

Hilfe und Tipps zum Umgang mit Menschen mit Demenz.

Vermeidung von und Umgang mit schwierigen Situationen und Verhaltensweisen

Bei einer Demenzerkrankung kommt es häufig nicht nur zu einer Verschlechterung der Denk- und Gedächtnisfunktionen, sondern auch zu Veränderungen im Erleben und Verhalten der Erkrankten. Oft zeigen die Erkrankten aggressive oder depressive Verhaltensweisen, was für alle Betroffenen belastend ist und zu schwierigen Situationen führen kann. Störungen des Erlebens und Verhaltens können in vielen Fällen als Abwehrreaktion auf die Demenzerkrankung verstanden werden, aber auch durch die Veränderungen im Gehirn hervorgerufen werden.

Prinzipiell empfiehlt es sich für die Angehörigen, zunächst einmal nach "naheliegenden" Gründen des bestimmten Erlebens oder Verhaltens zu suchen. Hierzu ist eine genaue Betrachtung der Situation erforderlich, weil es den Erkrankten im Verlauf zunehmend schwerer fällt, sich mitzuteilen.

Möglicherweise gibt es unerkannte Erkrankungen oder Zustände, unter denen der/die Erkrankte leidet (z.B. Schmerzen)?

Neben medizinischen Gründen können auch Situationen und Umgebungen, die die erkrankte Person überfordern, ängstigen oder frustrieren, zu Störungen des Erlebens und Verhaltens führen. Häufig kann man durch nicht-medikamentöse Maßnahmen (wie z.B. Verbesserung der Wohnraumgestaltung, vermehrte soziale Integration) die Situation deutlich verbessern. Erst wenn diese Möglichkeiten keine Wirkung zeigen, sollte auf Medikamente wie z.B. Antidepressiva oder Neuroleptika zurückgegriffen werden.



In diesem Abschnitt finden Sie Tipps zum Umgang mit schwierigen Situationen und Verhaltensweisen.

Gefördert durch:

Verwenden Sie kleine Alltagshilfen

- Benutzen Sie Gedächtnisstützen, z.B. farbige Bilder mit Text zur Markierung von Türen, Schränken, Schubladen etc.
- Fertigen Sie Listen an (z.B. Telefonnummern) und hängen Sie diese gut sichtbar auf.

Nehmen Sie Abschied von "der einen Wahrheit"

- Suchen und besuchen Sie die erkrankte Person in ihrer Welt, anstatt sie in Ihre "Welt der Wahrheit" zurückzuholen!
- Erkennen Sie die Sichtweisen und Erinnerungen der erkrankten Person für gültig an, auch wenn sie Ihrer Ansicht nach unangemessen oder sachlich falsch sind.
- Korrigieren und diskutieren Sie nicht, lenken sie im Zweifelsfall lieber ab.
- Vergessen Sie nie, dass ein Mensch mehr ist als seine geistige Leistungsfähigkeit - konzentrieren Sie sich auf die Sinne, die noch "funktionieren", und die Sie auch ohne Sprache anregen können.

Vermeiden Sie Überforderung

- Suchen Sie in einer Aktivität nicht das richtige Ergebnis, sondern das schöne Erlebnis.
- Sorgen Sie für Erfolgserlebnisse, indem Sie verbliebene Fertigkeiten und erfreuliche Aktivitäten suchen, erkennen und verstärken: Bauen Sie Wohlfühl-Oasen!
- Gehen Sie "ressourcenorientiert" vor, das heißt: Versuchen Sie nicht, Verlorenes wiederzuholen (z.B. durch geistige "Trainingsmaßnahmen", die zu Frustration führen), sondern konzentrieren Sie sich auf Verbliebenes.

Lernen Sie neue Wege der Kommunikation

Im Verlauf einer Demenzerkrankung ist meist schon sehr früh die Sprache betroffen. Dies äußert sich anfangs in Form von Wortfindungsstörungen, später verarmt die Sprache immer mehr. Schließlich ist auch das Sprachverständnis betroffen, sodass der/die Erkrankte nicht mehr in der Lage ist, einem "normalen" Gespräch zu folgen. Deshalb ist es für Angehörige und Pflegende wichtig, die eigene Sprache den Fähigkeiten des/der Erkrankten anzupassen und zusätzlich alternative Arten der Kommunikation zu nutzen.

In den folgenden Dokumenten finden Sie alltagsnahe "Kommunikationsanleitungen".

- [Verständigung mit Demenzkranken](#)
- [Mit Demenz-Kranken kommunizieren - leichte Demenz](#)
- [Mit Demenz-Kranken kommunizieren - mittelschwere Demenz](#)
- [Mit Demenz-Kranken kommunizieren - schwere Demenz](#)

Gefördert durch:

Praktische Tipps

Autofahren und Demenz

Das Risiko von Autounfällen und tödlichen Verletzungen steigt mit der Dauer und dem Schweregrad einer Demenz. Schon im frühen Stadium der Krankheit sind das Reaktionsvermögen sowie die Einschätzung von Entfernungen und Geschwindigkeiten meist erheblich eingeschränkt.

Für viele Demenzerkrankte bedeutet die Aufgabe des Autofahrens den Verlust von Selbständigkeit und Identität, sodass das Thema in vielen Familien ein Streitpunkt wird. Wichtig ist für alle Beteiligten, sich darüber klar zu werden, dass verlangsamte Reaktionen und ein vermindertes Denk-, Konzentrations- und Urteilsvermögen im Straßenverkehr eine große Gefährdung darstellen, auch wenn der/die Demenzerkrankte "nur ganz kurze" Strecken in vertrauter Umgebung zurücklegt und eine Begleitperson dabei ist.

Stellen Sie sich daher regelmäßig folgende Fragen:

- Hat sich die erkrankte Person in letzter Zeit häufiger als sonst verfahren?
- Hat die erkrankte Person in letzter Zeit vermehrt Unfälle oder "Beinahe-Unfälle", z.B. Touchieren des Garagentores?
- Hat die erkrankte Person in letzter Zeit vermehrt technische Schwierigkeiten mit dem Fahrzeug?

Wenn der/die Demenzerkrankte nicht zur Aufgabe des Autofahrens zu bewegen ist, kann es hilfreich sein, das Problem mit dem Arzt zu besprechen - manchmal ist es leichter, wenn ein Außenstehender die Angelegenheit anspricht und eine objektive Empfehlung ausspricht. In unklaren Fällen empfiehlt sich eine definitive Beurteilung durch den Amtsarzt oder eine besondere verkehrsmedizinische Abteilung. Für Atteste der Fahrtauglichkeit ist das örtliche Straßenverkehrsamt zuständig.

Schwierige Situationen...

Streitpunkt Autofahren

Mögliche **Beeinträchtigungen** durch die Demenz:



Gefördert durch:

ψ DGPPN

Deutsche Gesellschaft
für Psychiatrie und Psychotherapie,
Psychosomatik und Nervenheilkunde

Entlastungsangebote

Die Pflege eines/einer demenzerkrankten Angehörigen kann für die pflegende Bezugsperson körperlich und seelisch sehr belastend sein. Vielen pflegenden Angehörigen fällt es jedoch schwer, auch an ihre eigene Entlastung zu denken. Dies ist jedoch sehr wichtig, um immer wieder neue Energie für die Aufgaben des täglichen Lebens schöpfen zu können. Es gibt viele verschiedene Hilfsangebote, die den Alltag für die Erkrankten und ihre Angehörigen erleichtern können. Unten finden Sie eine Auswahl aufgelistet. Es gibt bei einigen dieser Angebote Möglichkeiten der Kostenbeteiligung durch die Pflegekasse.

Weitere Informationen erhalten Sie kostenlos bei örtlichen Seniorenberatungsstellen oder über die [Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.](#)

Wichtig: Bei der Auswahl eines professionellen Hilfsangebots sollten Sie in jedem Fall darauf achten, dass die beteiligten Hilfs- und Pflegekräfte für den Umgang mit Personen mit Demenz qualifiziert sind.

Helfende und beratende Personen, die ins Haus kommen

- **Menübringdienste/ Essen auf Rädern:** kann dauerhaft, an einzelnen Tagen oder vorübergehend bestellt werden; angeboten werden verschiedene Menüs, auch Diäten
- **Mobile Soziale Dienste/ Nachbarschaftshilfe:** Laienhelfer, die vorwiegend Besuchs- und Einkaufsdienste leisten; einfache Hilfe bei der Pflege, Begleitung und Betreuung, ggf. Nachtwache möglich
- **Pflegedienste/ Sozialstation:** qualifizierte Alten- und Krankenpflegekräfte zur umfassenden pflegerischen Unterstützung
- **Verhinderungspflege:** Übernahme der Pflege bei Urlaub oder Verhinderung der Bezugsperson; möglich durch Pflegedienste oder eigene Pflegepersonen; Voraussetzung: Pflegeeinstufung und mindestens 6 Monate Pflege im häuslichen Umfeld
- **Wohnberatung/ technische Hilfen:** Beratung zu technischen Hilfen wie Herdabschalthilfen, Bewegungsmelder etc.; siehe auch [Wohnraumanpassung](#)

Angebote für Erkrankte

- **Begegnungsstätten:** Begegnungs-, Bildungs- und Beteiligungsangebote: Gymnastik, Singen, Ausflüge, Gemeinschaft erleben, Kontakte knüpfen...
- **Betreuungsgruppen für Demenzerkrankte:** stundenweise Entlastung für pflegende Angehörige sowie Anregung und Begegnung für demenzerkrankte Menschen, betreut durch Fachkräfte und freiwillige Helfer und Helferinnen: Singen, Bewegung, Spiele, Vorlesen, Spaziergänge...
- **Tages-/ Nachtpflege:** Betreuung tagsüber oder nachts von Montag bis Freitag, in der Regel von Altenpflegekräften; kann auch für einzelne Tage in Anspruch genommen werden, meist mit Fahrdienst
- **Kurzzeitpflege:** zeitlich begrenzter Aufenthalt in einer stationären Einrichtung bei Urlaub oder Verhinderung der Pflegeperson, meist in Pflegeheimen, max. 4 Wochen im Jahr

Gefördert durch:

Angebote für Angehörige

- **Gesprächskreise/ Beratungsgruppen:** Informationen und Austausch mit anderen Betroffenen
- **Kranken- und Altenpflegekurse:** Einführung für pflegende Angehörige in die Pflege älterer oder behinderter Menschen
- **Informationsveranstaltungen mit Vorträgen zum Thema Demenz**

Wohnraumanpassung und technische Hilfen

Unter Wohnraumanpassung versteht man **Maßnahmen zur räumlichen Veränderung im häuslichen Umfeld**. Hierzu zählen u.a. die Beseitigung von "Stolperfallen" und sonstigen Hindernissen z.B. durch Umbaumaßnahmen, aber auch die Integration von Hilfsmitteln wie Badewannensitzen oder Treppenliften.

Die folgenden Links beinhalten Tipps und Beispiele für Maßnahmen zur Wohnraumanpassung. Sie sollten sich jedoch in jedem Fall persönlich beraten lassen, zumal bestimmte notwendige Maßnahmen durch die Pflegekasse finanziell unterstützt werden. Wenden Sie sich hierzu an eine örtliche Seniorenberatungsstelle oder die [Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.](#)

- www.online-wohn-beratung.de (Information und Beratung für Menschen, die eine persönliche Beratung durch eine Wohnberatungsstelle nicht nutzen können oder wollen)
- www.kom-fort.de (z.B. Download einer Checkliste mit Wohnungsanpassungsmaßnahmen für sicheres Wohnen zu Hause sowie Bilder mit anschaulichen Beispielen für die bauliche Wohnraumanpassung)
- www.rehadat.de (Datenbank mit Produktbeschreibungen, Preisen und Bezugsadressen von in Deutschland erhältlichen Hilfsmitteln sowie Hilfsmittelverzeichnis der gesetzlichen Krankenversicherung)

Darüber hinaus kann der Einsatz bestimmter **technischer Hilfen zur Sicherung** von Eingangstüren, Wasserhähnen, Herd etc. für Erkrankte und ihre Angehörigen eine große Entlastung bedeuten. [Hier](#) finden Sie Anregungen und Tipps sowie weitere Links.

Finanzielle und sozialrechtliche Aspekte

Im Laufe der Erkrankung stellen sich für die erkrankte Person und ihre Angehörigen häufig auch finanzielle Fragen, insbesondere aufgrund der zunehmenden Pflegebedürftigkeit des/der Betroffenen. Daneben sehen sich sowohl pflegende Angehörige als auch Betreuungspersonen und Pflegekräfte immer wieder mit einer Vielzahl rechtlicher Fragen konfrontiert.

Die Frage der Einwilligungsfähigkeit

Die häufigsten rechtlichen Probleme im Zusammenhang mit der Demenzerkrankung entstehen daraus, dass die erkrankte Person immer weniger im Stande ist, persönliche Angelegenheiten zu regeln, Rechtsgeschäfte abzuschließen und Willenserklärungen abzugeben, während gleichzeitig ihre Fähigkeit schwindet, die eigenen Leistungsgrenzen zu erkennen.

Gefördert durch:

Es gibt einige wichtige rechtliche Sachverhalte, über die sich Betroffene und Angehörige bei Vorliegen einer Demenzerkrankung möglichst schon frühzeitig Gedanken machen sollten:

Die **Einwilligungsfähigkeit** beruht auf der Einsichts- und Urteilsfähigkeit einer Person und ist durch eine Demenzerkrankung nicht automatisch aufgehoben. Gerade bei der Diagnostik und der Einleitung von Therapien müssen Angehörige und Ärzte oder Ärztinnen sich damit befassen, inwieweit die erkrankte Person in der Lage ist, Vorteile und Nachteile gegeneinander abzuwägen und zu einer Willensentscheidung zu kommen. Aber auch in anderen Lebensbereichen spielt die Einwilligungsfähigkeit eine große Rolle, z.B. wenn es um die Verwendung von Erspartem oder die Wahl des eigenen Wohnsitzes geht. Solange die erkrankte Person noch ihren Willen äußern kann, sollte sie aktiv in Entscheidungsprozesse eingebunden werden. Hierzu sollte das frühzeitige Abfassen folgender Dokumente gehören: Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung.

Sonderfall **Testierfähigkeit**: Die Testierfähigkeit beschreibt die Fähigkeit, ein Testament zu verfassen und ist von der allgemeinen Geschäftsfähigkeit zu unterscheiden. Die Testierfähigkeit wird durch geistige Einschränkungen oder eine Bewusstseinsstörung ausgeschlossen. Wer an Demenz leidet, kann durchaus geschäftsfähig, möglicherweise aber nicht testierfähig sein. Um späteren Anfechtungen vorzubeugen, ist es ratsam, die Testierfähigkeit im Zweifelsfall fach ärztlich (Psychiater/-in) prüfen und bestätigen zu lassen.

Weitere Informationen erhalten Sie u.a. hier:

- [Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.](#)
- [Caritas](#)
- Bundesministerium der Justiz: Kostenloser Download von Broschüren zu [Patientenverfügung](#) und [Betreuungsrecht](#)

Beurteilung der Pflegebedürftigkeit

Auch wenn Menschen mit Demenz körperlich "fit" sind, können sie als pflegebedürftig eingestuft werden und Leistungen aus der Pflegekasse erhalten. Ein/e Gutachter/in beurteilt die Selbstständigkeit der betroffenen Person in sechs Bereichen:

1. **Mobilität** (körperliche Beweglichkeit)
2. **Geistige und kommunikative Fähigkeiten** (Verstehen und Reden, zeitliche und räumliche Orientierung)
3. **Verhaltensweisen und psychische Problemlagen** (z.B. Unruhe in der Nacht, Ängste, Aggressionen)
4. **Selbstversorgung** (z.B. selbstständiges Waschen, auf die Toilette gehen, Essen und Trinken)
5. **Selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen – sowie deren Bewältigung** (z.B. selbstständige Medikamenteneinnahme und Arztbesuche)
6. **Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte** (z.B. selbstständige Gestaltung des Tagesablaufs und Kontakt mit anderen Menschen)

Schritte bei der Beantragung von Pflegeleistungen:

Gefördert durch:

- **Die erkrankte Person bzw. die Bezugsperson** füllt die Antragsformulare der Pflegekasse (befindet sich bei der Krankenkasse) aus und schickt sie ein.
- Nach Eingang dieser Information besucht ein Vertreter des **Medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MDK)** die erkrankte Person in ihrer Lebensumgebung und erstellt ein Pflegegutachten. Hierbei sollten, gerade bei Demenzerkrankten, auch pflegende Angehörige befragt werden.
- Danach erfolgt die Entscheidung über die Bewilligung eines [Pflegegrades](#) durch die Pflegekasse.

Die monatlichen Sach- bzw. Geldleistungen sind abhängig von der Schwere der Pflegebedürftigkeit. Eine Aufstellung der Leistungen in den verschiedenen **Pflegegraden** können Sie [hier](#) herunterladen (Informationsdokument der [Deutschen Alzheimer Gesellschaft](#) zum Thema "Pflegeversicherung").

Krankenhausaufenthalt bei Demenz

Ein Krankenhausaufenthalt ist für eine demenzerkrankte Person eine große Belastung. Selbst wenn kein größerer operativer Eingriff nötig ist, bedeutet ein Krankenhausaufenthalt die Trennung von der Bezugsperson und die Konfrontation mit einer völlig unvertrauten Umgebung. Um diese Stressfaktoren bestmöglich abzuschwächen, empfiehlt es sich, im Vorfeld die beteiligten Pflegepersonen über bestimmte Gewohnheiten, Vorlieben, Ängste etc. der demenzerkrankten Person zu informieren. Dies ist besonders dann wichtig, wenn der/die Erkrankte sich selbst nicht mehr ausreichend verständlich machen kann.

Zur Vorbereitung hilft ein von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft entwickelter "Informationsbogen für Patienten mit einer Demenz im Krankenhaus", den Sie [hier](#) als PDF-Dokument herunterladen und ausdrucken können (inklusive Begleitheft).

Links und Anlaufstellen

Hier finden Sie eine Auflistung von Möglichkeiten zur weiteren Information über das Thema Demenz.

Regionale Anlaufstellen

- Seniorenberatungsstellen (z.B. Seniorenbüros)
- Sozialstationen
- regionale Alzheimer-Gesellschaften und Gedächtnis-Sprechstunden/ Memory-Ambulanzen ([Hier](#) finden Sie eine nach Postleitzahlen geordnete Liste.)

Überregionale Anlaufstellen

- Die [Online-Beratung für pflegende Angehörige](#) bietet die Möglichkeit zum kostenlosen und anonymen Schriftwechsel mit Psychologen, um individuelle Wege zur Entlastung in der Pflegesituation zu finden.

Informative Internetadressen

- [Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.](#)

Gefördert durch:

- "[Wegweiser Demenz](#)", ein Angebot des *Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend*
- [Kompetenznetz Demenzen \(KND\)](#): z.B. Informationen über aktuelle Studien
- [Alzheimer-Forum](#)
- [Landesinitiative Demenz-Service Nordrhein-Westfalen](#)
- [Urlaub mit Demenzpatienten](#): Eine Übersicht über Urlaubsziele der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg.
- Patienten-Information.de [Kurzinformationen Demenz](#) der Bundesärztekammer und der kassenärztlichen Bundesvereinigung

Mehrsprachige Angebote

- [Demenz-Servicezentrum Nordrhein-Westfalen für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte](#) überregionaler Service, Informationsangebote u.a. auf Türkisch und Russisch
- [AWO Augsburg](#)
- Informationen zu [Betreuungsverfügung und Versorgungsvollmacht](#) des Bundesministeriums für Justiz (deutsch und türkisch)

Downloads

- [Umgang mit Demenz als PDF downloaden](#)

Quellen:

Bundesgesundheitsministerium. Online-Ratgeber Pflege: Pflegebedürftigkeit. URL: <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege/online-ratgeber-pflege.html>. Zugriff: 24.06.2022

Deutsche Alzheimer-Gesellschaft e.V. Informationsblatt 8. Die Pflegeversicherung. URL: https://www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/alz/pdf/factsheets/infoblatt8_pflegeversicherung.pdf (Stand: November 2016). Zugriff: 24.06.2022

Verfasst von:

[Prof. Dr. Dr. Martin Härter](#) (Arzt und Psychologischer Psychotherapeut), Prof. Dr. Michael Hüll (Arzt), [Dr. Sarah Liebherz](#) (Psychologische Psychotherapeutin), [PD Dr. Jörg Dirmaier](#) (Psychologischer Psychotherapeut)

Datum der Erstellung: Juni 2022
Stand: Juni 2023

Gefördert durch:



Deutsche Gesellschaft
für Psychiatrie und Psychotherapie,
Psychosomatik und Nervenheilkunde