An Alzheimer Demenz erkrankte Personen können Veränderungen schwer ertragen Nicht nur Abweichungen im Tagesablauf irritieren den Demenzkranken, sondern auch räumliche Veränderungen. Variieren Sie daher möglichst wenig in der Raumgestaltung. Beachten Sie dieses Prinzip genauso im Alltag. Stellen Sie beispielsweise Getränke immer an den gleichen Platz, ebenso alle weiteren wichtigen Gegenstände des täglichen Lebens. Versuchen Sie bei Spaziergängen die gleichen Wege zu gehen und bei Einkäufen die gleiche Abfolge der Geschäfte zu wählen.

Durch diese Maßnahmen hat der Demenzkranke ein großes Maß an Sicherheit gewonnen und Sie selbst ebenfalls.



Anzeige

**Haben Sie einen 24-Stunden-am Tag, 7-Tage-in-der Woche Auskunftsdienst für kritische Fragen?**

Als Leiter eines ambulanten Pflegedienstes haften Sie für alles, was unter Ihrer Aufsicht passiert – oder unterlassen wird.

Kein Wunder also, wenn Sie manchmal schlecht schlafen, weil Ihnen Fragen zur Haftung auf den Magen schlagen. Fragen wie zum Beispiel:

- Bin ich verantwortlich, wenn eine Pflegeperson zu wenig trinkt?
- Was, wenn ich eine Heraufstufung der Pflegebedürftigkeit zu spät angemeldet habe?
- Hafte ich für Fehler meiner Mitarbeiter?
- Bin ich verpflichtet, Pflegevisiten zu machen?

Was immer Sie tun – oder unterlassen – die Frage der Haftung spielt immer eine Rolle! Manchmal drohen sogar Angehörige damit, Sie wegen unterlassener Hilfestellung zu verklagen!

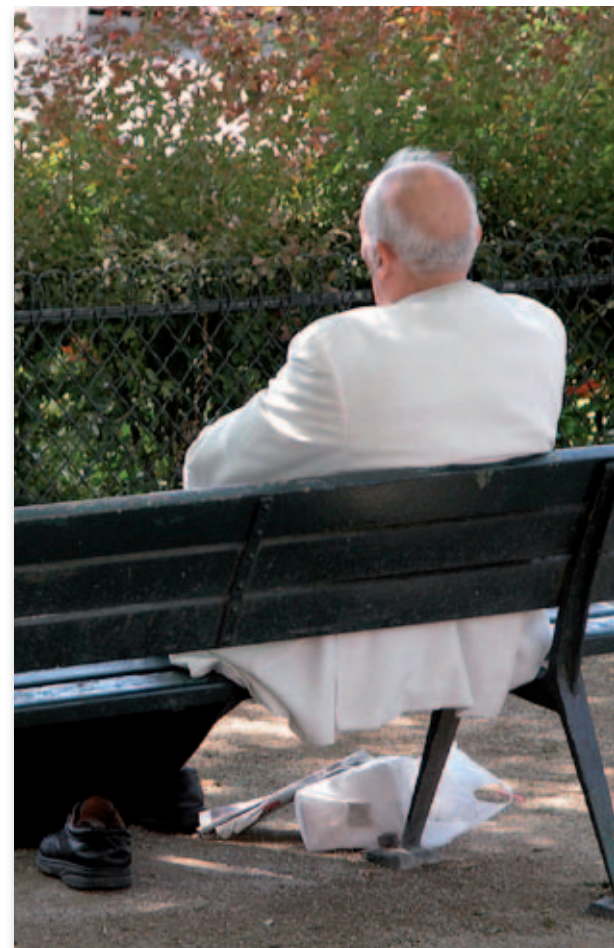
Was Sie in so einer Situation brauchen, ist eine **profunde und rechtssichere Auskunft**. Diese finden Sie in einem Nachschlagewerk, das Sie als Leiter eines Pflegedienstes unbedingt besitzen sollten:

**Recht in der ambulanten Pflege von A-Z**

**Lassen Sie sich diesen Ratgeber noch heute unverbindlich für 30 Tage kostenlos zur Ansicht schicken!**

## So können Sie Abwehrverhalten bei Demenzkranken verringern

*Mit fortschreitendem Krankheitsverlauf benötigen Menschen mit Demenz immer mehr Hilfe. Sicherlich haben Sie selbst auch schon miterlebt, dass die Unterstützung nicht immer dankbar angenommen wird. Manchmal wehrt sich die an Demenz erkrankte Person durch Schlagen und Schreien. Dies geschieht nicht, weil die Person mit Demenz besonders aggressiv oder renitent ist, sondern weil Sie nicht nachvollziehen kann, was gerade passiert. Die Fünf Stufen Intervention schafft hier Abhilfe.*



**Oft sind wir zu schnell für den Demenzkranken**

Stellen Sie sich folgende Situation vor: Sie sind gerade aufgestanden und stehen nun im Bad. Eine Ihnen vage bekannte Frau sagt etwas, dessen Sinn Sie nicht verstehen. Fast zeitgleich haben Sie einen nassen Waschlappen im Gesicht. Vermutlich wären Sie ganz schön erschrocken und würden lautstark schimpfen. Möglicherweise kämen Sie sich auch hilflos vor. So oder so ähnlich fühlen sich vermutlich Menschen mit Demenz, wenn sie sich auf Sie und die durchzuführende Handlung nicht einstellen können.

**Langsames und schrittweises Vorgehen hilft Personen mit Demenz**

Schon ein Buddhistisches Sprichwort bringt es auf den Punkt: „Wenn Du es eilig hast, gehe langsam.“ Ähnlich sollten Sie im Umgang mit Demenzkranken vorgehen. Die Fünf Stufen Intervention hilft Ihnen, jede Handlung auf die an Demenz erkrankte Person abzustimmen.

**Nutzen Sie die fünf Interventionsstufen zur Durchführung von Handlungen**

Diese Fünf Schritte helfen Ihnen, dem Demenzkranken größtmögliche Sicherheit zu vermitteln und ihn einzubeziehen.

**1. Stufe: Nehmen Sie mit zu der Person mit Demenz Kontakt auf**

Versuchen Sie zunächst zu erreichen, dass der Demenzkranke Sie bewusst wahrnimmt. Sprechen Sie ihn von vorne und mit Namen an. Nehmen Sie Blickkontakt auf und versichern Sie sich darüber, dass die Person mit Demenz auf Sie reagiert, also Kontakt aufbaut. Sind Einschränkungen im Sehen vorhanden, sollten Sie versuchen die Aufmerksamkeit über andere Kommunikationswege aufzubauen. Etwa über Sprache und leichte Berührung am Arm beziehungsweise an der Hand.

**2. Stufe: Handlung nonverbal und verbal andeuten**

Erklären Sie Ihre Absicht in kurzen Sätzen. Unterstreichen Sie Ihr Vorhaben mit entsprechenden Gesten. Bei Personen, die nicht oder nur sehr schlecht sehen können, erklären Sie zunächst den wesentlichen Inhalt und führen die Geste gemeinsam mit der an Demenz erkrankten Person aus.

**3. Stufe: Warten Sie immer das Einverständnis der Person mit Demenz ab**

Erst wenn auf die nonverbale Andeutung der Handlung keine Abwehr erfolgt, sie toleriert wird, kann weitergegangen werden. Diese Abwehr kann sich in einer kleinen Anspannung, Wegdrehen des Kopfes oder leichte Abwehrhaltung der Hand äußern.

**4. Stufe: Führen Sie die Handlung durch**

Führen Sie die Aktion im Sichtfeld der an Demenz erkrankten Person durch, so dass das Geschehen für ihn überschaubar bleibt. Halten sie nach Möglichkeit den direkten Kontakt.

**5. Stufe: Beenden Sie die Handlung und den Kontakt eindeutig**

Um sich sicher zu fühlen und angemessen in der Situation zu reagieren, benötigen an Demenz erkrankte Personen eindeutige Signale. Das gilt besonders für den Abschluss einer Handlung. Bevor etwas Neues beginnt, muss die alte Aktion deutlich abgeschlossen sein.

Vielleicht wundern Sie sich etwas darüber, dass selbstverständliche Haltungen so detailliert dargestellt werden. Aber besonders alltägliche Handlungen führen wir oft zu schnell und routiniert aus.

### **Kontakt**

Haben Sie Fragen? Schreiben Sie uns eine E-Mail.

Fragen an die Redaktion: [redaktion@vnr.de](mailto:redaktion@vnr.de)

Produktinformationen: [www.experto.de](http://www.experto.de)

### **Haftungsausschluss und Vervielfältigung**

Sämtliche Beiträge und Inhalte sind journalistisch recherchiert. Dennoch wird eine Haftung ausgeschlossen.

Vervielfältigungen jeder Art, als auch die Aufnahme in andere Online-Dienste und Internet-Angebote oder die Vervielfältigung auf Datenträger, dürfen nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung und Genehmigung der VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG erfolgen.

### **Impressum**

Dieser Spezialreport ist ein kostenloser Service von

[experto.de](http://experto.de), ein Unternehmensbereich der

VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG

Herausgeber: Dr. Harald Feldkamp (V.i.S.d.P.)

Theodor-Heuss-Str. 2-4

D-53177 Bonn

Tel.: 02 28 – 9 55 05 55

Fax: 02 28 – 35 97 10

E-Mail: [info@vnr.de](mailto:info@vnr.de)

USt.-ID: DE 812639372 | Amtsgericht Bonn, HRB 8165 | Vorstand: Helmut Graf

© VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG. Alle Rechte vorbehalten.