



**Alzheimer Gesellschaft  
Augsburg e.V.**  
Selbsthilfe Demenz  
Mit neuem Mut!

## **Herausforderndes Verhalten von Demenzpatienten – was jeder in der Familie wissen sollte!**

**Dr. Anne Hiedl, Oberärztin am  
Bezirkskrankenhaus Augsburg**

### **Berichte von Angehörigen**

- „es schmerzt mich, wie er mich behandelt“
- „er tut das bewusst, ich möchte wissen warum, so war er doch früher nicht, das macht mich verrückt“
- „ich bin eher unter der Erde, als er“
- „das macht mich kaputt“
- „wir haben uns so auf den Ruhestand gefreut, jetzt ist alles anders gekommen“

### **Was fällt auf in Gesprächen mit Demenzkranken?**

- Sie wiederholen ein und dieselbe Frage.
- Sie erzählen immer wieder dasselbe.
- Sie haben Probleme, dem Gespräch zu folgen, vor allem dann, wenn mehrere Leute sprechen.
- Sie sprechen die ganze Zeit nur über die Vergangenheit.
- Sie fangen an, etwas zu erzählen und vergessen dann, über was sie gesprochen haben.
- Sie behaupten falsche Dinge und bestehen darauf.
- Sie ändern häufig unpassend das Thema des Gesprächs.
- Sie haben Probleme, sich an Namen, Personen, Orte und Situationen zu erinnern.

### **Wie können Sie ein Gespräch gestalten?**

- Nehmen Sie sich Zeit für ein Gespräch.
- Zeigen Sie echtes Interesse.
- Diskutieren Sie mit dem erkrankten Angehörigen nicht, wer „im Recht“ ist (Recht auf subjektive Wahrheit anerkennen).
- Betonen Sie nicht Wissens- und Gedächtnislücken („das habe ich dir schon dreimal gesagt“), dies beschämt den erkrankten Gesprächspartner.
- Verwenden Sie Redewendungen, Sprichwörter („das sagt man so“).
- Stellen Sie keine „Warum“-Fragen (erfordern Wissen und konkrete Antworten)
- Bevorzugen Sie Fragen wie „Tun Sie das gern“, „Mögen Sie..“

### **Beachten Sie bei der Kontaktaufnahme:**

- Stellen Sie Augenkontakt her.
- Vermitteln Sie Zuwendung und Aufmerksamkeit durch entsprechende Körperhaltung.
- Setzen Sie Mimik und Gestik ein, um sich verständlich zu machen.
- Geben Sie die Hand zur Begrüßung und achten Sie darauf, wie der Demenzkranke reagiert.
- Bei schwerer Ausprägung der Erkrankung wird der Händedruck ev. nicht mehr wahrgenommen, dann ist eine Kontaktaufnahme ev. durch Berühren des Oberarms oder der Schulter hilfreich.

### **Beachten Sie im Gespräch:**

- Sprechen Sie langsam.
- Bauen Sie keine „verschachtelten“, komplizierten Sätze.
- Vermitteln Sie nicht mehrere verschiedene Informationen zur gleichen Zeit.

- Stellen Sie keine „Warum“-Fragen.
- Sprechen Sie den erkrankten Menschen mit Namen und mit Augenkontakt an, nicht unvermittelt von hinten oder von der Seite

### **Biografie als Schlüssel zur Verständigung**

- Prägungserlebnisse in Kindheit und Jugend sind der Schlüssel zum verstehenden Umgang mit Demenzkranken.
- Wichtig ist die vom Menschen persönlich erlebte Geschichte, aus der herausragende Ereignisse (Schule, Kommunion, Lehre, Heirat) erinnert werden.
- Für Demenzkranke stellt die Erinnerung an ihre Vergangenheit eine wichtige Hilfe dar, da das Langzeitgedächtnis lange erhalten bleibt, dort findet der Betroffene Orientierung.

### **Wichtig sind Informationen**

- über Person und Familie
- über besondere Ereignisse (Schule, Beruf, Heirat)
- über traumatische Erlebnisse (Krieg, Flucht, Verlufterlebnisse)
- über kulturelle Prägung
- über religiöse Bindung
- über den sog. Zeitgeist in Kindheit und Jugend des Betroffenen
- Nicht allein das Zusammentragen von Informationen aus der Biografie des Kranken ist wichtig, sondern viel stärker das Erleben, das die Person mit diesen Erfahrungen verbindet.
- Wichtig ist, die Erlebnisse des Demenzkranken nicht zu bewerten.
- Betreuende Personen sollten über wichtige politische/gesellschaftliche/kulturelle Ereignisse aus der Jugendzeit der Demenzkranken informiert sein (2. Weltkrieg, Vertreibung, Währungsreform)

### **Arbeit mit Erinnerungsalben**

- Es hilft Menschen mit Demenz, ihre Identität zu wahren und gibt Sicherheit, sich selbst zu kennen.
- Damit wird Selbstvertrauen und Selbstachtung hergestellt.
- Es bietet eine Anregung zum Gespräch sowohl für den Kranken als auch für den Angehörigen oder Pflegenden.
- Es erlaubt dem Menschen, sich an gute und schlechte Zeiten zu erinnern.
- Es gibt Halt und Sicherheit bei Umgebungswechsel (Heimaufnahme, Tagespflege)
- Es hilft den Angehörigen (Pflegenden), den Menschen als Individuum zu sehen.

### **Hilfen zur Orientierung...**

- Nur dann Orientierungshilfen geben,
  - wenn sie vom erkrankten Menschen noch verstanden werden können
  - wenn sie nicht zusätzlich zur Beunruhigung und Überforderung führen
- Weisen Sie im Gespräch beiläufig auf Tageszeit, Jahreszeit, Ort oder andere Orientierungspunkte hin
- Unterstützen Sie durch leichte Berührung und vorsichtige Führung am Arm den erkrankten Menschen, wenn er sich verloren fühlt.
- Große Uhren mit Ziffernblatt (und Stundenschlag)
- Tageskalender
- Tafel mit Angabe des Wochentags und Datums
- Gleichförmiger Tages- und Wochenablauf
- Jahreszeitliche Dekoration
- Kleidungslieben beachten
- Feste feiern, Feiertage begehen

### **Was tun bei Weglauftendenzen?**

- Kennzeichnung der Kleidung und z.B. der Handtasche oder der Geldbörse
- Genaue Überprüfung des Ausmaßes der Orientierungsstörung durch genaues Beobachten
- Aktuelles Foto bereithalten, um bei einer ev. Suche ein Hilfsmittel zu haben
- Information der Nachbarn am ehemaligen Wohnort
- „Ich will heim“: ergründen Sie, was das für den Kranken heißt
- Tatsächliches Begleiten, aber dann „nur um den Block“ oder einkaufen gehen
- Regelmäßige Spaziergänge organisieren
- Ablenken

### **Was tun, wenn der Demenzkranke Angst hat? Mögliche auslösende Situationen:**

- Überforderung
- Situation wird von ihm nicht verstanden.
- Er ist nicht vertraut mit Umgebung.
- Er fühlt sich durch krankheitsbedingte Realitätsverkennungen bedroht.

### **Was tun, wenn der Demenzkranke Angst hat?**

- Geborgenheit vermitteln durch ruhiges Auftreten und tröstenden Zuspruch
- Den Kranken in den Arm nehmen, seine Hand halten, Streicheln
- Lieblingsmusik spielen/Singen
- Kontakt und Nähe anbieten
- Rückzugsmöglichkeit anbieten

### **Was tun, wenn der Tag-/Nacht-Rhythmus gestört ist?**

- Für Aktivitäten tagsüber sorgen (Alltagsarbeiten, Gymnastik, Singen, Spaziergänge)
- Helle Beleuchtung in Räumen tagsüber
- Nachts völlige Verdunkelung oder Nachtlicht
- Bequeme Nachtkleidung; aber auch schlafen in Tageskleidung akzeptieren, wenn der Betroffene es ablehnt, sich umzuziehen
- Einschlafgewohnheiten beachten: beten, Musik, bestimmte Getränke
- individuelle Schlafzeiten beachten
- Regelmäßige Toilettengänge
- Bei Angst Licht anmachen
- Ev. schlaffördernde Maßnahmen durch Einreiben mit beruhigend wirkenden Ölen

### **Was tun bei Schreien?**

Mögliche auslösende Situationen: fehlende Zuwendung, Umgebungswechsel, Schmerzen, Einnässen und Einkoten, Hunger, Durst, Angst auf Grund von Verkennungen und Halluzinationen

- Versuch, Beruhigung durch Gespräch und Berührung zu erreichen
- Vertraute Musik spielen
- Außenreize reduzieren
- Toilettengang, Vorlagen wechseln
- beruhigende Körpermassagen
- Arzt hinzuziehen

### **Was tun bei Aggressivität? Mögliche auslösende Situationen:**

- Personen und Situation werden vom Demenzkranken verkannt.
- Situationen können vom ihm nicht überschaut werden.
- Schmerzen
- Verstopfung
- Schamgefühle (z.B. bei Intimpflege durch pflegende Personen), aber auch durch Vorwürfe, Kritik, Zurechtweisung

### **Umgang mit Aggressivität**

- Versuch , Beruhigung zu erreichen durch ruhiges Zureden oder beruhigende Musik, angenehme Gerüche

- Diskussionen vermeiden
- Manchmal ist Körpersprache hilfreicher als Worte
- Pflegemaßnahmen verschieben
- Ärztliche Untersuchung und ev. Medikamentöse Behandlung

### **Wie kann man Konflikte vermeiden?**

- Weisen Sie den erkrankten Menschen nicht auf Fehler hin und korrigieren Sie Fehler diskret und nebenbei.
- Passen Sie die Anforderungen an die „Tagesform“ des erkrankten Menschen an.
- Hektik, Ungeduld und Aufregung übertragen sich auf den erkrankten Menschen.

Bei Angst, Aufregung oder Konflikten ist

- Beruhigen besser als erklären
- Verständnisvolle Zuwendung besser als korrigieren
- Freundliches Ablenken besser als diskutieren
- Eine Konfrontation des Demenzkranken mit der Realität ist nicht hilfreich
- Ungeduld und Hektik steigern Unruhe und Hilflosigkeit.
- Unnötige Hilfestellungen nehmen die Selbständigkeit.
- Den Kranken nicht „zum Kind machen“

### **Besondere Situation der Angehörigen**

- Eltern werden zu „Kindern“ (hilfs- und fürsorgebedürftig).
- Angehörige werden in fortgeschrittenen Krankheitsstadien vom Kranken nicht mehr erkannt.
- Die Eltern der Kranken kommen in Erzählungen und Äußerungen des Kranken häufig vor, Partner und Kinder selten.
- Auf Grund der Überforderung können Wut, Ärger und Aggressivität dem Kranken gegenüber entstehen.
- Die Überbelastung kann dazu führen, dass Angehörige körperlich oder seelisch erkranken.

### **...wichtig ist für Sie als Angehörige**

- Achten Sie auf Ihre Belastungsgrenze.
- Nehmen Sie sich Zeit für Ablenkung und Entspannung.
- Auch andere Familienmitglieder brauchen Ihre Aufmerksamkeit und Zuwendung.
- Holen Sie sich Unterstützung und Hilfe, wenn Sie überbelastet sind.

### **Grundsätzlich gilt....**

- Es gibt keine festen und eindeutigen Regeln.
- Orientieren Sie sich im Umgang an den vorhandenen Fähigkeiten, nicht an den Defiziten (die Stärken betonen, die Schwächen ausgleichen).
- Je nach Krankheitsstadium sind mehr oder weniger Hilfen erforderlich.
- Versuchen Sie nicht, perfekt zu sein.
- Das Tun ist wichtiger als das Ergebnis.
- Geben Sie Anregungen, ohne zu überfordern.
- Bieten Sie Hilfe dosiert an und steigern Sie diese nur schrittweise.
- Machen Sie bestimmte Handlungen vor, wenn der Kranke sie nicht versteht.
- Planen Sie mehr Zeit ein, als Gesunde sie benötigen.
- Unterstützen Sie nur in erforderlichem Umfang.
- Bieten Sie nicht zu viele Entscheidungsalternativen an.

### **Wichtig ist...**

- Die Gefühle des Patienten wahrzunehmen
- Auf respektvollen und wertschätzenden Umgang achten
- Kritik und Überforderungssituationen vermeiden
- Vorwürfe und Beschuldigungen des Patienten nicht persönlich nehmen
- Hilfestellungen nur dann geben, wenn es nötig ist
- Diskussionen und Streit vermeiden
- Dem Demenzkranken ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit geben
- Sein Verhalten als krankheitsbedingt einstufen
- Selbst möglichst ruhig und gelassen bleiben