

Meine Mutter ist dement: Wie gehe ich damit um?

Der Umgang mit dementen Personen ist schwierig und erfordert viel Geduld. Geben Sie ihnen gleichwohl das Gefühl dazuzugehören.



Foto: AdobeStock/Alexander Rath

**Gedächtnis-
training und
Spiele helfen
Demenz-
kranken,
länger fit zu
bleiben.**

Nachts steht die Oma im Gang und sucht den verstorbenen Ehemann. Beim Mittagessen stellt sie alle paar Minuten die gleichen Fragen. Sie erkennt nahe Verwandte nicht mehr. Bricht in Tränen aus oder wird aggressiv. Ohne Hilfe würde sich die demente Frau nicht mehr zurechtfinden.

Um auf solche Situationen vorbereitet zu sein, raten Fachleute Demenzkranken und ihren Familien, dass sie sich möglichst frühzeitig mit der Krankheit auseinandersetzen und offen darüber sprechen.

Bleiben Sie geduldig

Ausserdem sollten von Demenz Betroffene nicht gleich die Flinte ins Korn werfen, sondern rechtzeitig mittels Gedächtnistraining und Medikamenten dagegen ankämpfen. Ein entscheidender Vorteil kann auch sein, in einem frühen Stadium weitere Bezugs- und Betreuungspersonen in den Alltag einzubauen. So kann sich nicht

nur der Demenzkranke allmählich an diese gewöhnen, sondern sich auch die Pflegehauptperson die nötige Auszeit verschaffen.

Diskussionen bringen nichts

Fachstellen sprechen von einem «geduldigen, respekt- und würdevollen Umgang» mit Demenzkranken. Sollte etwa die Grossmutter mitten in der Nacht in der Küche stehen und kochen wollen, ist es besser, ihr sanft und geduldig zu erklären, dass bereits alles vorgekocht ist und sie wieder in Ruhe schlafen gehen kann.

Bombardieren Sie die Person weder mit Kritik noch Vorwürfen. Das wird nur für weitere Unruhe sorgen. «Diskussionen mit Demenzkranken bringen nichts.» Selbst wenn die Betroffenen launisch und aggressiv werden, sollten Sie beachten, dass das ein Krankheitssymptom und Ausdruck grosser Hilflosigkeit sein kann.

«Nehmen Sie nichts persönlich, sondern reagieren Sie möglichst ge-

lassen» – diesen Rat zu beherzigen, gelingt nicht immer gleich gut. Aber es ist der beste Weg.

Eine gute Reaktion ist etwa zu sagen: «Oma, ich verstehe, dass Du wütend bist. Es ist auch keine leichte Situation.» Oder lenken Sie schnell vom Thema ab. Zudem sollten Sie, falls nötig, eine professionelle Betreuung und medikamentöse Unterstützung in Anspruch nehmen.

Struktur, Routine und Rituale geben Demenzkranken Sicherheit und Geborgenheit. So sollten Sprache und Alltag möglichst vereinfacht und angestammte Plätze wichtiger Dinge beibehalten werden. Ziel ist, einen Demenzkranken so zu unterstützen, dass er möglichst lange selbstständig bleibt.

Einfache Aufgaben

Übertragen Sie dem Demenzkranken – falls noch möglich – einfache, aber sinnvolle Aufgaben. So binden Sie ihn weiterhin aktiv in das Familienleben ein. Es ist schön, wenn diese Menschen nach wie vor das Gefühl haben dazuzugehören und nicht einfach daheim abgestellt sind. Zusammen Fotoalben durchzublättern und in Erinnerungen zu schwelgen, kann auch für schöne Gemeinschaftserlebnisse sorgen.

Das Leben für Menschen mit einer Demenz und für ihre Angehörigen ist anforderungsreich. Die Alzheimervereinigung bietet Hilfe und Unterstützung. Kontakt: Alzheimer Schweiz, Gurtengasse 3, 3011 Bern, Telefon 058 058 80 20, www.alz.ch.

Fazit

- Demenzkranke und ihre Familien sollten frühzeitig wichtige Informationen austauschen.
- Demente Personen brauchen Struktur und Routine.
- Versuchen Sie ruhig und respektvoll zu agieren.

Claudia Jung-Leithner