

# Über die Brücke gehen: Kommunikation mit Menschen mit Demenz



Foto: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

# Persönlicher Hintergrund

- Dipl. Soziologin, BA Pflege- und Gesundheitsförderung
- Mitarbeiterin der Hans und Ilse Breuer-Stiftung
- Seit 10/2018 Leitung des StattHauses Offenbach
- Leiterin der hessischen Fachstelle für ambulante Demenz-WGs



Foto: Hans und Ilse Breuer-Stiftung

# Inhalte der Präsentation

- Demenz - Grundlagen und Symptome
- Folgen der Erkrankung für die Betroffenen (I und II)
- Tipps für Umgang und Kommunikation

Umfangreiche Information über Demenz ist wichtig → Wissen schafft Sicherheit!



Fotos: Pixabay

# Demenz – Grundlagen und Symptome

|                     | Normales Altern | Demenz            |
|---------------------|-----------------|-------------------|
| Vergessen:          | sporadisch      | häufig            |
| Vergessene Inhalte: | Details         | Lebensereignisse  |
| Wiedererinnern:     | häufig          | selten            |
| Merkhilfen:         | gleichbleibend  | zunehmend nutzlos |
| Wiederfinden:       | meist rasch     | selten            |

# Demenz – Grundlagen und Symptome

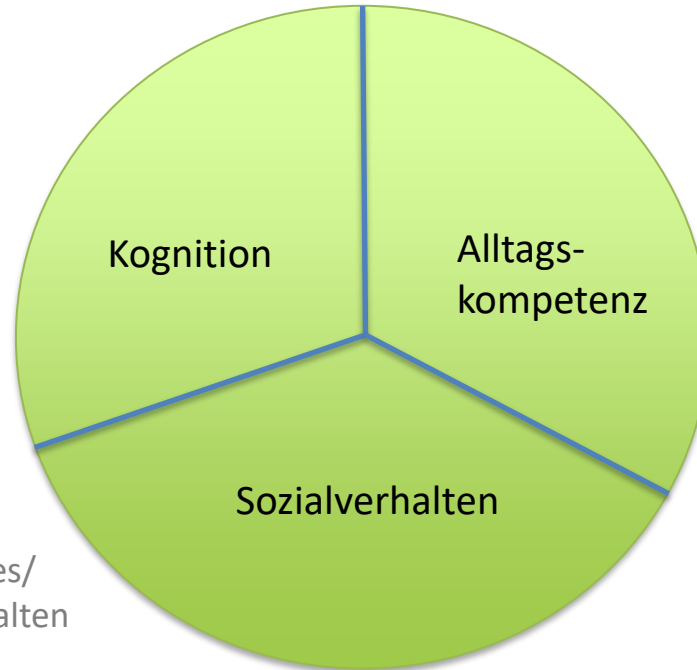
- Demenz (lat. Dementia = ohne Geist) bezeichnet den Abbau kognitiver Fähigkeiten (Wahrnehmen, Lernen, Erinnern, Selbstbeobachten)
- Bei Diagnose ist mindestens eines der Merkmale anzutreffen:
  - Sprachstörung
  - Beeinträchtigte Motorik
  - Eingeschränktes Erkennen/Wiedererkennen
  - Eingeschränkte Fähigkeit zur Planung und Orientierung

# Demenz – Grundlagen und Symptome

- Diagnose wird gestellt bei neu entstandener kognitiver Störung/Verschlechterung gegenüber früherem Leistungsniveau
- Dauer mindestens 6 Monate
- Begleitend häufig Störungen der emotionalen Kontrolle, der Motivation und des Sozialverhaltens

# Demenz – Grundlagen und Symptome

Gedächtnis  
Orientierung  
Aufmerksamkeit  
Sprache  
Wahrnehmung  
Konzentrationsfähigkeit



Angst  
Apathie  
herausforderndes/  
neuartiges Verhalten

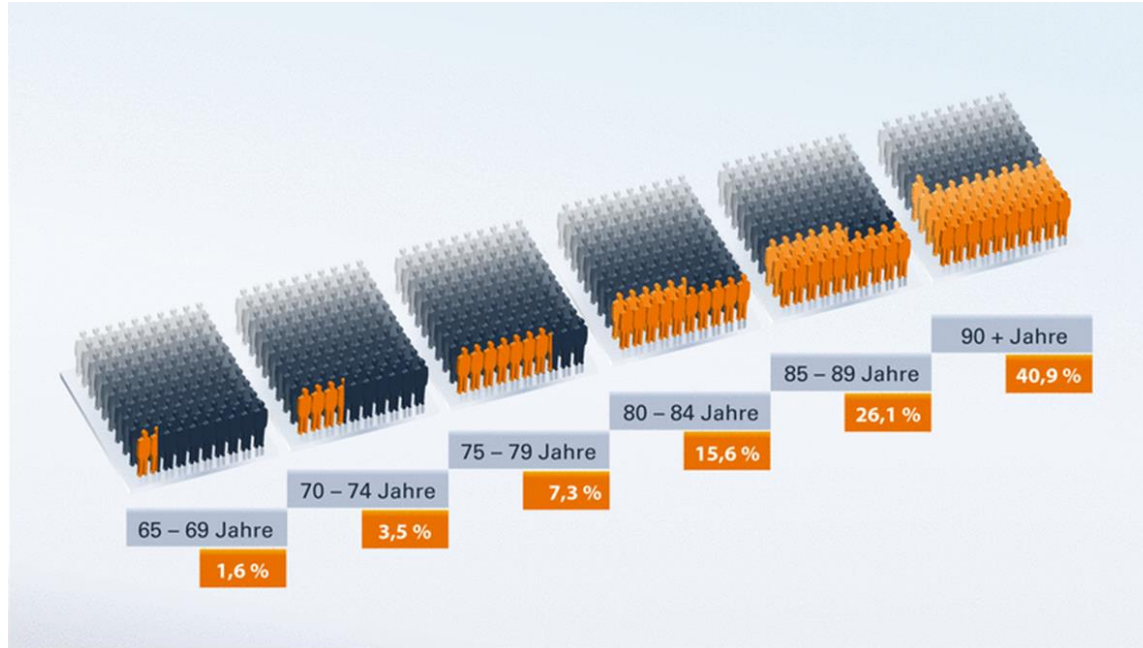
Selbstfürsorge  
Haushaltsführung  
Eigene Orientierung

# Demenz – Grundlagen und Symptome

- 2018 lebten etwa 1,7 Millionen Menschen mit Demenz in Deutschland
- Jedes Jahr circa 300.000 Neuerkrankungen
- Infolge der demografischen Veränderungen kommt es zu mehr Neuerkrankungen als Sterbefällen unter den bereits Erkrankten
- These: Das Risiko des einzelnen Menschen, an einer Demenz zu erkranken, ist in den letzten Jahrzehnten gesunken



# Demenz – Grundlagen und Symptome



**Risikofaktor Alter:** Das Risiko, an einer Demenz zu erkranken, nimmt mit dem Alter zu. In der Gruppe der 65- bis 69-Jährigen sind zwei von einhundert Menschen betroffen. Bei den über 90-Jährigen ist mindestens einer von drei Menschen an Demenz erkrankt. (Quelle: Deutsche Alzheimer Gesellschaft 2016)

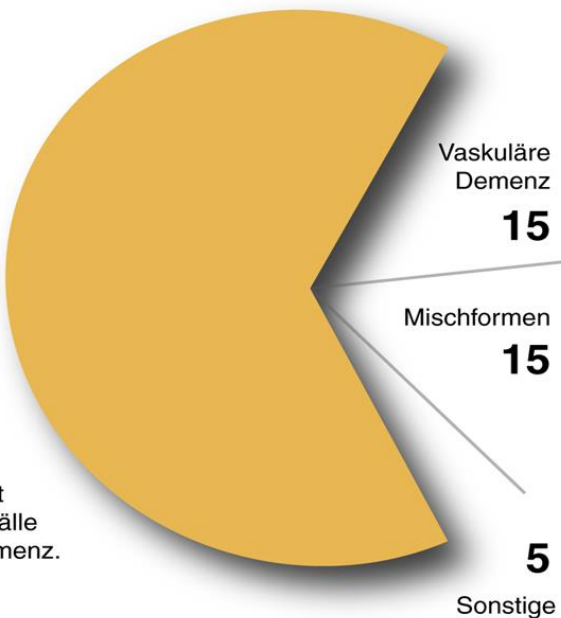
# Demenz – Grundlagen und Symptome

## Alzheimer häufigste Demenzform

Demenzformen in der Übersicht

**65 %**  
Alzheimer

Es gibt mehr als  
**50 verschiedene Formen**  
von Demenz.  
Die Alzheimer-Krankheit ist  
mit rund zwei Drittel aller Fälle  
die häufigste Form der Demenz.



Quelle: Alzheimer Forschung Initiative e.V. (AFI)

# Demenz – Grundlagen und Symptome

## Alzheimer Demenz

Bei Menschen mit der Diagnose Alzheimer sind typische Eiweißablagerungen (Amyloid-Plaques) festzustellen, es kommt zu einem Absterben von Nervenzellen und zu einer Störung der Informationsweiterleitung.

- Beginn mit Gedächtnisstörungen
- Störung der Orientierungsfähigkeit
- Emotionen und Wesen der Betroffenen zunächst unbeeinträchtigt
- Schleichender Verlauf

# Demenz – Grundlagen und Symptome

## Vaskuläre Demenz

Bei vaskulärer Demenz kommt es in Folge von Durchblutungsstörungen des Gehirns zum Absterben von Nervenzellen. Vom Ausmaß der Durchblutungsstörung ist abhängig, wie ausgeprägt die Demenz ist. Bluthochdruck ist der wichtigste Risikofaktor.

- Beginn schleichend, Fortschreiten oft in Schüben
- Nicht Gedächtnisstörungen im Vordergrund, sondern Verlangsamung, Denkschwierigkeiten, Stimmungslabilität

# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen I

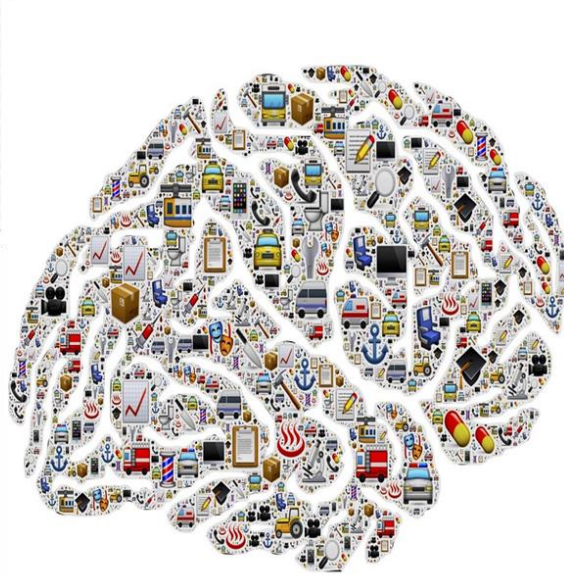
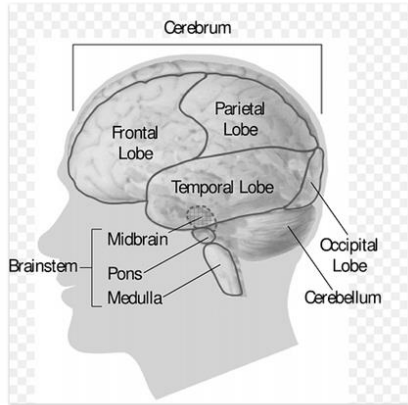
## Zunehmender Verlust von:

- zeitlicher Orientierung  
(welche Uhrzeit, welcher Tag, welches Jahr?)
- örtlicher Orientierung  
(wo bin ich?)
- situativer Orientierung  
(was geschieht um mich herum?)
- Orientierung zur anderen und eigenen Person/gestörte Wahrnehmung  
(wer bin ich, wer bist Du?)



Grafiken: Pixabay

# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen I



Grafiken: Pixabay

# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen I

## Gründe für „problematisches“ Verhalten

- Fortschreitender Demenz-Prozess (Nervenzellenverlust)
- Nicht mehr funktionierende Verständigung
- Überforderung und Reizüberflutung
- Innere Unruhe und Anspannung, die nicht gesteuert und abgebaut werden kann
- Subjektiv empfundene beängstigende Situation



Foto: Pixabay

# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen I

- Angst vor Konfrontation
  - > Verleugnung, Rückzug
- Angst, Selbständigkeit zu verlieren
  - > Fehler vertuschen, Hilfe ablehnen
- Angst, nur als „Demente/r“ gesehen zu werden
  - > Positive Selbstdarstellung, „Fassade“
- Angst vor Entmündigung
  - > Vehementen Widerstand, Hilfe verweigern

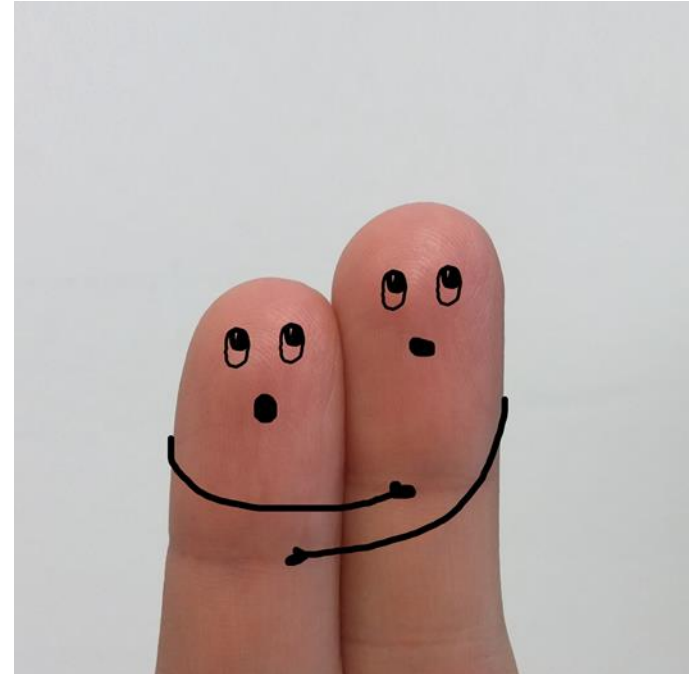


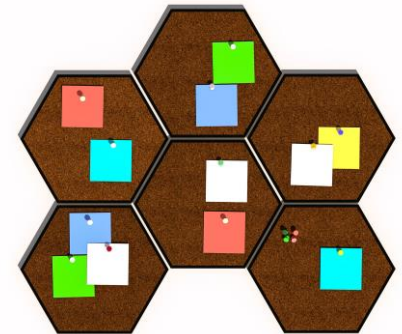
Foto: Pixabay



# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen I

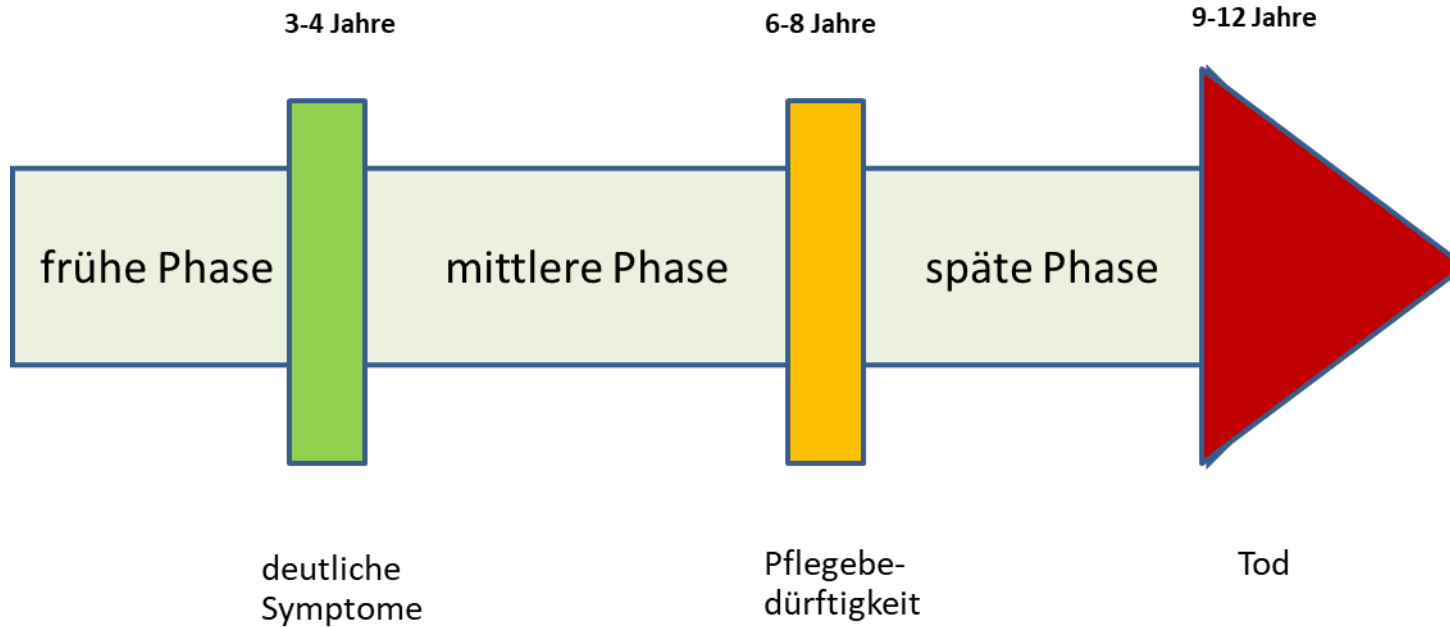
## Bewältigungsstrategien

- relativieren („Ich war schon immer schusselig“)
- Merktzettel
- Feste Routen und Vorgänge (Wohnung, Stadtteil)
- Eine eigene „Logik“ entwickeln
- Laufen und bewegen (Unruhe abarbeiten)
- Rückzug aus sozialen Bindungen, Isolation
- Fremdbeschuldigungen (z.B. Diebstahl)



Grafik: Pixabay

# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen II



Grafik: eigene Darstellung

# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen II

## Frühe Phase

- Zunächst kaum auffällige, vom Betroffenen und seiner Umgebung verdrängte Symptome
- Aktivitäten im täglichen Leben reduziert
- Gedächtnis, Sprachverarbeitung, örtliche und zeitliche Orientierung immer mehr betroffen
- Vermehrt emotionale Veränderungen: Ängstlichkeit, Depressionen, Widerstand

# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen II

## Mittlere Phase

- deutlicher ausgeprägte Symptomatik
- Gedächtnis, Sprachverarbeitung, Alltagsfunktionen, Wahrnehmung, örtliche/zeitliche Orientierung sind immer stärker beeinträchtigt
- zunehmende Antriebsstörung
- selbständige Lebensführung erheblich eingeschränkt
- immer mehr Unterstützung notwendig

# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen II

## Späte Phase

- selbständige Lebensfähigkeit aufgehoben, völlige Abhängigkeit
- zusätzlich vermehrt körperliche Symptome: Verlust der Kontrolle über Blase und Darm, Schluckbeschwerden, Krampfanfälle u. a.
- Im Endstadium: meist vollständige Bettlägerigkeit, Infektionen
- häufigste Todesursache: Lungenentzündung

# Folgen der Erkrankung für die Betroffenen II

## Auswirkungen auf pflegende An- und Zugehörige

- Übernahme von immer mehr Aufgaben, körperliche und psychische Überforderung
- evtl. Aufgabe der Erwerbstätigkeit, finanzielle Einbußen
- Konflikt mit anderen sozialen Rollen
- Allmählicher „Verlust“ der Rollenfunktion als Partner, Vater, Mutter, etc.

# Grundlagen gelingender Kommunikation

- Entscheidend ist die Beziehungsebene, nicht die Wissensvermittlung
- biographisches Hintergrundwissen nutzen
- Menschen mit Demenz so weit es möglich ist in Entscheidungen miteinbeziehen
- Nicht in Anwesenheit von Menschen mit Demenz mit anderen Personen über sie reden
- Zu viele Reize von Außen, zum Beispiel Menschenansammlungen, möglichst vermeiden

# Grundlagen gelingender Kommunikation



Menschen mit Demenz leben  
ihre Wahrheit und wir unsere.  
Seien wir mal ehrlich: So ganz  
recht hat meist keiner.

*Meine Frau sagt, die Kanne  
sei rot, dabei ist sie grün!*

[www.frank-hildebrandt.com](http://www.frank-hildebrandt.com)





# Grundlagen gelingender Kommunikation

- Nicht über die „Wahrheit“ diskutieren
- Nicht auf Defizite hinweisen
- Wichtig: Das geht ohne zu lügen!
- Sich in die Gefühlswelt, in die „Realität“ des Menschen mit Demenz hineinversetzen



Grafik: Pixabay

## Exkurs: die integrative Validation nach Richards ®

- Validation: Das Verhalten von Menschen mit Demenz als für sie gültig zu akzeptieren („zu validieren“)
- Da der Mensch mit Demenz uns nicht auf der Ebene unserer Wirklichkeit begegnen kann, müssen wir die Brücke schlagen zu seiner Wirklichkeit
- Beim Gang über die Brücke erkennen, welches Gefühl hinter dem Verhalten des Menschen mit Demenz steht

# Tipps für Umgang und Kommunikation

- Überprüfen, ob Hör- und Sehhilfen angepasst sind
- Visuell denken, Mimik und Körpersprache einsetzen und beim Gegenüber beachten
- Ruhig, langsam und freundlich sprechen
- Vertraute Begriffe, Redewendungen etc. verwenden
- Sätze ggfs. mehrfach wiederholen
- Keine verkindlichte Sprache verwenden
- Sich beim Sprechen zeigen, nicht von hinten anreden
- Nicht mehrere Botschaften gleichzeitig vermitteln

# Tipps für Umgang und Kommunikation

- Konkrete Sachverhalte ansprechen, Konjunktive vermeiden
- Fehlender Wörter/Interpretationsvorschläge anbieten
- „Warum“ vermeiden, stattdessen: „wer, was, wann...“
- Fragen stellen, auf die mit „ja“ oder „nein“ geantwortet werden kann, offene Fragen vermeiden
- Bildhaft sprechen, den Alltag beschreiben
- Die drei As für den Gesprächsbeginn: **A**nsprechen, **A**nsehen, **A**tmen
- „mit der Seele hören anstatt mit den Ohren“

# Tipps für Umgang und Kommunikation

## Holen Sie sich Hilfe!

- zu Hause: Aufgabenteilung innerhalb der Familie, Nachbarn, Freunde, amb. Betreuungs- und Pflegedienste, hauswirtschaftliche Hilfe
- außer Haus: Betreuungsgruppe, Tagespflege, Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege
- Information und Beratung: Beratungsgespräche, Hausarzt, Gedächtnissprechstunde, Literatur
- Emotionale Unterstützung: Austausch bei Angehörigengruppen

# Grundlagen gelingender Kommunikation



# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit



Maren Ewald  
Leitung  
StattHaus Offenbach  
Hans und Ilse Breuer-Stiftung

-----  
Geleitsstraße 94  
63067 Offenbach  
Tel 069/2030 5546  
Fax 069/509528 3368  
E-Mail [m.ewald@breuerstiftung.de](mailto:m.ewald@breuerstiftung.de)  
Homepage [www.breuerstiftung.de](http://www.breuerstiftung.de)

