

LEBENDIG

Leben mit Demenz in der Gemeinde



Gefördert durch

In Kooperation mit

www.styriavitalis.at, ZVR: 741107063

DEMENZ

Mag. Weinrauch Gerlinde

- „demens“
- Kommt aus dem lateinischen
- „des Verstandes beraubt“ (Kritik-Feil!!)
- 1906 beschreibt der Arzt Alois Alzheimer seinen ersten Fall
- Die erst 51-jährige „Auguste Deter“
- Nach der Autopsie zeigte sich eine deutliche Abnahme der Hirnmasse, Nervenzellen waren abgestorben

Demenz – Was passiert im Kopf

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Bei der häufigsten Art – der Alzheimerdemenz
 - über 100 Mrd. Nervenzellen sind über Synapsen miteinander verbunden u leiten Informationen/Reize über Botenstoffe weiter
 - Kommunikation zwischen den Neuronen funktioniert nicht mehr
 - Führt durch die Erkrankung zum Absterben der Neuronen
 - Können nicht „nachgebildet“ werden
 - Eiweißablagerungen / Tau-Fibrillen
-
- <https://www.alzheimer-forschung.de/alzheimer/wasistalzheimer/veraenderungen-im-gehirn>

Krankheitsbild der Demenz

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Das Demenzsyndrom
- Einteilung der Diagnose „Alzheimer-Demenz“ oder „Vaskuläre-Demenz“ erst seit 1990
- Demenzformen
- Stadien der Demenz inkl. Symptomatik des jeweiligen Stadiums
- Kleiner Überblick über Diagnostik und Assessment (Uhrentest, MMSE...)
- Zahlen, Daten, Fakten (Wen betrifft es?)

Vergesslichkeit vs. Demenz

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Namen oder Verabredungen werden kurzfristig vergessen
- Zerstreuung, wenn viele Dinge gleichzeitig passieren
- Sich hin und wieder im Wochentag irren, später aber merken
- Ab und zu das richtige Wort finden
- Eine unüberlegte oder schlechte Entscheidung treffen
- Dinge hin und wieder verlegen aber wiederfinden
- Sich manchmal beansprucht fühlen durch Arbeit, Familie oder soziale Verpflichtungen
- Irritiert sein, wenn Abläufe geändert oder unterbrochen werden

<https://www.alzheimer-forschung.de/alzheimer/wasistalzheimer/veraenderungen-im-gehirn>

Risikofaktoren

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Alter
- Bei Menschen mit kognitiven Störungen Demenz häufiger
- Rauchen
- Vorerkrankungen in der Familie
- Verstärkter Alkoholkonsum
- Fettreiche Ernährung
- Niedrige Schulbildung

Das Demenzsyndrom

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Primäre Demenzform
 - Ursache im Gehirn
 - Alzheimer Demenz, Vaskuläre Demenz, Lewy-Körperchen Demenz,

- Sekundäre Demenzform
 - Ursache liegt außerhalb des Gehirns
 - Schädel-Hirn Trauma, Infektionen, Tumore, Alkohol,

• Vgl. Kastner, Löbach 2018

Symptome der Demenz

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Kognitive Symptome
- Psychische Störungen und Verhaltensänderung
- Körperliche Symptome

Symptome der Demenz

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Kognitive Symptome bei Demenzerkrankungen
 - Gedächtnisstörung
 - Einschränkung bei Urteilsvermögen und Problemlösung
 - Schwierigkeiten beim Orientieren
 - Sprachstörungen
 - Beispiele:
 - Demenzerkrankte finden nicht das richtige Wort, suchen und gebrauchen Ersatzwörter, finden Oberbegriffe (Kleidung statt Hose), Wortfindungsstörungen werden kaschiert,
 - Bei schwerer Demenz: erst verkürzte Sätze, dann 2-3 Wort Sätze, später nur noch einzelne Worte, Sprache kann auch komplett verstummen

• Vgl. Kastner; Löbach, Handbuch Demenz

Symptome der Demenz

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Psychische Störungen und Verhaltensänderung
 - Angst, Misstrauen, Furcht
 - im Dunkeln, vor dem Alleinsein, vor großen Räumen, Verlassen zu werden
 - Verhaltensänderung
 - Umherlaufen, Unruhe (Sun-downing), Störungen des Schlaf-Wachrhythmus, Rufen, Schreien, ständiges An-und Ausziehen, Sammeln von Gegenständen (Essen),...
 - Betroffene können depressiv werden
 - frühes Stadium, Suizidalität>bei familiärer Belastung...
 - Verkennung und Halluzination
 - Bei zusätzlichen Beeinträchtigungen wie schlechtes Hören und Sehen, Kleidungsstück wird als Person gesehen, Abhandenkommen (durch Verlegen) von Gegenständen wird als Diebstahl wahrgenommen,

Symptome der Demenz

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Körperliche Symptome
 - Gangunsicherheit und häufiger Stürze
 - Mobilität reduziert, Lagesinn und Gleichgewicht gestört, freies Sitzen
 - Veränderung des Schluckaktes
 - Schluck und Essstörungen, nicht fähig Besteck zu benutzen, Gefühl Essen bleibt „stecken“, benötigt lange Zeit zum Essen
 - Reduziertes Hunger-und Durstgefühl
 - Geschmack und Geruch reduziert, Mund oder Zahnschmerzen, Verlust von Appetit
 - Inkontinenz (ungewollter Harnverlust)
 - Kognitive Inkontinenz (Betroffene benutzen z.B. Mistkübel als „Toilette“)
 - Bewegungseinschränkung

Warnsignale/Zeichen einer Demenz

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Sozialer Rückzug
- Probleme den Alltag zu bewältigen
- Zeitgefühl ist beeinträchtigt
- Angst im Dunkeln
- Orientierung ist in unbekanntem Gegenden eingeschränkt
- Vorsicht bei „Haustürgeschäften“, Kritikfähigkeit eingeschränkt
- Beim Einkaufen werden Dinge vergessen oder mehrfach gekauft
- Sätze werden im Gespräch immer wieder wiederholt
- Gegenstände werden verlegt oder verloren (Schlüssel im Kühlschrank)

Stadien der Alzheimerdemenz

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Leichte Demenz (Stadium 1)
- Mittlere Demenz (Stadium 2)
- Schwere Demenz (Stadium 3)

Wie äußert sich das Stadium 1?

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Leichte Demenz
 - Die Merkfähigkeit ist verändert
 - Die Leistungsfähigkeit verändert sich (vor allem im Beruf oder bei gesellschaftlichen Anlässen)
 - Wird häufig nur bei intensiven Gesprächen bemerkt
 - Wichtige Termine (Verabredungen) werden vergessen
 - In unbekannter Umgebung fehlt es an Orientierung
 - Wortfindungsstörungen – FASSADE!
 - Frauen haben Probleme beim Kochen (z.B. vergessen wichtige Gewürze...)

Wie äußert sich das Stadium 2?

Mag. Weinrauch Gerlinde

- **Mittelschwere Demenz**
 - Betroffene haben Probleme bei der Kleidungswahl
 - Körperpflege wird nicht mehr so genau genommen
 - Wortfindungsstörungen, sprachliche Auffälligkeiten, falsche Wortwahl

Wie äußert sich das Stadium 3?

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Schwere Demenz
 - Verhaltensstörungen
 - Kann sich nicht mehr alleine duschen oder ankleiden
 - Harninkontinenz
 - Stuhlinkontinenz
 - Gangstörungen bis hin zur Bettlägerigkeit
 - Sprachverlust

Zahlen/Daten/Fakten

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Im Jahr 2000 litten in Österreich ca. 90.500 Personen
- Bis zum Jahr 2050 wird sich diese Zahl auf etwa 262.200 mehr als verdoppelt haben.
- Die Zahlen für Alzheimer-Demenz steigen von 59.500 im Jahr 2000 auf 182.600 im Jahr 2050.
- Zur Jahrtausendwende litten etwa 15.700 Personen an einer vaskulären Demenz, ein halbes Jahrhundert später werden es etwa 44.400 sein. Wancata et al. (2011)
- Im Jahr 2013 waren rund 97 Prozent der Menschen mit Demenz (62.655 Personen) über 59 Jahre und mehrheitlich weiblich (rund zwei Drittel).

Wancata et al.(2011), www.statistikaustria.at, Österreichischer Demenzbericht 2014

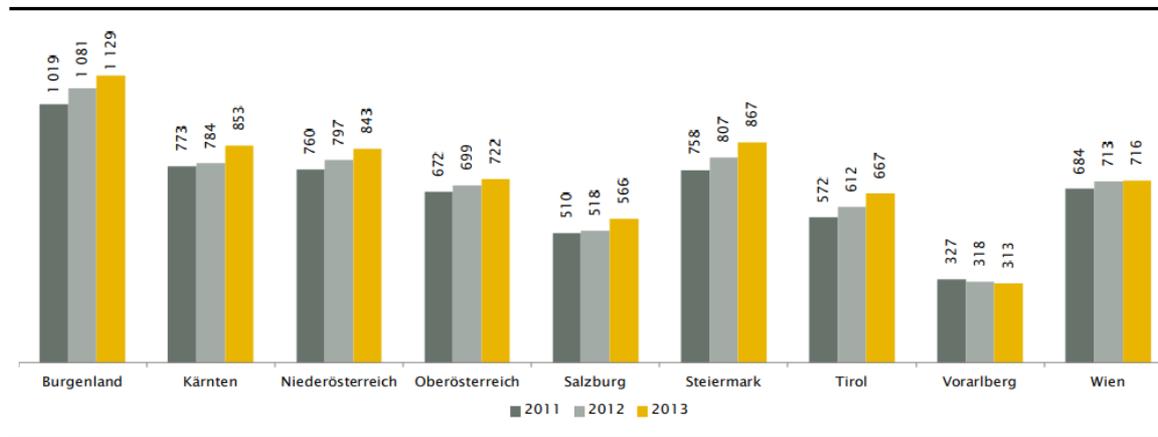
Zahlen/Daten/Fakten

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Im Jahr 2013 hatte das Burgenland mit 1.129 Erkrankten pro 100.000 EW die höchste Rate an Demenzerkrankten
- Vorarlberg mit 313 Personen pro 100.000 EW die geringste Prävalenzrate auf.
- Insgesamt kann über die Jahre hinweg ein stetiger Anstieg beobachtet werden (von 2011 bis 2012 um durchschnittlich 4 Prozent, von 2012 bis 2013 um durchschnittlich 6 Prozent), wobei für alle Bundesländer gilt, dass Frauen häufiger von Demenz betroffen sind als Männer
- In Deutschland hingegen leben derzeit geschätzt 1,6 Mio Menschen mit Demenz; davon ca. 2/3 mit Alzheimer Demenz (vgl. Kastner, Löbach 2018)

Österreichischer Demenzbericht 2014

Abbildung 4.4:
Demenzprävalenz pro 100.000 EW, nach Bundesländern und Jahren



Quelle: Statistik Austria (2014b); Berechnung und Darstellung: LEICON

Abbildung 4.5:
Prävalenz pro 100.000 EW, nach Bundesländern und Geschlecht, 2013

Literatur

Mag. Weinrauch Gerlinde

- Alzheimer Forschung Initiative e.V., Die Alzheimer Krankheit und andere Demenzen, 5. Auflage, Liebchen+Liebchen, 2015;
- Alzheimer Forschung Initiative e.V., Leben mit der Diagnose Alzheimer, 2.Auflage, Liebchen+Liebchen, 2017;
- Beratung von Angehörigen von Menschen mit Demenz, Ein Beitrag zur Lebensqualität von Menschen mit Demenz zu Hause, Bundesministerium für Arbeit und Soziales und Konsumentenschutz, 2014;
- Demenzstrategie, Gut leben mit Demenz, Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz, 2019;
- Demenzbericht Österreich 2014 (www.sozialministerium.at)
- Engel S. Prof. Dr., Alzheimer & Demenzen, Die Methode der einfühlsamen Kommunikation, Trias Verlag, 2011;
- Ulrich Kastner, Rita Löbach, Handbuch Demenz, Fachwissen für die Pflege und Betreuung, 4.Auflage, Elsevier Verlag 2018;

Literatur

- Klerk-Rubin V., Validation für Einsatzkräfte, altersverwirrte Menschen in Notsituationen begleiten, Band 57, Ernst Reinhardt Verlag München, 2020;
- Leutgeb E., Schloffer H., Mit Bewegung und Geselligkeit Demenz vorbeugen, Springer Verlag, 2020.
- Schilder M., Philipp-Metzen H., Menschen mit Demenz, 1.Auflage 2018, Kohlhammer Verlag, 2018;
- Schneider-Schelte H., Demenz-Praxishandbuch für den Unterricht, 2. Auflage 2011, Deutsche Alzheimergesellschaft e.V.;
- Schmidt S., Döbele M., Demenzbegleiter, 2.Auflage, Springer Verlag, 2013;
- Tschaininger-Zangl S., Demenz ohne Stress, Demenzerisch lernen für einen leichten Umgang mit Demenzerkrankten, 1.Auflage, Beltz Juventa 2019;

Kommunikation

Demenz und Kommunikation

Gerüst der Kommunikation

Mag Christina Wagner- Hornicek

- Es will jemand etwas mitteilen
- Botschaft
- Die Sprache ist meist Medium für den Transport der Botschaft
- Gegenüber: an den die Botschaft gerichtet ist
- Rückmeldung ob meine Botschaft angekommen ist (vgl. Burkhard 1998)

Gerüst der Kommunikation

Mag Christina Wagner- Hornicek

- Mimik
- Gestik und Berührung
- Augenkontakt
- Tonfall (vgl. Powell 2000, S. 11)

Gerüst der Kommunikation

Mag Christina Wagner- Hornicek

Inhaltsebene

- Inhaltliche Informationen werden ausgetauscht
- Verstand arbeitet (vgl. Watzlawick 2011)

Beziehungsebene

- Emotionale Behaftung einer Aussage (vgl. Watzlawick 2011)

Gerüst der Kommunikation

Mag Christina Wagner- Hornicek

Inhaltsebene

- 3 Eier
- 250 g Butter
- 250 g Zucker
- 400g glattes Mehl
- 1 P. Backpulver
- Etwas Rum
- Prise Salz
- 180 Grad / 40 Minuten backen

Beziehungsebene

- Was für einen Kuchen habe ich in meiner Erinnerung?
- Hat er mir geschmeckt?
- Wer hat ihn gebacken?

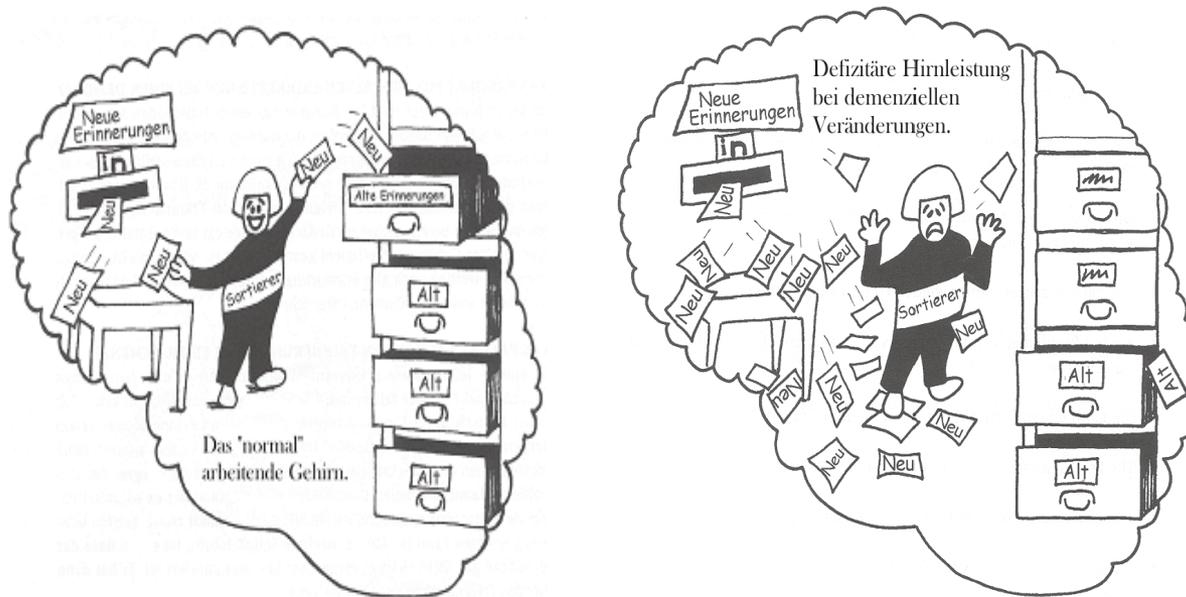
Veränderungen im Alter/ Auswirkungen auf die Kommunikation

Mag Christina Wagner- Hornicek

- Einschränkungen des Sehens
- Einschränkungen des Hörens
- Veränderte motorische Fähigkeiten
- Refraktärzeit ist verlängert
- Veränderte Gedächtnisleistung (vgl. Steidl, Nigg 2011)

Erinnerungsprobleme bei Demenz

Mag Christina Wagner- Hornicek



Powell 2002, S.18

Grundprinzipien der Kommunikation mit Menschen mit Demenz

- Das Sprachverständnis nimmt ab
- Wortfindungsstörungen
- Sprech- und Sprachgeschwindigkeit nimmt an
- Störquellen
- Kontaktrituale (vgl. Sachweh 2019, S. 61-70)

Grundprinzipien der Kommunikation mit Menschen mit Demenz

Mag Christina Wagner- Hornicek

- **Sind verbale Fähigkeiten vorhanden:**

- langsam sprechen, mit Namen ansprechen
- Kurze Sätze, einfache Worte
- Gesagtes wiederholen bzw. umformulieren
- Das Verbale, nonverbal unterstützen
- Information Schritt für Schritt geben
- Keine rationale Diskussion

- 5 W's, Wer, Was, Wo, Wie, Wann
- Kein Warum, Wieso, Weshalb
- Kein unangebrachtes Duzen
- Nicht über den anwesenden Sprechen als wäre die Person nicht da

(vgl. BMASG, Frauen und Männer mit Demenz, 2019)

Grundprinzipien der Kommunikation mit Menschen mit Demenz

Mag Christina Wagner- Hornicek

- Nonverbale Botschaften werden bis zum Lebensende empfangen und gesendet
- Gefühle bekommen immer mehr Bedeutung
- Aufgesetztes oder gekünsteltes Lächeln, überspielte Hektik, führt zu Aggression

(vgl.Sachweh 2019, S. 109)



Grundprinzipien der Kommunikation mit Menschen mit Demenz

- Mimik
- Blickkontakt
- Stimmklang
- Gestik
- Berührung
- Körperhaltung
- Nähe- Distanz

(vgl. Sachweh 2019, S. 109)



Kommunikationsprobleme bei Demenz

Mag Christina Wagner- Hornicek

- Die Person wiederholt ständig dieselbe Frage, oder erzählt immer dieselben Geschichten
- Die Person hat ein Problem dem Gespräch zu folgen und es weiterzuführen
- Sie hat Probleme sich an Namen, Orte zu erinnern
- Es wird nur über die Vergangenheit gesprochen
- Die Person sieht etwas was gar nicht da ist
- Sie behauptet falsche Dinge, Fehlwahrnehmungen
- Aggressives Verhalten (vgl. Powell, S. 20)

Kommunikation in Konfliktsituationen

Mag Christina Wagner- Hornicek

- Sprechen Sie mit der erkrankten Person wie mit einem Erwachsenen /Anrede (vgl. Sachweh 2019, S. 179)
- Das Gesicht wahren
- Sprechen Sie über die Gegenwart oder über die Vergangenheit
- Rücksicht nehmen auf das langsamere Tempo
- Schenken Sie Anerkennung/ Lob und Komplimenten (vgl. Sachweh 2019, S. 184)
- Fordern Sie keine Begründungen
- Diskutieren Sie nicht (vgl. Buijssen 2014, S.147- 158)

Kommunikation in Konfliktsituationen

Mag Christina Wagner- Hornicek

- Schneiden Sie ein anderes Thema an
- Es geht um das Gemeinsame
- Kommunikation ist auch ohne Worte möglich

(vgl. Buijssen 2014, S.147- 158)

- Aggressionsmindernde Umgebungsgestaltung

(vgl. Sachweh 2019, S. 287)

Motivieren

Wie kann es gelingen

Was bedeutet scheitern

Motivationsstrategien

Motivieren

- Gefühl vor Verstand – nicht mit rationalen Begründungen motivieren
- Sprüche verwenden
- Biografie kennen
- Musik ins Spiel bringen
- An die Hilfsbereitschaft/ Gemeinschaftssinn/ Eitelkeit appellieren (vgl. Sachweh S.232)

Wie kann es gelingen

- Von einem „Nein“ nicht abschrecken lassen
- Positive Stimmung kein Druck
- Schwierigkeitsgrad angemessen
- Lob und Anerkennung
- Humor (vgl. Sachweh S. 241)

Umgebungsgestaltung

Umgebungsgestaltung

- Uhren, Kalender, Poster – Desorientierung zu verringern
- Fotos von Angehörigen und Haustieren auf Augenhöhe
- Keine Dauerhafte akustische Beschallung, aber intermittierende Naturgeräusche
- Kuscheltiere oder Puppen in die Hand geben
- Aufpassen mit Spiegel (vgl. Sachweh S.271-275)

ABC - Regel

Mag Christina Wagner- Hornicek

- A**
- Avoid confrontation
 - Vermeiden von Konfrontationen
- B**
- Be practical
 - Handle zweckmäßig
- C**
- Clarify the feelings
 - Formulieren von Gefühlen und spende Trost

(vgl. Powell, S. 23)

ABC – Regel

Die erkrankte Person schreit mich an

Mag Christina Wagner- Hornicek

- A**
- Nicht persönlich nehmen
 - Nicht zurückschreien, oder das Schreien verbieten
 - Geben Sie soweit wie möglich nach, Sagen Sie das es ihnen leid tut, dass sich die Person schlecht fühlt
- B**
- Versuchen Sie abzulenken
 - Betroffene vergessen die kritische Situation oft schnell wieder durch Ablenkung
 - Höflich das Thema wechseln (schauen Sie sie sich im Raum um, sprechen Sie über Bilder oder Haustiere)
- C**
- Es tut mir leid das sie so verärgert sind
 - Ich werden versuchen Sie nicht mehr so zu verärgern

(vgl. Powell, S. 30)

ABC – Regel

Der Erkrankte finde nicht die richtigen Worte

Mag Christina Wagner- Hornicek

A

- Sagen Sie nicht: „Sie kennen das Wort!“ oder
- „Denken Sie mal nach!“

B

- Wenn Sie das Wort wissen sagen Sie es
- Wenn Sie das Wort nicht wissen fragen Sie: „Hat es etwas mit einem Formular zu tun?“

C

- Es ist furchtbar wenn man die Worte nicht findet
- Es liegen einem die Worte auf der Zunge

(vgl. Powell, S. 32)

Literaturliste

Mag Christina Wagner- Hornicek

- Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (2019): Frauen und Männer mit Demenz, Wien
- Buijssen, Huub (2014): Demenz und Alzheimer verstehen. 8. Auflage, Beltz, Weinheim und Basel
- Burkhart, Roland (2019): Kommunikationswissenschaft. 5.Auflage, Böhlau Verlag GmbH, Wien
- Powell, Jennie (2002): Hilfen zur Kommunikation bei Demenz. 3. Auflage, Kuratorium Deutsche Altershilfe
- Sachweh, Svenja (2019): Spurenlesen im Sprachdschungel. 2. Auflage, Hogrefe Verlag Bern
- Steidl, Siegfried; Nigg, Bernhard (2011): Gerontologie, Geriatrie und Gerontopsychiatrie. 3. Auflage, Wien
- Watzlawick, Paul; Beavin Janet H.; Jackson Don D. (2011): Menschliche Kommunikation, Formen Störungen Paradoxien. 12. Auflage, Huber Huber Verlag, Wien