

Demenz kann jeden treffen

1,5 Millionen Menschen in Deutschland sind von Demenz betroffen.

Jährlich erkranken 160 000 neu.

Von den 60jährigen ist jeder 100. betroffen;
von den 80jährigen ist jeder 10. betroffen;
von den 90jährigen ist jeder 3. betroffen.

800 000 sind an Alzheimer erkrankt

Was ist Demenz?

- Demenz ist ein Oberbegriff für alle neurodegenerativen Erkrankungen
- Demenz bezeichnet einen anhaltenden oder fortschreitenden Zustand herabgesetzter Fähigkeiten in den Bereichen des Gedächtnisses, des Denkens und der zeitlichen und räumlichen Orientierung.
- Die kognitiven Einschränkungen sind begleitet von Veränderungen der emotionalen Kontrolle und des Sozialverhaltens

- Rund 80% aller dementiellen Erkrankungen sind hirnorganisch bedingt
- Dazu gehören:
 - Alzheimer Krankheit (60-70% aller demenziellen Erkrankungen)
 - vaskuläre Demenz (Durchblutungsstörungen im Gehirn)
 - MID Multiinfarkt-Demenz
 - Parkinson-Demenz
 - Levy-Körperchen-Demenz
 - Frontaltemporale Demenz

10% aller dementiellen Erkrankungen werden durch nicht-hirnorganische Erkrankungen hervorgerufen, z.B.

Stoffwechselstörungen

Infektionen

Vergiftungserscheinungen durch Alkohol, Drogen
oder Medikamentenmissbrauch,

Vitaminmangel

Metastasen im Gehirn

Kreuz-Feld-Jakob-Erkrankung

Primärsymptome der Demenz

Gedächtnisstörung (Amnesie),
Merkfähigkeitsschwäche,
Konzentrationsstörung,
Desorientierung (zeitlich, räumlich, bei Personen),
Sprachstörung (Aphasie),
Wahrnehmungsstörung (Agnosie),
Störung von(motorischen) Handlungsabläufen
(Apraxie),
Störung des abstrakten Denkens (Abstraktionsverlust),
Störung der Urteilskraft (Assessment-Störung)

Sekundärsymptome der Demenz

- Persönlichkeitsstörungen
 - Depression
 - Angst
 - Wahnvorstellungen
 - Unruhe (motorisch und psychisch)
 - Stimmungsschwankungen
 - Aggressivität
 - Apathie
 - Perseveration (Hängenbleiben an einem Gedanken oder ständig wiederholten Worten)
 - Inkontinenz



Alzheimer Demenz

1906 hat Alois Alzheimer diese Erkrankung erstmals nach Untersuchung des Gehirns seiner Patientin Auguste Deter exakt wissenschaftlich beschrieben .

- Kennzeichnend ist der langsam aber unaufhaltsam fortschreitende Untergang von Nervenzellen durch Ablagerung von schädlichen Eiweißen (Amyloid-Plaques) und Beschädigung der Neurotransmitter durch Mangel am Botenstoff Azetylcholin und einem Überschuss an Glytamat.

Das Gedächtnis ist wie ein Bücherregal –
für jeden Monat des Lebens ein Buch.

Vom Beginn der Erkrankung an fällt ein Buch nach dem anderen aus dem Regal



- die geordneten Bücher fallen im Verlauf der Erkrankung um
- ☐ können aber auch für kurze Zeit wieder aufgestellt und eingeordnet werden
- ☐ oder es werden einzelne Bücher aus dem Regal genommen und noch einmal genauer betrachtet
- ☐ irgendwann fallen die Bücher aus dem Regal und können nicht mehr aufgestellt werden
- ☐ die Bücher, die zuletzt geschrieben wurden, geraten als erstes ins Wanken und gehen auch als erste verloren.



Drei Phasen der Demenz

1.Phase: leichtgradige Demenz

- Defizite im Kurzzeitgedächtnis,
- Nachlassen der Leistungsfähigkeit,
- Vergesslichkeit,
- Findet Wege nicht mehr
- Versteht Rezepte/Baupläne nicht mehr
- Überspielt die Defizite, obwohl er sie registriert
- Verunsicherung,
- Angst vor Identitätsverlust, Veränderungen,
- eigene Realität,
- Verliert Verhältnis zum Geld, Kaufrausch

2. Phase: mittelschwere Demenz

Einschränkungen im Orientierungsvermögen lassen ein Alleinleben nicht mehr zu,
Tag-Nach-Rhythmus geht verloren,
einfache Wege werden nicht mehr gefunden.

Vertraute Handlungen (Kochen, TV bedienen Tel. Nr wählen) werden nicht mehr beherrscht,

Rückzug und Leben in ihren eigenen Erinnerungen.

Sie sind an Orten und zu Zeiten ihrer eigenen Vergangenheit.

Sprache wird ärmer,

Äußerungen durch körperliche Zeichen wie rhythmisches Schlagen, ständiges auf und ab Gehen, etc.

Realitätsverlust verstärkt sich

Soziale Kontrolle fehlt

3. Phase schwere Demenz

Sprache auf einzelne Worte reduziert,
bettlägerig,
inkontinent,
Schluckstörungen,
Vertraute Personen werden nicht mehr erkannt,
auch das Langzeitgedächtnis fehlt
Häufig Schmerzen

Demenz – Krankheit oder Behinderung?

Was verändert sich mit der Diagnose für den Betroffenen?

- Schock,
- Verunsicherung,
- abnehmende Kompetenzen,
- angewiesen sein auf andere,
- abnehmende Selbstkontrolle,
- Identitätsverlust,
- Rückzug ,
- Isolation,
- Depression

Bedürfnisse von Menschen mit Demenz

- Person sein, Interaktionsprozesse gestalten, Wohlbefinden erleben
- Geliebt werden und lieben dürfen
- Bindung zu vertrauten Personen
- Getröstet werden
- Identität spüren in der eigene Biographie
- Beschäftigung haben
- in die soziale Gemeinschaft einbezogen sein

Was verändert sich für die Angehörigen?

- Partner wird Pflegefall,
- Veränderung der Beziehung (keine Partnerschaft auf Augenhöhe mehr möglich,
- Überforderung durch Betreuung, Pflege an 24 Std. pro Tag
- 24Stunden-Kraft oder Pflegeheim?
- Verunsicherung, weil man nie weiß, was der Mensch mit Demenz als nächstes tut
- Vereinsamung,

Was können wir als Begleitende tun?

- Keine Defizit- sondern Ressourcenorientierung
- An Vorhandenes anknüpfen
- Fördern statt behandeln
- Lebensqualität steigern
- Ihre psychosozialen Bedürfnisse nach Liebe, Anerkennung Geborgenheit, Zugehörigkeit anerkennen
- Ungeteilte Zuwendung schenken
- Sich auf ihre Welt einlassen
- Sicherheit geben, Geduld und Ruhe bewahren

Kommunikationsregeln

- Wenden Sie sich Menschen mit Demenz zu!
Nehmen Sie Blickkontakt auf und vergewissern Sie sich, dass der Betroffene Sie hört!
Hören Sie genau zu (und tun währenddessen nichts anderes)!
Sprechen Sie langsam und mit Pausen!
Verwenden Sie einfache, kurze Sätze, die nur eine Information enthalten!
Benennen Sie das, was sie gerade tun!
Stellen Sie nur eine Frage auf einmal!
Stellen Sie keine „Wieso-Warum-Weshalb“-Fragen!
Lassen Sie Zeit zum Antworten!
Vermeiden Sie das „Abfragen“ von Fakten (Betroffene fühlen sich dadurch bloßgestellt)!
Wiederholen Sie Ihre Aussagen wörtlich, wandeln Sie diese NICHT ab!
Nutzen Sie, wenn möglich, die vertraute Sprache (Dialekt)!
Unterstreichen Sie Ihre Worte durch Mimik und Gestik!

Validation

- Sich der Welt des Menschen mit Demenz anpassen, nicht umgekehrt, Auf Wünsche und Handlungen der Menschen mit Demenz eingehen, sie positiv werten, ein Gespräch über die dahinter liegenden Impulse beginnen, verallgemeinernd auf andere Themen lenken.
- Einfühlungsvermögen – „in den Schuhen des anderen gehen“ – schafft Vertrauen. Vertrauen schafft Sicherheit, Sicherheit schafft Stärke – Stärke stellt das Selbstwertgefühl wieder her, Selbstwertgefühl verringert Stress.
- Sicherheit geben, Wertschätzung spüren lassen, Halt und Struktur geben, bei Nichtverstehen geduldig bleiben, nicht lauter oder ungeduldiger werden, nicht kritisieren, viel loben,

Nicht die Erkrankten müssen sich anpassen, die Welt muss lernen, mit Menschen mit Demenz umzugehen

- Menschen mit Demenz leben mehr und mehr in ihrer eigenen Welt.
- Sie sehen und hören Menschen und Dinge, die wir nicht wahrnehmen.
- Die Begleitenden müssen sich an die Realität der Menschen mit Demenz anpassen, anstatt sie korrigieren zu wollen.
- Menschen mit Demenz reagieren sofort auf das Verhalten der Begleitenden (Spiegelneuronen).
- Menschen mit Demenz sind verlangsamt, sie brauchen für alles viel mehr Zeit.

Schmerzen

- Menschen mit Demenz können Schmerzen oft nicht mehr lokalisieren
- Viele können Schmerzen nicht mehr verbal äußern
- Die Diagnose „Demenz“ erfordert nicht automatisch die Fremdeinschätzung des Schmerzes
- Selbst einfachste Aussagen wie „aua“ oder „so weh“ oder die Antwort „Ja“ auf die Fragen: „Tut ihnen etwas weh?“ ist als Informationsquelle höherwertig als jedes Fremdbeobachtungsverfahren

nonverbale Schmerzäußerungen

- Unruhe,
- Ängstlichkeit,
- Tränen
- Anklammern,
- Blässe,
- Übelkeit,
- Herzrasen,
- Atemveränderungen,
- angespannte oder verkniffene Mimik

Nonverbale Schmerzáußerungen

- schreien,
- jammern,
- lamentieren
- stöhnen
- weinen
- ständiges Rufen
- um sich schlagen

Schmerzerkennung

- Selbsteinschätzung
- Krankhafte Zustände, die normalerweise Schmerzen verursachen
- Verhaltensmerkmal
- Schmerzeinschätzung durch Angehörige
- Mittels anerkannter Instrumente
- permanent und systematisch
- dokumentiert