



Modul 1: Demenz

Krankheit

Demenz ist die Folge von Hirnleistungsstörungen, die das Gedächtnis, das Denken und die Fähigkeit zur sozialen Interaktion beeinträchtigen. Die Störung wird durch geschädigte Nervenzellen verursacht, die in verschiedenen Bereichen des Gehirns auftreten können. Demzufolge erleben Menschen eine Demenz unterschiedlich, je nach betroffenen Hirnarealen.

Das Altern ist der größte Risikofaktor für eine Demenz. Seine Häufigkeit und Ausprägung steigt exponentiell mit dem Alter, wobei mehr als 90% der Demenzen nach dem 65. Lebensjahr auftreten.



Krankheit (Fortsetzung)

Demenzarten werden auf unterschiedliche Weise klassifiziert, in der Regel danach, was sie gemeinsam haben oder ob sie sich im Laufe der Zeit verschlimmern (progressive Demenzen). Zu den Arten von Demenzen, die nicht reversibel sind und sich im Laufe der Zeit verschlimmern, gehören:



Krankheit (Fortsetzung)

Demenzarten werden auf unterschiedliche Weise klassifiziert, in der Regel danach, was sie gemeinsam haben oder ob sie sich im Laufe der Zeit verschlimmern (progressive Demenzen). Zu den Arten von Demenzen, die nicht reversibel sind und sich im Laufe der Zeit verschlimmern, gehören:

Alzheimer

Vaskuläre
Demenz

Lewy-Körper-
Demenz

Frontotemporale
Demenz

Alzheimer

Alzheimer ist eine **fortschreitende degenerative Hirnerkrankung** und die häufigste Form der Demenz. Gegenwärtig wissen wir nicht, was die Alzheimer-Krankheit verursacht. Wir wissen, dass Menschen mit dieser Krankheit anormale Proteine aufweisen, die sich im Gehirn ansammeln. Diese „wirren“ Proteine (bestehend aus dem Tau-Protein) und "Plaques" (bestehend aus dem Amyloid-Beta-Protein) unterbrechen die Kommunikation zwischen den Gehirnzellen und führen zu einem eventuellen Zelltod und einer Schrumpfung des Gehirns.



Vaskuläre Demenz

Die zweithäufigste Form der Demenz tritt als Folge einer Hirnschädigung auf, die auf einen verminderten oder blockierten Blutfluss in den zum Gehirn führenden Blutgefäßen zurückzuführen ist. Blutgefäßprobleme können durch einen Schlaganfall, die Infektion einer Herzklappe (Endokarditis) oder andere Blutgefäßerkrankungen (Gefäßerkrankungen) verursacht werden.





Lewy-Körper-Demenz

Die Lewy-Körper-Demenz weist klinische und pathologische Merkmale anderer Demenzen auf, die im Verlauf der Parkinson-Krankheit und anderer neurologischer Erkrankungen auftreten können. Pathologisch ist sie durch eine abnorme Aggregation des so genannten α -Synukleinsynapsen-Proteins als "Lewy-Körperchen" in Neuronen gekennzeichnet, die mit einer Hirnatrophie assoziiert sind.

Frontotemporale Demenz

Frontotemporale Demenz ist eine heterogene, **neurodegenerative** Gruppe von Demenzen mit einem variablen klinischen und pathologischen Profil. Sie ist durch eine ausgeprägte Dysfunktion der Stirn- und Schläfenlappen gekennzeichnet, die gewöhnlich mit der Atrophie dieser Strukturen einhergeht.



Symptome und Verhaltensweisen bei Alzheimer-Krankheit



Gedächtnisverlust,
der das tägliche
Leben stört



Herausforderungen bei
der Planung oder
Lösung von Problemen



Schwierigkeit,
vertraute Aufgaben
zu erledigen



Verwechslung von Zeit und Ort



Probleme beim Verstehen
von visuellen Darstellungen
und räumlichen
Beziehungen



Neue Probleme mit
Wörtern beim Sprechen
oder Schreiben



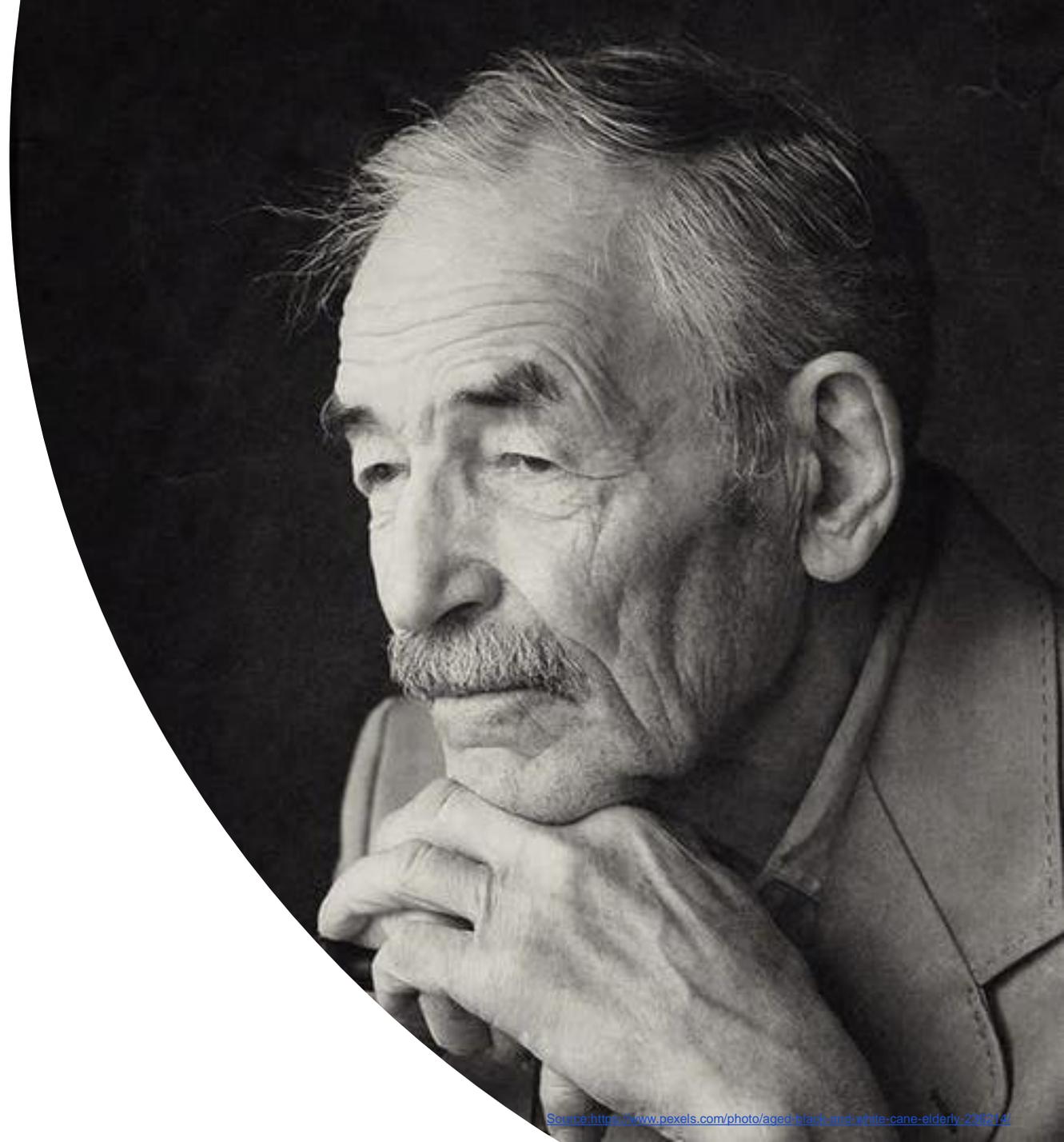
Rückzug von der Arbeit
oder sozialen
Aktivitäten



Stimmungs- und
Persönlichkeitsver-
änderungen

Symptome und Verhalten bei vaskulärer Demenz

- Verwirrung
- Schwierigkeiten beim Aufmerksamkeits- und Konzentrationsvermögen
- Verminderte Fähigkeit, Gedanken oder Handlungen zu organisieren
- Schwierigkeit zu entscheiden, was als nächstes zu tun ist
- Probleme mit dem Gedächtnis
- Unruhe und Erregung
- Unruhiger Gang
- Plötzlicher oder häufiger Harndrang
- Depression oder Apathie





Symptome und Verhalten bei Lewy-Körper-Demenz

- Veränderungen im Denkvermögen und in der Argumentation
- Verwirrung und Wachsamkeit, die von einer Tageszeit zur anderen oder von einem Tag zum anderen stark variieren
- Langsamkeit und Ungleichgewicht des Gangs
- Ausgeprägte visuelle Halluzinationen
- Wahnvorstellungen
- Probleme bei der Interpretation visueller Informationen
- Schlafstörungen
- Funktionsstörungen des "automatischen" (autonomen) Nervensystems
- Gedächtnisverlust, der signifikant sein kann

Symptome und Verhalten bei der Frontotemporalen Demenz

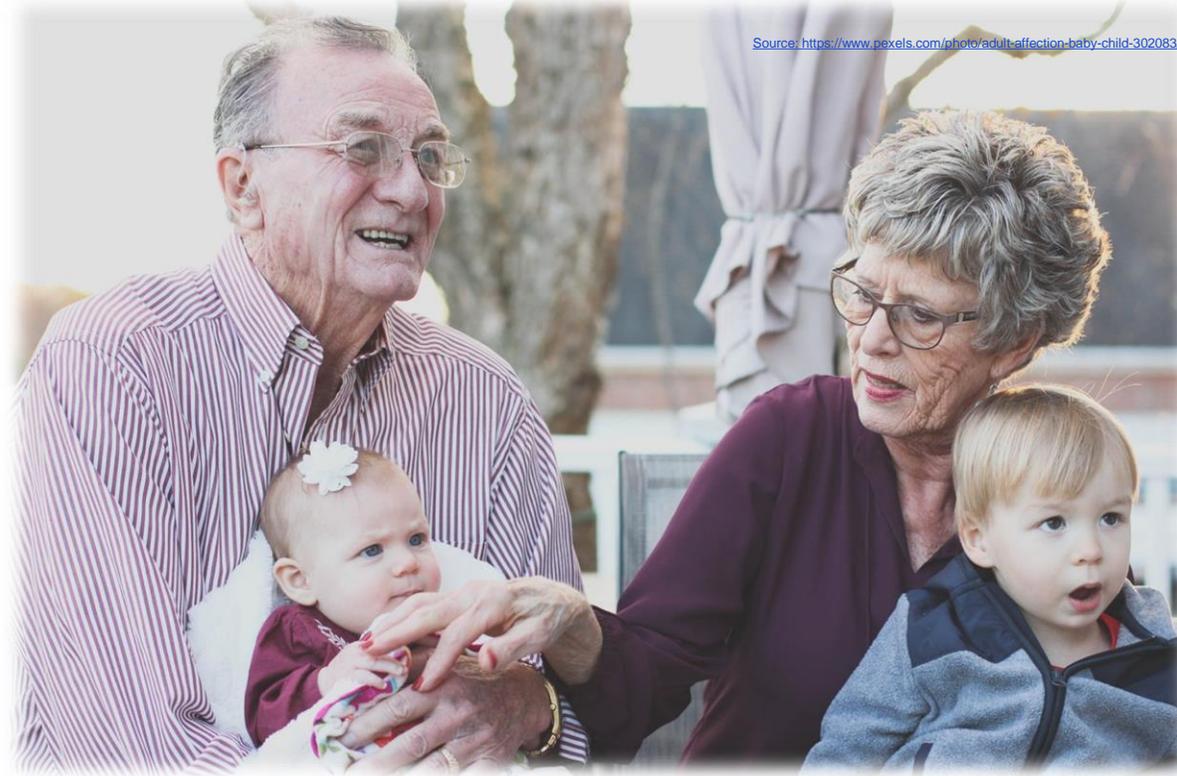
- Zunehmend inadäquates Sozialverhalten
- Verlust von Einfühlungsvermögen und Hemmung
- Wiederholtes zwanghaftes Verhalten, wie Klatschen oder Klopfen auf die Lippen
- Ein Rückgang der persönlichen Hygiene
- Schwierigkeiten bei der Benennung von Objekten
- Die Bedeutung von Wörtern nicht mehr zu kennen
- Fehler beim Satzbau machen
- Muskelzittern, Steifheit und Krämpfe
- Muskelschwäche
- Mangelnde Koordination
- Schluckbeschwerden





Sorgen bei Demenz - Rolle der Familie

Die familiären Betreuungspersonen spielen eine wichtige Rolle bei der Früherkennung von Anzeichen der Demenz, da sie täglich mit den Betroffenen in Kontakt kommen und sie gut kennen. Allerdings fällt es der Familie oft schwer, die Entscheidung zu treffen, einen Arzt aufzusuchen; sie fühlen sich schuldig, wenn sie andeuten, dass etwas nicht stimmt, oder als hätten sie das Vertrauen der Betroffenen verraten. In jedem Fall wird der Betroffene, nachdem er von der Familie zum Arzt gebracht werden konnte, einer Reihe von Tests unterzogen, die eine rechtzeitige und sichere Diagnose ermöglichen.



Source: <https://www.pexels.com/photo/adult-affection-baby-child-302083/>

Sorgen bei Demenz - Auswirkungen von Demenz auf die Familiendynamik

Die Krankheit oder körperliche Einschränkung einer Person verursacht Veränderungen im Leben der anderen Familienmitglieder, die eine Veränderung in den Funktionen oder der Rolle jedes einzelnen innerhalb der Familie vornehmen müssen, wie die Tochter, die sich um die Mutter kümmert; die Frau, die sich neben all den Aufgaben jetzt um den bettlägerigen Ehemann kümmert; der Ehemann, der die Hausarbeit und die Betreuung der Kinder übernehmen muss, weil die Frau behindert ist. All diese Veränderungen können Unsicherheit und Meinungsverschiedenheiten hervorrufen, deshalb ist es wichtig, dass die Familie, die Pflegeperson und das medizinische Team miteinander reden und Maßnahmen zur häuslichen Pflege planen.



Source: https://www.getty.com/free-photo/young-senior-mother-daughter-supporting-each-other_4166761.html?page=1&query=parent%20and%20a%20old%20daughter&position=1&position=1&page=1&query=parent%20and%20a%20old%20daughter

Sorgen bei Demenz - Auswirkungen von Demenz auf die Familiendynamik (Fortsetzung)

Der beste Platz für einen älteren Menschen mit Demenz ist ein Ort, an dem eine effektive und qualitativ hochwertige Versorgung gewährleistet werden kann. Innerhalb der Familie wird jede Person die notwendige Pflege erhalten, um sich körperlich und emotional wohl zu fühlen. Der Vorteil, zu Hause zu bleiben, besteht darin, dass die Person ihre im Laufe ihres Lebens erworbenen Referenzen behält (sein Zimmer, sein Bett, seine Bilder, sein Hab und Gut, seine Geschichte), vor allem für eine Person mit Demenz bedeutet dies Sicherheit und größere Ruhe.

Wenn eine Person mit Demenz mit einem Kind oder einem anderen Familienmitglied zusammenzieht, kann diese Veränderung aufgrund fehlender Referenzen einige Anpassungsprobleme verursachen, die ihren psychischen und funktionellen Zustand verschlechtern können. Wenn dies die einzig mögliche Lösung ist, ist es notwendig, Strategien zur Milderung der Auswirkungen der Veränderung zu implementieren und zu versuchen, die "neue" Umgebung vertrauter zu machen.

Was kann man für Menschen mit Demenz tun?

In der **Anfangsphase** der Krankheit sollten familiäre Betreuungspersonen die rechts abgebildeten Punkte beachten, wenn die folgenden Symptome beginnen sich zu zeigen:

- allmählicher Gedächtnisverlust
- die ältere Person zwar autonom ist, aber häufig vergesslich ist
- eine gewisse Orientierungslosigkeit herrscht
- die Sprache beeinträchtigt ist
- sich der Charakter verändert (Ängste, Misstrauen)



Verständnisvoll sein

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/pessoa-mulher-retrato-feliz-3167405/>



Zu Gedächtnistraining /-
spielen motivieren

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/homem-pessoa-relaxamento-descanso-3393375/>



Die größtmögliche
Selbständigkeit unterstützen

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/comida-alimento-refeicao-pessoa-3171128/>



Das Haus so organisieren,
dass es sicher ist

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/abajur-acolhedor-aconchegante-aconchego-584399/>



Streiten und widersprechen
Sie nicht. Vermeiden Sie
Irritationen

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/amor-atencao-balanco-cadeia-34761/>

Was kann man für Menschen mit Demenz tun? (Fortsetzung)

In der **mittleren Phase** der Erkrankung, wenn Symptome wie Verlust der Autonomie, Sprachschwierigkeiten, Unfähigkeit zur Selbstpflege, Nicht-Erkennen von Familienmitgliedern und seltsames und inkorrektes Verhalten auftreten, können pflegende Angehörige die folgenden Themen berücksichtigen.



Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/acessorios-para-cabeca-adulto-alimentacao-antigo-2774292/>

Halten Sie die tägliche Routine ein und vermeiden Sie Änderungen jeglicher Art.



Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/alimento-almoco-aperitivo-bacia-1211887/>

Erhöhung der Sicherheit, Überwachung der Gesundheit und Versorgung mit Lebensmitteln



Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/adultos-ac-ar-livre-arvores-aventura-1307391/>

Machen Sie tägliche Spaziergänge und integrieren Sie sie so weit wie möglich in Ihren Familien- und Freundeskreis.



Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/adulto-alegria-antigo-atraente-2050999/>

Versuchen Sie zu lernen, mit Verhaltensproblemen umzugehen. Denken Sie daran, dass diese Verhaltensweisen auf die Krankheit zurückzuführen sind und nicht, weil der Betroffene es will.

Was kann man für Menschen mit Demenz tun? (Fortsetzung)

In der letzten Phase der Erkrankung, wenn die Person mit Demenz völlig abhängig ist, Familienmitglieder nicht erkennt und Sprachverlust erleidet, sollten pflegende Angehörige die folgenden Themen berücksichtigen.



Sie müssen wissen, wie man die Person füttert, reinigt, im Bett bewegt usw.

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/acao-adulto-ajuda-amor-339620/>



Streicheln Sie sie/ihn, lächeln Sie sie/ihn an und zeigen Sie Ihre Zuneigung zu ihr/ihm

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/adultos-afeicao-alegre-alegria-1642883/>



Akzeptieren Sie die auftretenden Veränderungen

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/pessoa-amor-mulher-face-3408108/>



Denken Sie daran, dass das, was Sie tun, für alle Angehörigen sehr wertvoll ist, fühlen Sie sich nicht schuldig, wenn etwas schief geht

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/cidade-meio-urbano-homem-caja-3638157/>



Um sich um Ihren Angehörigen zu kümmern, müssen Sie sich um sich selbst kümmern:

Suchen Sie Hilfe; ruhen Sie sich aus; nehmen Sie sich Zeit für die Freizeitaktivitäten, die Ihnen Spaß machen; pflegen Sie Ihren Freundeskreis

Source: <https://www.pexels.com/pt-br/foto/banheiro-bem-estar-descanso-facial-3188/>

Was man mit Familien machen kann

Der Verlust von Kommunikationsfähigkeiten kann eines der frustrierendsten und schwierigsten Probleme für Menschen mit Demenz, ihre Familien und Betreuer sein. Mit fortschreitender Erkrankung verliert ein Mensch mit Demenz allmählich seine Kommunikationsfähigkeit und es wird für ihn immer schwieriger, klar zu sprechen und zu verstehen, was andere sagen.

Tipps für die Kommunikation mit Demenzkranken:

Bleiben Sie im Blickfeld und sprechen Sie mit ihr, immer von vorne.

Sprechen Sie langsam und deutlich

Nennen Sie sie beim Namen und verwenden Sie den richtigen Tonfall: tief und zart mit freundlichem Gesichtsausdruck.

Bieten Sie Schritt-für-Schritt-Anleitungen an.

Bevorzugen Sie kurze Sätze und einfache Wörter.

Stellen Sie eine Frage nach der anderen.

Was man mit Familien machen kann (Fortsetzung)

Tipps für die Kommunikation mit Demenzkranken:

Wiederholen Sie Informationen und Fragen und bieten Sie einfache Informationen an.

Verwandeln Sie Fragen in Antworten. Zum Beispiel: "Das Bad ist rechts" statt "Willst du auf die Toilette gehen? ".

Sprechen Sie niemals mit jemandem über den kranken Verwandten, als wäre dieser nicht anwesend.

Wenn die verbale Kommunikation verwirrt scheint und das gegenseitige Verständnis nicht gewährleistet ist, versuchen Sie, mit schriftlichen Erklärungen daran zu erinnern. Wenn Sie immer noch keinen Erfolg haben, ist es am besten, das Gespräch zu verschieben..

Wenn der/die Demenzkranke nach etwas sucht, verwenden Sie statt "ist hier" "hier ist deine Zeitung" (oder das, was er/sie gesucht hat).

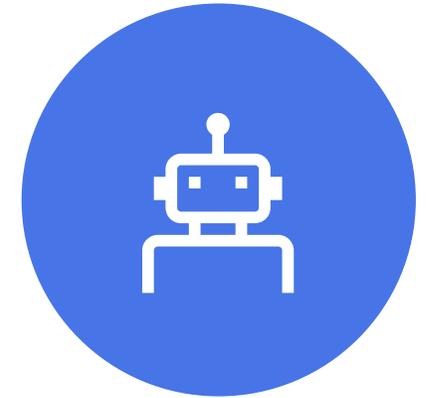
Was man mit Familien machen kann (Fortsetzung)



Obwohl sich wiederholende Verhaltensweisen für die pflegende Familie unangenehm sein können, schadet oder gefährdet dieses nicht zwingend die Person mit Demenz oder ihre Familie – beispielsweise andauerndes im Kreis gehen.



Wenn dieses Verhalten konstant ist, sollten die Betreuungspersonen Spaziergänge im Freien organisieren, vorzugsweise am Nachmittag, an Orten mit wenig Verkehr.



Bei sich wiederholenden Fragen gibt es keinen Grund, wütend zu sein oder zu versuchen, zu argumentieren; antworten Sie einfach und verstehen Sie, dass dies die maximale Gesprächstiefe ist, die ältere Menschen mit Demenz erreichen können.

Was man mit Familien machen kann (Fortsetzung)



Wenn Sie zum Beispiel sagen: "Ich habe mehr als zwanzig Mal geantwortet" oder den älteren Menschen mit Demenz anschreien, wird dessen Unsicherheit nur noch größer.



Die Familie sollte den älteren Menschen mit Demenz fragen lassen und versuchen, die Frage klar, genau, langsam und artikuliert zu beantworten, und den älteren Menschen bitten, das Gesagte zu wiederholen.



Wenn sich die sich wiederholende Frage auf die Zeit bezieht ("Wie spät ist es?"), sollte die Familie versuchen, die Antwort auf eine Aktivität zu beziehen ("es ist Mittagszeit", "Essenszeit", "Duschen" usw.). Die Aktivität kann immer noch als eine Erwähnung der Zeit dienen, während der Stundenwert wahrscheinlich seine konkrete Bedeutung verloren hat.

Wollen Sie mehr erfahren?

Unser interaktives Resource Pack gibt Ihnen Informationen über

- Sorgen, die Sie als Betreuer haben könnten
- Was man generell tun kann
- Nützliche Tipps, wie man mit der Pflegelast umgeht
- Wie man Stress und Burnout vermeidet
- Wie man mit seinen Emotionen umgeht
- Zu Akzeptanz der Unordnung
- Übungen und Aktivitäten für SIE und für den Pflegeempfänger!
- Und vieles mehr!



Mehr Infos gibt es hier:
https://developfc.csicy.com/?page_id=14607