

# LEBEN MIT DEMENZ

**Horitschon, Mittwoch 18.03.2015**

Volkshilfe Burgenland-Multiprofessionelles  
Demenzteam

Mag. Isabella Ertlschweiger

Klinische- und Gesundheitspsychologin

Demenzkoordinatorin

Eisenstadt/Mattersburg/Oberpullendorf

# ABGRENZUNG ZUM NORMALEN ALTERN

**Vergessen gehört zum Leben wie Erinnern.**

Beim Altern lassen alle Funktionen nach, auch das Gedächtnis bekommt Lücken.

Aber nicht jede Gedächtnisstörung ist mit dem Alter zu erklären. Aufmerksam sollte man bei folgenden krankhaften Veränderungen sein:

- Deutliche Leistungsdefizite/Veränderungen in mitmenschlichen Beziehungen
- Zunehmende Verschlechterung der Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit

# 10 WARNZEICHEN

1. stärkere Vergesslichkeit
2. Schwierigkeiten bei Alltagsaktivitäten
3. Sprachstörungen
4. Orientierungsprobleme
5. Störungen des Denk- und Urteilsvermögens
6. Probleme beim abstrakten oder rationalen Denken
7. Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen
8. Stimmungsschwankungen
9. Persönlichkeitsveränderungen (Aggressionen)
10. Antriebslosigkeit

# DEMENZFORMEN

- Primäre Demenzen:  
schädigen ohne erkennbare Ursache Gehirnzellen
  - häufigste Form ist die Alzheimer Demenz 50 %  
(Nervenzellen des Gehirns sterben ab)
  - Parkinson Demenz
- Sekundäre Demenzen: Ursachen sind körperliche Erkrankungen, z.B. Hirnverletzung, Herz-Kreislaufkrankungen oder Medikamenten- sowie Alkoholmissbrauch
  - gefäßbedingte Demenz & Alkoholdemenz

# DIE ALZHEIMERKRANKHEIT

- **Zeichen:** Verwirrtheit, Gedächtnis-, Sprach- und Orientierungsstörungen, Veränderungen der Stimmung, des Verhaltens und der Persönlichkeit, fortschreitender Verlust der Alltagsfunktionen
- **Verlauf:** schleichend beginnend, langsam fortschreitend, individuell verschieden
- **Ursachen:** in den meisten Fällen unbekannt/Gehirnzellen sterben ab
- **Risikofaktoren:** Alter, Geschlecht

# DIAGNOSESTELLUNG

Diagnose stellen!

Je früher, desto besser – führt zu besserem Krankheitsverlauf!

- Erhebung der Vorgeschichte
- Körperliche und neurologische Untersuchung
- Tests zu Gedächtnis, Sprache, Orientierung, Planungs- und Urteilsfähigkeit
- Beobachtung von Stimmung, Verhalten und Persönlichkeit

# WAS KANN GETAN WERDEN?

## Medikamentöse Behandlung:

- Verbesserung oder Stabilisierung der geistigen Leistungsfähigkeit (Antidementiva)
- Minderung oder Beseitigung von problematischen Verhaltensweisen (Psychopharmaka)

## Psychosoziale Betreuung:

- z.B. therapeutische Interventionen, kognitives Training, Validation, Aufklärung der Pflegepersonen

# WAS SIND ANTIDEMENTIVA?

- Medikamente zur Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit
- Das Fortschreiten der Erkrankung kann verlangsamt werden
- Frühzeitiger und kontinuierlicher Einsatz kann zu mehr Lebensqualität führen
- Stationäre Pflegeunterbringung kann vielfach verzögert werden/vermieden werden
- Verbesserung oder Stabilisierung der geistigen Leistungsfähigkeit (Antidementiva)

# PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

In Österreich sind 110 000 -130 000 Menschen von Demenz betroffen davon ca. 5000 im Burgenland

- 80% der Betroffenen werden in der Familie gepflegt
- 70% der Betroffenen werden nur von einer Person gepflegt (Ehepartner, Kinder)
- 83% der Pflegenden sind Frauen
- viele Pflegende sind selbst im Pensionsalter

# WAS KANN MAN TUN?

- **Auch für „Fitte“ geeignet:**
  - Im Alter trainieren (Einkaufsliste auswendig können...)
  - Rätsel lösen
  - Gedichtstrophen lernen
  - Gedächtnistraining
- **Für Demenzbetroffene:**
  - Fachärztliche Medikation
  - Die Sinne anregen (Düfte, Farben, Stoffe,...)
  - Gedächtnistraining
- **Für schwer Demenzbetroffene:**
  - Biographiearbeit
  - Validation

# Umgang mit demenzkranken Menschen

Grundsätzlich gilt:

- Von Anfang an mehrere Personen in die Betreuung einbinden
- Stärken betonen
- Vorhandene Fähigkeiten nutzen und fördern
- Wertschätzung zeigen
- Schwächen ausgleichen – weiterhelfen, nicht „zu viel“ abnehmen

- Erhaltung der Selbständigkeit
- Bereitstellung einer kontinuierlichen Tagesstruktur
- Klare Strukturierung der Umgebung (Orientierungshilfe)
- Ablenkung in Problemsituationen
- Beobachtung von beängstigenden und beunruhigenden Einflüssen
- Milieutherapeutische Umgebung (Vermeidung von Über- und Unterforderung, Vermeidung von Reizüberflutung)
- Schwankung der Leistungsfähigkeit (keine Absicht)
- Langsam und deutlich sprechen, nur kurze Sätze mit Pausen, auf Augenhöhe
- Zeigen was man sagen möchte
- Versuchen ruhig zu bleiben
- Wenn das nicht geht – z.B. Problemsituation verlassen, kurzer Spaziergang

# Multiprofessionelles Demenzteam Burgenland

- Beginn als Projekt März 2008, gefördert durch Land
- durchgeführt von der Volkshilfe Burgenland
- Angebot für E/MA/OP/NEUSIEDL/z.T. Südburgenland

# Aufgaben des Demenzteams

- Angebot für demenzerkrankte Menschen und deren Angehörige
  - Hausbesuche mit Diagnostik, Beratung und therapeutischer Betreuung
  - Angehörigenstammtische
  - Informationsveranstaltungen zum Thema Demenz
  - Pflegehäuser: Tagesstrukturanpassung an die Krankheit Demenz
  - VIMA – Gedächtnistraining (Volkshilfe im Alter)

# Hausbesuche mit Diagnostik, Beratung und therapeutischer Betreuung

- Erstkontakt via Telefon
- Erstgespräch, Befundung, Befundbesprechung durch Gerontopsychologinnen im Eigenheim
- Angehörigenberatung (Entlastung, Informationsgabe, praktische Tipps) im Eigenheim
- Zusammenarbeit mit Facharzt für Neurologie und Psychiatrie sowie psychosozialen Institutionen (Kooperationspartner)
- Angebot wöchentlicher beschäftigungstherapeutischer Betreuung (z.B.: Gedächtnistraining) im Eigenheim
- Nach drei Monaten Evaluierung und ev. Adaptierung durch Gerontopsychologinnen

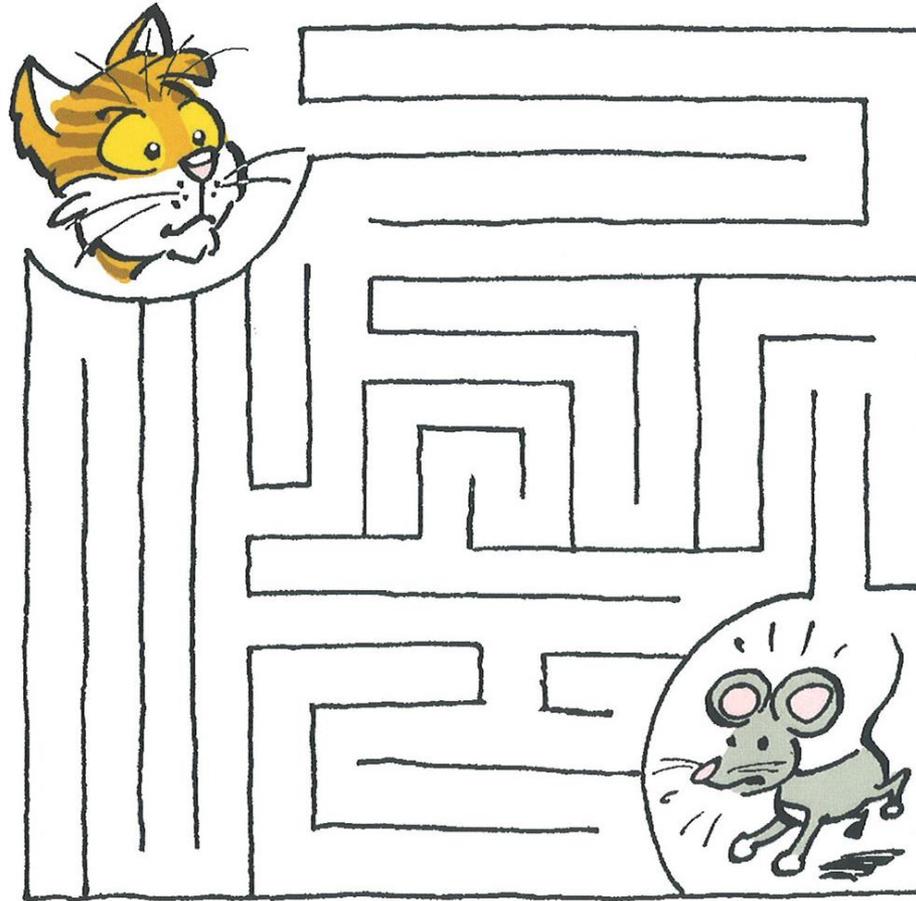
# Angehörigenstammtische

- Geleitete Selbsthilfegruppen durch Fachkompetenzen
- Austausch und Entlastung pflegender Angehöriger, sowie Informationsgabe zum Thema Demenz und Alltagsbewältigung
- derzeit in Eisenstadt

# VIMA – Gedächtnistraining (Volkshilfe im Alter)

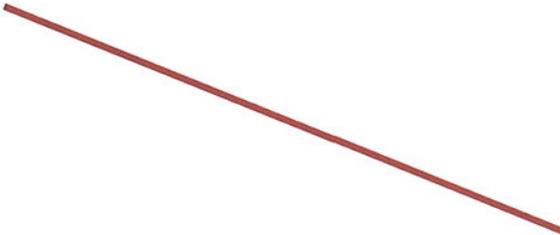
- Prävention, Trainingsgruppe für Fitte
- 10 wöchentliche Einheiten zu je 90 Minuten
- Gruppen derzeit in Sigleß und Pötsching
- VIMA Training ab 10 Personen in jeder Gemeinde möglich

# Gedächtnisübung 1

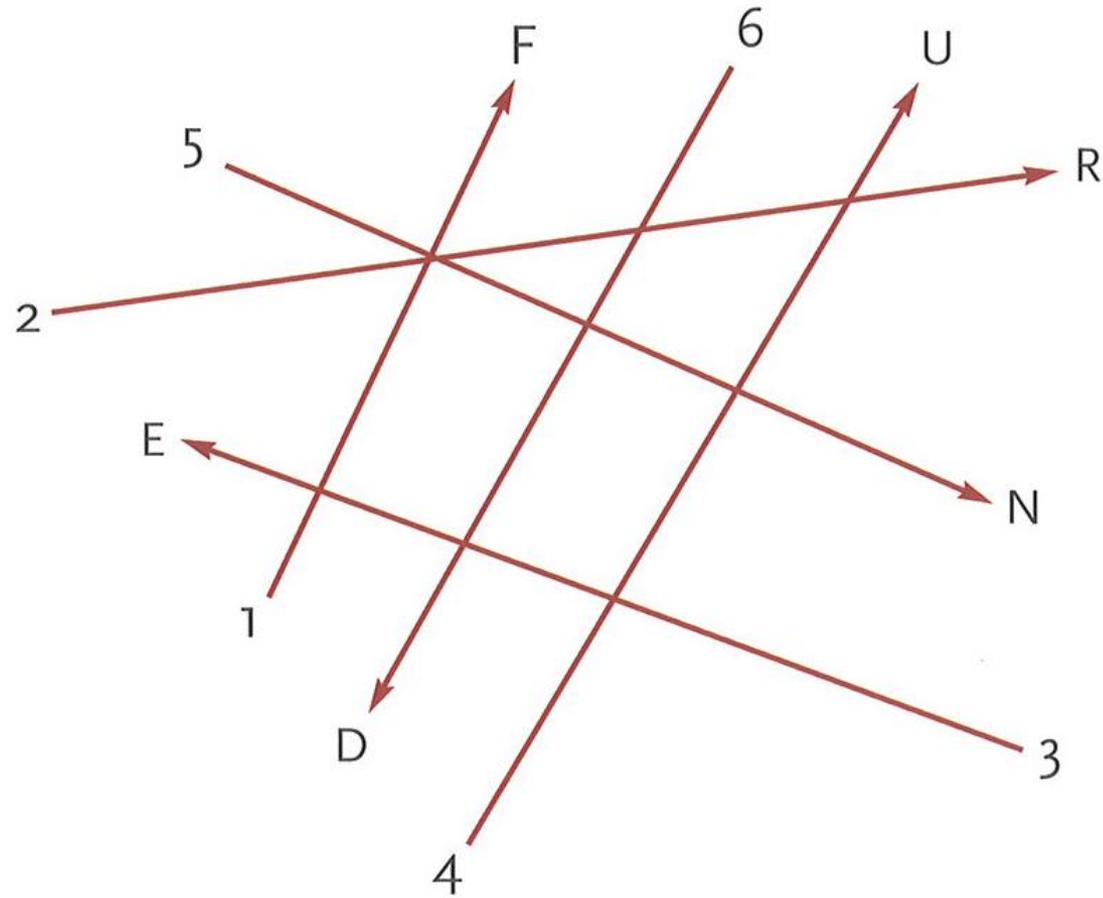


# Gedächtnisübung 2

1. Katz	Trank
2. Stadt	Schnee
3. Speis	Maus
4. Feuer	Leid
5. Eis	Klang
6. Hopfen	Land
7. Sang	Flamme
8. Freud	Malz

A red line is drawn from the word 'Katz' in the first row to the word 'Maus' in the third row, indicating a connection between the two words.

# Gedächtnisübung 3



# Gedächtnisübung 4

**Welches Wort passt nicht dazu?**

1. Apfel-Kirsche-Marille-Pfirsich

2. Rom-Venedig-Mailand-Madrid

3. Hammer-Schraubenzieher-Gabel-Zange

4. Wal-Delphin-Forelle-Ente

VIELEN DANK FÜR IHRE  
AUFMERKSAMKEIT