

Tipp November 2014:

Wie Sie dem Menschen mit Demenz helfen können:

- Haben Sie Verständnis dafür, dass der Kranke in seiner eigenen Welt lebt. Ermöglichen Sie es ihm, seine Gewohnheiten beizubehalten.
- Nehmen Sie die Gefühle des Kranken ernst.
- Vermeiden Sie sinnlose Diskussionen und unnötigen Streit.
- Reagieren Sie möglichst gelassen auf Gefühlsausbrüche des Kranken und zeigen Sie Verständnis für seine Situation.
- Behandeln Sie den Demenz-Kranken nicht wie ein unmündiges Kind, bewahren Sie Respekt vor seiner Person und zeigen Sie ihm das auch.
- Sorgen Sie für eine überschaubare und gleich bleibende Umgebung und einen beständigen Tagesablauf mit festen Regeln, an denen sich der Kranke orientieren kann.
- Sprechen Sie möglichst in kurzen, einfachen Sätzen mit dem Patienten und unterstreichen Sie das Gesagte mit Mimik, Gesten und Berührungen.
- Nutzen Sie die verbliebenen Fähigkeiten des Kranken und beschäftigen Sie ihn sinnvoll. Beziehen Sie den Kranken so weit wie möglich in die täglichen Abläufe mit ein, damit er ein Gefühl des Dazugehörens bekommt. Sprechen Sie ab und zu auch mal ein Lob aus. Aber überfordern Sie den Demenz- Patienten nicht, da dies zu Angst und Zorn führen könnte.
- Achten Sie auf das körperliche Wohlbefinden des Patienten. Dazu zählen die Körperpflege, eine gesunde Ernährung und eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr genauso wie regelmäßige Besuche beim Zahnarzt.

Wie Sie sich selbst das Leben erleichtern können:

- Informieren Sie sich so umfassend wie möglich über das Thema Demenz. Je mehr Sie wissen, umso sicherer werden Sie im Umgang mit dem kranken Menschen.
- Arbeiten Sie mit Gedächtnisstützen, die dem Patienten und Ihnen selbst den Tagesablauf einfacher gestalten können:
 - Legen Sie eine Liste mit wichtigen Telefonnummern immer neben das Telefon.
 - Kennzeichnen Sie alle Türen des Hauses mit Namensschildern oder den entsprechenden Bezeichnungen wie Toilette, Badezimmer, Küche.
 - Befestigen Sie an der Ausgangstür eine Checkliste von Dingen, die vor dem Verlassen des Hauses zu erledigen sind.

- Legen Sie dem Patienten die Kleidungsstücke zum Ankleiden morgens schon zurecht.
- Befestigen Sie die Brille des Patienten an einer Halskette.

Wie Sie sich selbst helfen können:

- Denken Sie auch an sich selbst! Sie brauchen Erholung und Ausgleich. Verschaffen Sie sich genügend Freiraum für Ihre eigenen Interessen, und machen Sie sich deshalb kein schlechtes Gewissen. Nehmen Sie Hilfen von außen an, wo immer sie sich bieten.
- Sprechen Sie mit Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation wie Sie befinden. Tauschen Sie Erfahrungen aus und lernen Sie daraus, wie sich eventuelle Probleme bewältigen lassen.

Quelle Internet: <http://dgg.de/>