



## ► TIPPS IM UMGANG MIT DEMENZ

### ► SITUATION 1

#### **AGGRESSION UND WUT**

Ein Symptom der Demenz ist häufig Aggression. Ob in Wort oder Tat - schon eine Kleinigkeit kann Auslöser für aggressives Verhalten sein. Meist bilden Angst oder Zorn die Ursache - die Aggression wiederum soll dann die Gefahr abwehren.

#### **WIE SIE SICH VERHALTEN SOLLTEN**

Nehmen Sie das Verhalten in keinem Fall persönlich. Bewahren Sie Ruhe und reden Sie mit dem Demenzerkrankten. Schlagen Sie ihm eine Beschäftigung vor, um ihn von der Aggression zu lenken. Achten Sie dabei immer auf ihre eigene Sicherheit, und schützen Sie sich vor der möglichen Kraft des Patienten. Sollten sich die Aggressionen häufen, suchen Sie bitte in jedem Fall einen Arzt auf, der Ihnen Hilfestellung gibt.

### ► SITUATION 2:

#### **HALLUZINATIONEN UND WAHNVORSTELLUNGEN**

Ein weiteres Symptom von Demenzerkrankungen sind Halluzinationen. Erkrankte nehmen Gerüche, Geräusche oder Dinge wahr, die in dieser Form gar nicht existieren. Hinzukommen Wahnvorstellungen - der Erkrankte würde bestohlen oder belogen werden. Oft nennt man dies auch "wahnhaftige Verkennungen". Verwandte werden als „fremd“ empfunden, das eigene Spiegelbild löst Erschrecken aus - oder Realität und Traum können nicht klar voneinander getrennt werden.

#### **WIE SIE SICH VERHALTEN SOLLTEN**

Zeigen Sie Verständnis für die Situation und versuchen Sie den Patienten zu beruhigen. Reden Sie beruhigend mit ihm und nehmen Sie seine Sorge. Forschen Sie nach der Ursache der Halluzinationen und sprechen Sie mit einem Arzt darüber. In einigen Fällen hilft eine medikamentöse Behandlung die Halluzinationen einzudämmen. In anderen Fällen ist bereits das Abhängen von Spiegeln oder eine bessere Beleuchtung des Wohnbereiches hilfreich.

### ► SITUATION 3

#### **SCHLAFSTÖRUNGEN UND NÄCHTLICHES HERUMLAUFEN**

Viele Patienten leiden unter Schlafstörungen. Der Schlaf-Wach-Rhythmus ist gestört und Betroffenen fällt die Unterscheidung von Tag und Nacht zunehmend schwer. Die Gefahr dabei: Nächtliches Herumirren birgt eine erhöhte Unfallgefahr und kann schnell zu Verletzungen führen.

Bei Angehörigen beeinträchtigt die Angst um den Betroffenen häufig den eigenen Schlaf - was auch hier zu Defiziten und einer gesteigerten psychischen Belastung führt.

#### **WIE SIE SICH VERHALTEN SOLLTEN**

Gehen Sie mit dem Betroffenen spazieren - Bewegung an der frischen Luft und körperliche Tätigkeiten sorgen für Ausgleich. Gestalten Sie die Schlafstätte so, dass sich der Demenzkranke wohlfühlt.

Achten Sie darauf, dass Einrichtungs-Gegenstände oder Weghindernisse nicht zur Gefahr beim nächtlichen Wohnungswandern werden. Insoweit möglich: Schließen Sie Türen ab und bauen Sie mögliche Gitter zur Sicherheit ein. Erfragen Sie beim zuständigen Arzt, ob Medikamente die Ursache für den Schlafmangel in der Nacht sein können.

### ► SITUATION 4

#### **NIEDERGESCHLAGENHEIT UND DEPRESSIVES VERHALTEN:**

Seien Sie wachsam. Wenn der Demenzerkrankte demotiviertes Verhalten an den Tag legt oder gar über Selbstmord spricht, kann dies ein Zeichen für Depressionen sein. Kommen Appetit- und Schlaflosigkeit hinzu, verstärkt dies die Vermutung.

#### **WIE SIE SICH VERHALTEN SOLLTEN:**

Im Verdacht, Ihr Patient leidet an Depressionen: Zögern Sie nicht und suchen Sie einen Arzt auf. Depressionen werden häufig mit Arzneimitteln bekämpft - zeigen Sie hier jedoch Geduld, da eine Verbesserung der Situation einige Wochen dauern kann.

Suchen Sie das Gespräch mit dem Betroffenen - und führen Sie offenen Dialog über Ängste und Probleme. Unternehmen Sie gemeinsam Dinge, die er oder sie in der Vergangenheit gern gemacht hat - das motiviert und ermuntert. 1