

Netzwerk



RATGEBER DEMENTZ

für die Stadt Trier und
den Landkreis Trier-Saarburg



www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de

In einem gemeinsamen Projekt des Netzwerks Demenz Trier/Saarburg mit der Berufsbildenden Schule für Gestaltung und Technik Trier entwarfen Schülerinnen und Schüler einer 12. Klasse im Leistungskurs Gestaltungs- und Medientechnik kreative Plakate zum Thema Demenz, die im Anschluss prämiert wurden.

Ziel des Netzwerks Demenz Trier/Saarburg war es, mit Hilfe dieser Plakate der „etwas besonderen Art“ die Öffentlichkeit für die Thematik der an Demenz erkrankten Menschen und ihrer Angehörigen zu sensibilisieren.

Sie finden die Plakate in dieser Broschüre und nähere Informationen dazu auf Seite 71.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Netzwerk Demenz Trier/Saarburg
c/o Demenzzentrum e. V.
Engelstraße 31 | 54292 Trier

Telefon 0651 460 47 47

www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de

Redaktion:

Uschi Wihr (Pädagogische Leitung des Demenzzentrums e. V.),
Dr. rer. nat. Türkan Yurtsever
(Kordinatorin für das Netzwerk Demenz Trier/Saarburg)

Gestaltung: Büro Sarah Frank, Trier

Druck: Druckerei Ensich GmbH, Trier

2. Ausgabe | © 2026 by Netzwerk Demenz Trier/Saarburg

Alle Informationen wurden mit Sorgfalt ermittelt und überprüft. Es kann jedoch keine Gewähr übernommen werden, eine Haftung ist ausgeschlossen. Vervielfältigungen jeder Art sind nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Netzwerkes Demenz gestattet. Alle Rechte vorbehalten.

DAS NETZWERK DEMENZ TRIER/SAARBURG

Die Erkrankung Demenz stellt für das Gesundheitswesen eine der größten Herausforderungen dar. Bereits heute leben in Rheinland-Pfalz ca. 88.000 Menschen mit Demenz. Angesichts einer immer älter werdenden Gesellschaft ist zu erwarten, dass die Zahl in den nächsten Jahren noch deutlich ansteigen wird.

Das Netzwerk Demenz ist ein interdisziplinärer Zusammenschluss von Fachkräften aus dem Gesundheits- und Sozialbereich der Stadt Trier und des Landkreises Trier-Saarburg, und möchte darauf reagieren.

Mitarbeiten können alle Institutionen, Behörden, Verbände und Einzelpersonen, die sich für die Ziele des Netzwerks Demenz einsetzen. Primär wird dabei die Verbesserung der Situation der betroffenen demenzerkrankten Personen und damit einhergehend der Pflegenden und Angehörigen angestrebt.

Durch Vernetzung von Beratungs- und Hilfsangeboten sollen Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen wohnortnah und unbürokratisch entlastet werden. Durch Öffentlichkeitsarbeit soll das Thema Demenz mit all seinen Facetten stärker wahrgenommen und eine Inklusion betroffener Personen und deren Angehörigen vorangebracht werden.

Weitere Informationen und Angebote des Netzwerkes Demenz Trier/Saarburg finden Sie auf unserer Webseite:

www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de



Die Häufigkeit von Demenzerkrankung

In Deutschland leben rund 1,6 Mio.
Menschen mit Demenz.
Durchschnittlich treten täglich etwa
900 Neuerkrankungen auf.

Sofern kein Durchbruch in Prävention und Therapie gelingt, wird sich nach unterschiedlichen Vorausberechnungen der Bevölkerungsentwicklung die Krankenzahl bis zum Jahr 2050 auf 2,4 bis 2,8 Millionen erhöhen.



www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de, 0651-4604747, info@demenzzentrum-trier.de

VORWORT

Liebe Leserinnen, lieber Leser,

die Anzahl der Menschen mit Demenz nimmt ständig zu. Darüber hat die Erkrankung Demenz einen immensen Einfluss auf unsere Gesellschaft. Durch die Erkrankung sind nicht nur die Patientin oder der Patient, sondern auch das Umfeld betroffen und vor große Herausforderungen gestellt. Mittlerweile gibt es zwar medikamentöse Therapien zur Verbesserung der Symptome der Demenz, die aber bisher nur unzureichend helfen. Insofern sind Patientinnen und Patienten sowie deren Familien auf nicht-medikamentöse Therapieangebote wie Sport- und Musikgruppen und pflegerische Unterstützungsangebote dringend angewiesen. In der Stadt Trier und dem Landkreis Trier-Saarburg gibt es eine Vielzahl von sehr guten Anlaufstellen für Familien mit demenzerkrankten Menschen. Dabei reichen diese Angebote von Beratung zum Thema Demenz, Vermittlung von Hilfsangeboten bis hin zu therapeutischen Gruppen und ehrenamtlichen Helferkreisen sowie Tagespflege und stationären Pflegeeinrichtungen. Die Vielzahl von Angeboten, die in unserer Region existieren, ist dabei ungewöhnlich und zeigt, wie viele Menschen sich mit diesem wichtigen Thema beschäftigen. Leider sind diese Angebote nicht immer bekannt.

Der vorliegende Demenzratgeber soll daher die aktuellen Angebote in unserer Region vorstellen und zudem Wissenswertes zum Thema Demenz vermitteln. Ich wünsche den Leserinnen und Lesern, dass es über diese Broschüre gelingt, die richtigen Adressen zu finden, die den betroffenen Patienten und Familien weiterhelfen können.

Mit freundlichen Grüßen

Prof. Dr. med. M. Maschke

1. Vorsitzender des Demenzzentrums Trier

Was ist besonders wichtig?

Demenz geht uns alle an.
Wichtig ist, Betroffene und ihre Angehörigen nicht alleine zu lassen und sie respektvoll zu behandeln.

Dazu ist es notwendig, dass die Bevölkerung das Krankheitsbild kennt und die Krankheit enttabuisiert wird. In der Schule mit der Aufklärung zu beginnen, damit Schüler soziale Kompetenzen im Umgang mit demenzkranken Menschen entwickeln, ist ein lohnender Ansatz.



www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de, 0651-4604747, info@demenzzentrum-trier.de

GRUSSWORT DER KREISVERWALTUNG

Zu Beginn ...

...gestatten Sie mir ein paar Zeilen!

Demenz – eine der größten Herausforderungen in unserer alternden Gesellschaft, eine der Konsequenzen des demografischen Wandels. Auch im Landkreis und der Stadt Trier wird dieses Thema weiter an Fahrt aufnehmen, da die Zahl der Betroffenen steigt. Dazu gehören die erkrankten Menschen selbst wie auch all die, die sich um sie kümmern – Familienmitglieder, Freunde und diejenigen, die sich in diesem Bereich haupt- oder auch ehrenamtlich einbringen. Für sie alle ist es zunächst wichtig zu erfahren, dass sie nicht alleine sind. Der Demenzratgeber kann dabei viel bewirken. Denn er informiert über die vielfältigen Angebote, sensibilisiert, klärt auf und – ganz wichtig – trägt dazu bei, das Thema aus der Tabuzone herauszuholen. Mein Dank gilt denen, die diesen Ratgeber gemeinsam entwickelt haben. Entstanden ist eine Broschüre, die Mut machen kann.

Demenz erkrankte zu versorgen und ihre gesellschaftliche Teilhabe zu sichern, stellt unser Gesundheits- und Sozialwesen vor große Aufgaben. Und da sind auch die Kommunen gefordert – so wie wir als Kreis. Unser Ziel für die Zukunft ist, dass auch im Landkreis in der Fläche möglichst wohnortnah bedarfsgerechte Angebote zur Verfügung stehen. Und gerade hier arbeitet das Netzwerk Demenz vorbildlich – unter anderem mit zahlreichen Kooperationspartnern, zu denen auch der Landkreis gehört. Das Demenzzentrum Trier hat die Koordinationsaufgabe für das Netzwerk Demenz übernommen. Viele regionale Akteure bringen sich ein – wir schätzen Ihr Engagement sehr!

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg für Ihre jeweilige Aufgabe und dem Ratgeber eine große Resonanz – im Sinne derer, die erkrankt sind sowie derjenigen, die ihnen Hilfe und Schutz geben. Ihnen – den Nutzerinnen und Nutzern der Broschüre – die besten Wünsche! Der Ratgeber wird Ihnen Wege aufzeigen, wie Sie in Ihrer individuellen Situation die so wichtige Begleitung und Unterstützung erfahren können.

Herzliche Grüße an Sie alle

Ihr Stefan Metzdorf

Landrat des Kreises Trier-Saarburg

Entwicklung der Krankenzahlen

Die Zahl der über 65-Jährigen in
Deutschland hat sich im Verlauf
der letzten Jahre vervielfacht.

In den nächsten Jahrzehnten wird nach Vorausschätzungen die Anzahl über der über 65-Jährigen um fünf bis sechs Millionen Menschen steigen und aufgrund der wachsenden Lebenserwartungen zu einer überproportionalen Zunahme der Höchstbetagten kommen.



www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de

GRUSSWORT DER STADTVERWALTUNG

Liebe Leserinnen und Leser,

Demenz ist eine Erkrankung, die viele Menschen ganz unmittelbar betrifft – in der eigenen Familie, im Freundeskreis oder in der Partnerschaft. Mit der Diagnose verändert sich vieles. Vertrautes geht verloren, neue Fragen und Unsicherheiten entstehen und der Alltag wird oft zur Herausforderung.

Gerade in dieser Situation ist es wichtig zu wissen: Niemand muss diesen Weg allein gehen. Es gibt Ansprechpartner und Einrichtungen, die zuhören, beraten, unterstützen und Verständnis zeigen.

Mit dem Netzwerk Demenz Trier/Saarburg gibt es in unserer Region ein starkes Netzwerk, das sich für die Belange von Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen einsetzt. Die vielfältigen Angebote informieren, sensibilisieren und geben konkrete Hilfe im Alltag.

Der vorliegende Demenzratgeber ist Teil dieser Unterstützung. Er bietet verständliche Informationen, praktische Tipps sowie wichtige Kontaktdaten und möchte Orientierung und Mut geben.

Ich bin dankbar für das große Engagement vor Ort. Mein herzlicher Dank gilt allen Mitgliedern des Netzwerks, insbesondere den Mitwirkenden an diesem Ratgeber. Ich wünsche mir, dass er viele Menschen erreicht und ihnen zeigt, dass sie auf ihrem Weg mit Demenz nicht allein sind.

Ihre
Britta Weizenegger
Bürgermeisterin der Stadt Trier



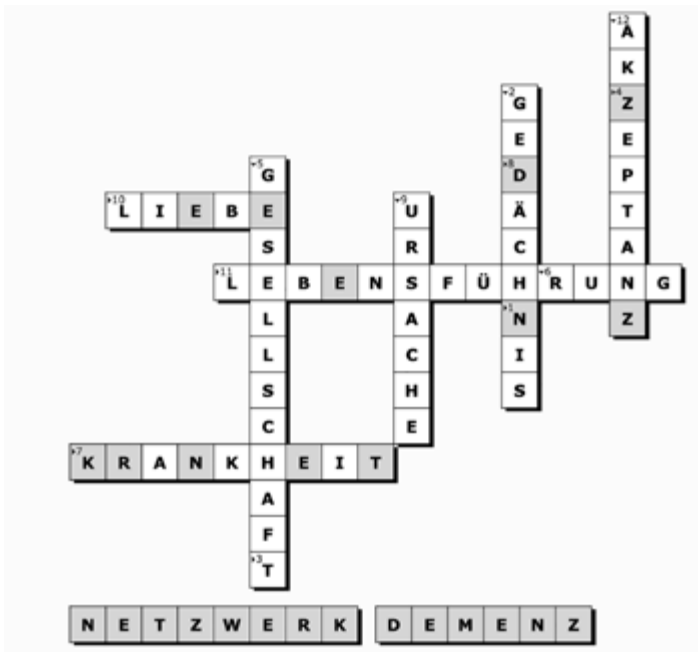
INHALTSVERZEICHNIS

Das Netzwerk Demenz Trier/Saarburg	3
Vorwort	5
Grußwort der Kreisverwaltung	7
Grußwort der Stadtverwaltung	9
1 Demenz	13
1.1 Was ist eine Demenz?	14
1.2 Demenzerkrankungen	14
1.3 Wie sieht der Krankheitsverlauf einer Demenz aus?	14
1.4 Wie erkenne ich, ob es eine Demenz ist?	15
1.5 Diagnoseverfahren	16
1.6 Nach der Diagnose	16
2 Zuhause leben mit Demenz	19
2.1 Was können Angehörige für Menschen mit Demenz tun?	20
2.2 Schlüssel zum Verstehen von Demenz	22
2.3 Die Kommunikation mit Menschen mit Demenz	24
2.4 Besondere Verhaltensweisen von Menschen mit Demenz	27
2.5 Teilhabe am täglichen Leben	29
3 Einflussnahme auf den Verlauf einer Demenz und Prävention	31
3.1 Ernährung	32
3.2 Gedächtnistraining	32
3.3 Musik	33
3.4 Sport	34
4 Unterstützung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen	37
4.1 Information und Beratung	38
Spezifische Beratungsstellen bei Demenz	38
Pflegestützpunkte	38
Gemeindeschwester plus	39
Kliniken	40
Krankenhaussozial- und Überleitungsdienste	41
Gerontologische Beratungsstelle	41
Sozialämter	41

Gesundheitsamt	42
Barrierefrei Bauen und Wohnen	42
4.2 Ambulante Hilfen	43
Pflegedienste	43
Hauswirtschaftliche Hilfen und Betreuungsdienste für zu Hause	45
Entlastungsangebote durch tage- u. stundenweise Betreuungsgruppen	45
Angehörigengruppen	46
Pflegekurse	47
Schulungen zum Themenkomplex Demenz	47
Ambulanter Menüservice	47
Hausnotruf	48
Technische Hilfsmittel	48
4.3 Teilstationäre Versorgung und alternative Wohnformen	48
Tagespflegeeinrichtungen	48
Ambulant betreute Wohngemeinschaften	49
Kurzzeitpflege	50
4.4 Vollstationäre Versorgung	50
Rehabilitation	53
5 Finanzielle Unterstützung	55
5.1 Leistungen der Pflegeversicherung	56
5.2 Leistungen der Krankenkasse	58
5.3 Leistungen der Sozialhilfe	58
5.4 Schwerbehindertenausweis	58
5.5 Ansprüche berufstätiger pflegender Angehöriger	59
6 Rechtliche Fragen	61
7 Weiterführende Informationen	69
7.1 Literatortipps zum Thema Demenz besser verstehen	70
7.2 Beschäftigungsideen und Spiele für Menschen mit Demenz	70
7.3 Suchmaschinen	70
8 Information über die Plakate	71

Netzwerk Demenz

Für mehr Akzeptanz Demenzkranker in der Gesellschaft.



www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de



1.

DEMENZ

von Prof. Dr. med. Matthias Maschke

m.maschke@bbtgruppe.de

Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier

Neurologie, Neurophysiologie u. neurologische Frührehabilitation

1.1 WAS IST EINE DEMENZ?

Eine Demenz ist eine Störung der Hirnfunktion als Folge einer meist chronischen oder fortschreitenden Krankheit des Gehirns. Dabei kommt es zu einer Beeinträchtigung vieler höherer Funktionen des Gehirns, einschließlich Gedächtnis, Denken, Orientierung, Auffassung, Rechnen, Lernfähigkeit, Sprache und Urteilsvermögen. Diese kognitiven Beeinträchtigungen werden nicht selten von Veränderungen der emotionalen Kontrolle, des Sozialverhaltens oder der Motivation begleitet. Diese Verhaltensänderungen treten bei bestimmten Formen häufiger auf. Anhand dieser Definition wird deutlich, dass es sich bei einer Demenz - in Abgrenzung zum Delir - nicht um eine Erkrankung handelt, bei der das Bewusstsein getrübt ist, sondern das Denkvermögen und andere kognitive Funktionen. Zudem müssen die Defizite über wenigstens 6 Monate bestehen. Es sollte sich auch kein Beleg für eine andere psychische Ursache (wie z. B. eine Depression) der aufgetretenen Störung finden lassen.

1.2 DEMENZERKRANKUNGEN

Demenzen treten in sehr unterschiedlichen Formen (> 50 unterschiedliche Demenzen) in Erscheinung, daher ist es nicht möglich von „der Demenz“ zu sprechen. Dabei ist die Alzheimer-Krankheit mit rund zwei Drittel aller Fälle die häufigste Demenzform. Bei der Alzheimer-Erkrankung kommt es zur Ablagerung von zwei verschiedenen Proteinen: Beta-Amyloid und Tau-Protein. Letztlich ist jedoch die genaue Entstehung der Erkrankung, so weiß man heute, viel komplizierter. Die zweithäufigste Form ist die vaskuläre Demenz, die durch Gefäßveränderungen im Gehirn und Schlaganfälle ausgelöst wird.

1.3 WIE SIEHT DER KRANKHEITSVERLAUF EINER DEMENZ AUS?

Erste Veränderungen im Gehirn können schon viele Jahre vor den ersten Demenz-Symptomen auftreten. Ein so genanntes mildes kognitives Defizit ist häufig Vorbote einer Demenz. Dabei sind Gedächtnisstörungen vorhanden, die aber noch nicht alltagsrelevant sind. Die häufigste Form der Demenz, die Alzheimer-Krankheit kann einen Krankheitsverlauf von über 10 - 15 Jahren aufweisen. Bei den meisten Betroffenen verschlechtert sich der Zustand zumeist langsam

fortschreitend. Es kann aber auch vorkommen, dass die Demenz, insbesondere die vaskuläre Demenz, scheinbar akut beginnt oder einen wechselhaften Verlauf mit Verschlechterungen und Verbesserungen nimmt.

In der frühen Phase einer Demenz treten zunächst Störungen im Kurzzeitgedächtnis und der Merkfähigkeit auf. Patienten können sich Informationen nicht mehr so gut merken, haben Schwierigkeiten, Gesprächen zu folgen oder verlegen Gegenstände. Es kann passieren, dass sie nicht die richtigen Worte finden. Zudem kann die räumliche und zeitliche Orientierung gestört sein. Einfache Alltagsaufgaben wie Einkaufen, Wäsche aufhängen oder Essen kochen sind noch allein zu bewältigen. Diese Störungen nehmen dann individuell sehr unterschiedlich über die Zeit zu, so dass immer mehr alltagsbeeinträchtigende Funktionsstörungen auftreten. In späten Stadien kommen dann auch neurologische Ausfallserscheinungen wie eine ausgeprägte Sprachstörung (Aphasie), Störungen des Handelns (Apraxie) und Probleme mit der Beweglichkeit und der Motorik hinzu.

1.4 WIE ERKENNE ICH, OB ES EINE DEMENZ IST?

Bei einer Demenz sind die Störungen nicht nur vorübergehend, sondern dauerhaft und progredient. Die Symptome greifen in den Alltag ein. Es passieren sehr unübliche Ereignisse, wie z. B., dass das Handy an ungewöhnlichen Stellen wiedergefunden wird (z. B. im Kühlschrank) oder ein altbekannter Weg nicht mehr vertraut vorkommt und sich die Person mit Demenz auf diesem verläuft. Die Gedächtnisstörungen betreffen nicht nur das Namensgedächtnis, sondern auch Ereignisse, die kurz zurückliegen, wie z. B. Ausflüge am vergangenen Wochenende. Technische Geräte wie auch das Auto können nicht mehr fehlerfrei benutzt werden.

Soll ich zum Arzt gehen?

Gerade zu Beginn der Erkrankung sollte ein Arzt oder eine Ärztin aufgesucht werden. In der Regel stellt man sich zunächst bei der hausärztlichen Stelle vor. Es gilt dabei, behandelbare Erkrankungen auszuschließen und Medikamente abzusetzen, die das Gedächtnis beeinträchtigen können. Zudem sollte jeder Mensch mit einer Demenz eine konkrete Diagnose haben und über diese zusammen mit seinen Angehörigen aufgeklärt sein. Den Begriff der Altersdemenz gibt es nicht mehr, so dass auch ältere oder hochbetagte Menschen eine genaue Abklärung erhalten sollten.

1.5 DIAGNOSEVERFAHREN

Die Diagnose wird mit folgenden Verfahren gestellt:

- a) Anamnese (Gibt es Eltern, die eine Demenz hatten? Welche Medikamente werden eingenommen?)
- b) Körperliche Untersuchung
(Hinweise auf Parkinsonsymptome oder internistische Erkrankungen)
- c) Kognitive Tests (Mini-Mental-State Test, Demtect, MoCA (Montreal Cognitive Assessment), CERAD, Uhrentest) oder genauere neuropsychologische Testung zum Nachweis und Quantifizierung der kognitiven Störungen
- d) Laboruntersuchungen (Schilddrüsenwerte, Vitamine wie Vitamin B12 oder Folsäure, Leber- und Nierenwerte etc.)
- e) Bildgebende Untersuchungen (Computertomographie/Kernspintomographie zum Ausschluss von Hirntumoren, zum Nachweis von gefäßbedingten Veränderungen; Positronen-Emissions-Tomographie)
- f) Untersuchungen des Nervenwassers (Liquorpunktion, zum Nachweis von typischen Alzheimer-Proteinen wie Tau-Protein oder β -Amyloid)

1.6 NACH DER DIAGNOSE

Nach der Diagnose einer Demenz kann je nach Form der Demenz eine medikamentöse Therapie begonnen werden. Zur Behandlung der Alzheimer Demenz stehen zentrale Acetylcholinesterase-Inhibitoren wie Donepezil, Rivastigmin oder Galantamin zur Verfügung. Sie erhöhen den Überträgerstoff Acetylcholin im Gehirn, der für Merkfähigkeit und Gedächtnis sehr wichtig ist. Im fortgeschrittenen Stadium der Alzheimer Demenz kommt zudem Memantine in Frage. Diese Medikamente verhindern nicht die Progression der Erkrankung, aber deren Symptome. Teilweise kommen auch Medikamente zur Förderung der Stimmung (Antidepressiva) zum Einsatz, ebenso sind manchmal beruhigende Medikamente wie Melperon notwendig. Nicht-medikamentöse Therapien sind im Minimum genauso wichtig wie medikamentöse Therapien, so dass dahingehend über die unterschiedlichen Möglichkeiten eine Beratung stattfinden sollte. Menschen mit Demenz sollten zudem regelmäßig fachärztlich im Verlauf beurteilt werden.



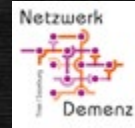
HELFEN.

Helfen Sie, Erinnerungen aufrechtzuerhalten.



Mehr unter:

www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de



DAS HERZ WIRD NICHT DEMENT

www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de

2.

ZUHAUSE LEBEN MIT DEMENZ

von Demenzzentrum e. V., Trier
info@demenzzentrum-trier.de

2.1 WAS KÖNNEN ANGEHÖRIGE FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ TUN?

AN DEMENZ ERKRANKTE MENSCHEN SIND AUF DIE HILFE IHRER ANGEHÖRIGEN ANGEWIESEN.

Zwei Drittel aller Menschen mit Demenz werden von ihren Angehörigen in der eigenen Häuslichkeit versorgt. Die Diagnose stellt die Familien vor große Herausforderungen. Kenntnisse über die Erkrankung sind unerlässlich, um die Krankheitssymptome und das veränderte Verhalten der Betroffenen zu verstehen. Es ist wichtig, sich in die Welt der Betroffenen hineinzusetzen und folgende Aspekte zu beachten.

» Fördern und fördern/Selbständigkeit erhalten

Wichtig ist es, Betroffene in der Bewältigung des Alltags zu unterstützen, aber nicht alles zu übernehmen. Vorhandene Fähigkeiten sollten so lange wie möglich bewahrt und das Wohlbefinden damit gefördert werden. Hilfsmittel und Gedächtnisstützen, wie Einkaufszettel oder Schilder an Toilette, Schlafzimmer und Küche, gut ablesbare Uhren und Kalender können eine gewisse Zeit helfen, die Selbständigkeit aufrecht zu erhalten.

» Eindeutige und einfache Kommunikation / positive Formulierung

Siehe Kapitel 2.3

» Bewegung / Aktivierung

Betroffene sollten aktiviert werden, um den Verlauf der Erkrankung zu verzögern und das Höchstmaß an Selbständigkeit möglichst lange zu bewahren. Hierzu bietet sich die Aktivierung zu Hause oder in speziell für diese Menschen ausgerichteten Aktivierungsgruppen, die zudem eine die Angehörigen entlastende Funktion haben, an.

Erfolgversprechend sind meist Aktivitäten, die sich an der Biografie der Betroffenen orientieren und Unter- als auch Überforderung vermeiden. Außerdem ist alles hilfreich, was dazu beiträgt, positive Assoziationen zu wecken und das Selbstwertgefühl zu steigern. Die Lebensqualität und der Selbstwert können verbessert werden, wenn Möglichkeiten für eine sinnvolle Tagesgestaltung gefunden werden. Einige Beispiele:

- > körperliche Aktivierung (Übungen, Sitztanz, Spaziergänge...)
- > Wecken von Erinnerungen durch Musik oder biografisches Arbeiten (Singen vertrauter Lieder, Tanzen, gemeinsames Musizieren, Betrachten von Fotoalben, Erinnerung an vergangene Ereignisse wiederbeleben)

- > einfache Rätselaufgaben
- > vereinfachte Gesellschaftsspiele
- > Ausflüge
- > Sinneswahrnehmungen
- > Wiederholen bekannter und beliebter Tätigkeiten
(Gartenarbeiten, hauswirtschaftliche Tätigkeiten u. a.)

» Soziale Kontakte fördern / Offenheit gegenüber Freunden und Bekannten

Angehörige sollten in ihrem Umfeld offen mit der Erkrankung umgehen und Bekannte und Freunde involvieren. Dies erleichtert den Kontakt und den Umgang für alle Beteiligten. Aktivitäten zusammen mit anderen haben eine positive Wirkung auf die emotionale Stimmung der Betroffenen und auf den Krankheitsverlauf.

» Routine und Sicherheit

Das Zeitgefühl geht Menschen mit Demenz nach und nach verloren. Um sie nicht zu überfordern und die nötige Sicherheit und Orientierung zu vermitteln, ist die Einhaltung einer gewissen Routine und wiederkehrender Gewohnheiten im Alltag von großem Nutzen. Dies bezieht sich auf die Einhaltung von möglichst konstanten Zeiten zur Einnahme der Mahlzeiten, Schlafenszeiten und alltäglicher Aktivitäten wie Einkauf, Spaziergänge etc.

» Wohnumfeld anpassen / Orientierungshilfen bieten

Die Wohnumgebung sollte eine gewisse Sicherheit gewährleisten, so dass sich Betroffene möglichst frei bewegen können. Hierzu gehören die Beseitigung von Stolperfallen, Einsatz von Sicherungssystemen z. B. für den Herd, Wegschließen von gefährlichen Substanzen, Kennzeichnen der Räumlichkeiten durch Bilder, das Anbringen von Etiketten mit den Kontaktdaten in der Kleidung oder als Anhänger, evtl. den Einsatz eines Personenortungsgeräts.

» Ausgewogene Ernährung und ausreichend Flüssigkeit (s. Kapitel 3.1)

» Körperpflege, Toilette und Ankleiden

Ab einem gewissen Zeitpunkt benötigen Menschen mit Demenz häufig auch Unterstützung bei der Körperpflege. Angehörige sollten sich nicht scheuen, die Hilfe eines Pflegedienstes in Anspruch zu nehmen. Es dient der Entlastung der Angehörigen und trägt zu einer entspannteren Beziehung bei. Beim Ankleiden sollten Betroffene möglichst auch in Entscheidungen einbezogen und als Hilfestellung die Kleidungsstücke in der richtigen Reihenfolge bereitgelegt werden.

» Finanzielle Unterstützung beantragen

Mit dem Fortschreiten der Erkrankung nehmen die zahlreichen Anforderungen

in der Pflege und Betreuung zu. Die Beantragung eines Pflegegrads kann auch ohne Diagnosestellung durch einen Facharzt erfolgen. Mit Hilfe der Mittel aus der Pflegeversicherung können u. a. Unterstützungsangebote sowie andere Hilfen finanziert werden.

» Weitere Unterstützungsangebote

Frühzeitig sollten auch weitere Unterstützungsangebote in Anspruch genommen werden: Physiotherapie, Ergotherapie, Besuchsdienste, Haushaltsdienste oder ambulante Pflegedienste, welche u. a. medizinische Behandlungspflege leisten und auch z. B. Hilfe bei der Medikamentenvergabe.

Wichtig: Unterstützung für Angehörige

Personen mit Demenz zu pflegen wirkt sich auf die ganze Familie aus. Gerade Demenz mit ihren typischen Auswirkungen auf die geistigen und teilweise auch körperlichen Fähigkeiten der Betroffenen kann für pflegende Angehörige sehr belastend sein. Wichtig ist, dass auch sie sich frühzeitig Hilfe holen und sich Auszeiten genehmigen. Hier stehen Pflegestützpunkte (Compass private Pflegeberatung bei Privatversicherten), Selbsthilfegruppen oder Demenz-Fachstellen wie das Demenzzentrum in Trier zur Beratung zur Verfügung. Auch ein mobiler Pflegedienst kann gegebenenfalls unterstützen und entlasten. Informationen zu Hilfestellungen bei der Versorgung erteilt auch die Pflegekasse.

2.2 SCHLÜSSEL ZUM VERSTEHEN VON DEMENZ

Kernsymptome der Demenz sind Vergesslichkeit und Desorientiertheit. Der Verlust der Orientierungsfähigkeit, sowohl zeitlich als auch räumlich, und der Verlust des vorausschauenden Denkens und Planens beeinträchtigen das Verhalten im Alltag. Gewohnte Tätigkeiten wie Kuchen backen, Kaffee kochen, Auto fahren und die damit einhergehenden erforderlichen Handlungsschritte können nicht mehr umgesetzt werden. Es fällt den Menschen immer schwerer, Entscheidungen zu treffen oder Probleme zu lösen, da die auf sie einströmenden Informationen nicht mehr richtig verarbeitet und eingeordnet werden können.

Logische Erklärungen können nicht mehr verstanden werden, da das schwindende Gedächtnis z. B. die Erinnerung an den Tod der Mutter nicht mehr zulässt. Dies führt bei Betroffenen zu einem Wechselbad an Gefühlen: Verzweiflung, Angst, Unsicherheit aber auch zu Aggressionen oder Depressionen. Bestehen bleibt die Fähigkeit, Gefühle und Stimmungen anderer wahrzunehmen.

Auch für Angehörige ist es nicht leicht, mit diesem anfangs schleichenden Prozess umzugehen. Verhaltensweisen wie Schreien, stetiges Rufen, Weglaufen oder aggressives Verhalten von Menschen mit Demenz stellen Angehörige grundsätzlich vor große Herausforderungen.

Eine Demenz geht also weit über den Verlust der geistigen Fähigkeiten hinaus. Sie beeinträchtigt die Wahrnehmungen, das Verhalten und Erleben der erkrankten Person, das gesamte Sein des Menschen. In der Welt, in der sie leben, besitzen die Dinge und Ereignisse oft eine völlig andere Bedeutung als in der Welt der Angehörigen. Die Betroffenen vereinsamen innerlich, da ihnen kaum jemand in ihrem Erleben der Welt mehr zu folgen vermag.

Deshalb ist es für Angehörige demenzerkrankter Menschen sehr bedeutsam, sich früh Hilfe bei einem Fachzentrum zu holen. Gespräche mit außenstehenden Fachkräften helfen, Situationen anders zu verstehen und sich in das Erleben der Betroffenen hineinversetzen zu können.

Verständnisverlust - Tipps für Angehörige

- » Versuchen Sie nicht, die Person mit Demenz mithilfe logischer Argumente von Ihrer Sicht der Dinge zu überzeugen.
- » Gehen Sie Streitereien oder Diskussionen aus dem Weg. Unverbindlich bleiben hilft hier, sie können z. B. Sätze verwenden wie „Ach wirklich?!“. Lenken Sie die betroffene Person ab.
- » Erwarten Sie nicht, dass die Person mit Demenz fähig ist, ihre Handlungen zu erklären.
- » Suchen Sie selbst nach Ursachen, wenn die Person mit Demenz scheinbar grundlos beunruhigt oder verängstigt ist.

Umgang mit Gefühlen - Tipps für Angehörige

- » Versuchen Sie, auf der Gefühlsebene zu beruhigen, etwa durch Argumente wie: „Ich verstehe, dass du traurig bist, aber ich bin hier und bin für dich da“.
- » Bei Angst- und Furchtreaktionen kann Körperkontakt helfen.
- » Akzeptieren Sie Leugnungen der Person mit Demenz, sie erinnert Vorkommnisse tatsächlich nicht mehr.
- » Vermeiden Sie, soweit möglich, alles, was negative Gefühle bei der Person mit Demenz auslösen könnte.
- » Ermutigen und loben Sie die betroffene Person so oft wie möglich.
- » Beziehen Sie starke Gefühlsschwankungen nicht auf sich.

2.3 DIE KOMMUNIKATION MIT MENSCHEN MIT DEMENZ

Die Kommunikation mit Menschen mit Demenz wird aufgrund der Erkrankung von den betreuenden Personen oft als sehr belastend erlebt. Kognitive Fähigkeiten nehmen ab. Zudem verschlechtert sich im Alter bei vielen Menschen auch das Hör- und Sehvermögen.

Daher ist nicht nur die inhaltliche Botschaft der Sprache bedeutsam, vielmehr werden alle anderen Aspekte der Kommunikation (nonverbale Kommunikation, Körpersprache) immer wichtiger. Wenn die Sprachfähigkeit und das Sprachverständnis nachlassen sowie Wortfindungsstörungen auftreten, können Bedürfnisse immer weniger geäußert werden und ein Austausch kaum noch stattfinden. Dann wird einfühlsame Kommunikation erforderlich, gekennzeichnet durch aktives Zuhören und Empathie.

Angehörige müssen sich in die Situation des Menschen mit Demenz hineinversetzen und akzeptieren, dass die Welt der Betroffenen eine andere als die eigene ist.

Beispiel:

Eine an Demenz erkrankte 80-jährige Dame, Teilnehmerin einer Betreuungsgruppe, möchte kurz vor dem Mittagessen nach Hause, da sie für ihre Kinder kochen möchte. Konfrontiert man diese Dame mit der Realität, nämlich dass sie längst Enkel und Urenkel habe und zu Hause niemand auf sie warte, reagiert sie entweder aggressiv, da sie in ihrer Welt nicht verstanden wird, oder aber sie zieht sich depressiv zurück. Hilfreicher ist es, sich in die Gefühle der Person hineinzusetzen. Wenn die Biografie bekannt ist, dann kann man spiegeln, dass man versteht, wie es der Person im Moment gehen muss. So hat sie vielleicht Sorge, dass ihre drei Kinder mittags nicht betreut sind. Hilfreich wäre es, dies zu sagen und gleichzeitig eine mögliche Lösung aufzuzeigen: z. B. dass sie die Kinder gut erzogen habe, diese deshalb sicher zurechtkommen im Leben. Und dass sie als Mutter immer sehr pflichtbewusst war und Haus und Hof sehr gut versorgt habe. So wird ihre Rolle als fürsorgliche Mutter in den Fokus gerückt. Alternativ könnte man auch versuchen, sie durch einen Ortswechsel, z. B. ein Mitnehmen in die Küche, abzulenken, ihr dort eine Aufgabe zu geben, um sie von ihrem Vorhaben nach Hause zu gehen, abzulenken.

Verbale Kommunikation - Tipps für Angehörige

Wenn Angehörige, Pflege- und Betreuungspersonen einfache Prinzipien in der Kommunikation mit Betroffenen beachten, trägt dies wesentlich zu einem besseren gegenseitigen Verständnis bei.

- » Betreuungspersonen sollten sich ihren eigenen Kommunikationsstil bewusst machen und auf diesen achten.
- » Langsam und deutlich sprechen und die betreffende Person im Zuge des Gesprächs beim Namen nennen, hilft.
- » Inhalte vereinfachen: Mit zunehmendem Schweregrad der Krankheit müssen die Inhalte der Kommunikation vereinfacht werden, damit die Botschaft für die Person mit Demenz verständlich ist. Eventuell kann das Gesagte wiederholt und dabei umformuliert werden. Dies vermittelt Sicherheit und Vertrauen. Zudem sollte ein Satz nur eine Botschaft enthalten.
- » Vorsicht mit Kritik/keine Diskussionen: Eine Person mit Demenz kann unter Umständen nicht verstehen, warum sie bei einem Gespräch korrigiert wird. Eine Diskussion oder ein Streitgespräch mit der Person mit Demenz zu beginnen, ist oft nicht zielführend. Zu bedenken ist zudem, dass sie sehr intensiv fühlt, auch wenn sie sich nicht mehr so gut ausdrücken kann. Es gilt auch, die Emotionen wahrzunehmen und diese direkt und wertschätzend zu benennen.
- » Wichtig sind positive Formulierungen und Wertschätzung von Handlungen, die aus der Sicht der betroffenen Person gut gelungen sind.
- » Für Personen mit Demenz kann es schwierig sein, offene Fragen zu beantworten, da diese zu komplexe Anforderungen an die Person stellen. So sollten etwa Fragen gestellt werden, die mit „Ja“ und „Nein“ zu beantworten sind, sowie genügend Zeit für eine Antwort möglich sein.
- » Kindliche Sprache sollte vermieden werden. Handlungen wie Toilettengang, Kleidung anziehen oder Zähne putzen sollten vorab verbal angekündigt und einzelne Schritte auch verbal begleitet werden. Oft ist es hilfreich Handlungen, die auf Widerstand stoßen, später erneut anzugehen.
- » Geeignete Gesprächsthemen finden: Sinnvoll ist es, einfache Themen des Alltags (z. B. das Wetter) zu wählen und mit den Betroffenen über die eigene Vergangenheit zu sprechen (Biografie-Arbeit). Das Thematisieren bestimmter positiver Aktivitäten und Ereignisse aus der Vergangenheit hilft den Betroffenen, diese positive Energie wieder zu spüren.
- » Anschuldigungen und Vorwürfe vonseiten der Betroffenen sollten nicht persönlich genommen werden und nicht für Ärger sorgen – auch wenn es mitunter schwerfällt. Meist ist dies Ausdruck von Hilflosigkeit und Frustration und richten sich nicht gegen die Angehörigen persönlich. Hilfreich ist, kurz abzuwarten

und dann über ein anderes Thema zu sprechen. Bei Themen, die Ihnen persönlich sehr nahe gehen, ist es dennoch wichtig Ihre eigenen Gefühle anzusprechen und auch einmal „Stopp“ zu sagen.

- » Zeit lassen, entspannen und eine ruhige Atmosphäre schaffen: Manchmal hilft es, nach einer schwierigen Situation aus dem Zimmer zu gehen, tief durchzuatmen und – wenn man sich beruhigt hat – nach einigen Minuten wiederzukommen. Die Situation entspannt sich dann meist wieder von selbst.
- » Humor wirkt entspannend. Lachen ist eine Sprache, die ein Mensch mit Demenz noch sehr lange versteht. Eine gute Art mit Menschen mit Demenz umzugehen ist eine nicht allzu ernste, spielerische Herangehensweise.
- » Auf sich selbst als angehörige Person achten: Nur wer gut für sich selbst sorgt und auf seine Bedürfnisse achtet, kann auch für andere längerfristig sorgen.

Nonverbale Kommunikation - Tipps für Angehörige

- » Nonverbale Signale beachten: Antworten können auch in nonverbalen Signalen oder in der Körpersprache stecken. Durch entsprechende Mimik und Gestik wird die Botschaft durch das gesprochene Wort besser verstanden.
- » Durch ein sich auf Augenhöhe begeben und Blickkontakt aufnehmen zeigt man dem Gegenüber Respekt und Wertschätzung. Eine entgegengestreckte Hand wird als willkommen heißende Geste verstanden.
- » Empathisches und aktives Zuhören zeigen, dass die betreuende Person echtes Interesse am Gegenüber hat.
- » Wichtig ist, die Gefühle und Bedürfnisse einer Person mit Demenz zu erkennen, aber auch abzuklären, ob man ihre Zeichen und Botschaften richtig verstanden hat. Bei unklaren Aussagen sollte versucht werden, die Gefühle zu erspüren und zu thematisieren. Ein Beispiel könnte sein, dass die Person mit Demenz behauptet, die Enkel kämen nie, obwohl sie fast täglich da sind. Die hinter dieser Aussage verborgenen Gefühle wie Sehnsucht und Verlassenheit sollten thematisiert werden.
- » Körperliche Nähe ist ein wichtiges Element der nonverbalen Kommunikation. Sie sollte stets angemessen sein und mit deutlich positiven Reaktionen der Person mit Demenz einhergehen.

2.4 BESONDERE VERHALTENSWEISEN VON MENSCHEN MIT DEMENZ

Menschen mit Demenz zeigen für die Erkrankung typische Verhaltensweisen und -muster. Vor allem Erinnerungen an aktuelle Ereignisse gehen im Verlauf einer Demenz verloren. Nach und nach verschwinden aber auch Erinnerungen an die nahe Vergangenheit, während lange zurückliegende Ereignisse meistens noch sehr präsent sind. Angehörige müssen die Erkrankung und damit die Veränderung der Betroffenen akzeptieren und lernen, damit umzugehen.

» Wiederholtes Fragen

Der Verlust von Gedächtnis und Erinnerungsvermögen führt dazu, dass die Betroffenen immer wieder die gleichen Fragen stellen oder Handlungen wiederholen. Wichtig ist es, gelassen zu bleiben und wenn möglich, die Fragen zu beantworten. Hilfreich ist auch, die Aufmerksamkeit auf etwas Anderes zu lenken und damit für Ablenkung zu sorgen.

» Ausgeprägter Bewegungsdrang / Unruhe

Bewegungsdrang und Unruhe sind häufig Symptome einer Demenz, wobei jeder Mensch auch ein natürliches Bedürfnis nach Bewegung hat. Bei verstärkter Unruhe sollte zunächst abgeklärt werden, ob es dafür konkrete veränderbare Ursachen gibt, wie z. B. körperliches Unwohlsein, Hunger, Durst, Harndrang, Schmerzen o. ä. Ein Ortswechsel oder die Durchführung einer konkreten Aktivierung, gemeinsames Spielen, hauswirtschaftliche Tätigkeiten wahrnehmen (z. B. Kartoffeln schälen) oder ein gemeinsamer Spaziergang können hilfreich sein.

Wichtig ist es, den Personen mit Demenz Sicherheit zu vermitteln, zu zeigen, dass sie gut aufgehoben und Sie für sie da sind.

» Wirklichkeitsfremde Überzeugungen / Sinnestäuschungen

Häufig ist die Realität von Betroffenen konträr zu der Wirklichkeit der Angehörigen. Eine Person mit Demenz behauptet etwa, dass jemand Fremdes in der Wohnung war und Dinge an bestimmte Orte gelegt hat. Dies entsteht dadurch, dass die betroffene Person nicht mehr weiß, wie diese Gegenstände eben an jenen Ort gekommen sind, das Kurzzeitgedächtnis ist ausgefallen. So kann es auch geschehen, dass andere Menschen beschuldigt werden, Dinge gestohlen zu haben: die Person mit Demenz erinnert einfach nicht mehr, dass sie selbst dieses Ding an einen ungewöhnlichen Ort gelegt hatte. Korrigieren und Richtigstellen dieser Äußerungen ist nicht zielführend. Vielmehr ist es hilfreich, die verlegten Gegenstände gemeinsam zu suchen und auf Gefühle wie Ärger, Wut oder Verzweiflung einzugehen und dadurch für Beruhigung zu sorgen.

Wichtig:

Selbst wenn es schwerfällt, sollten Anschuldigungen nicht persönlich genommen werden. Die Person mit Demenz kann sich die Situation nicht anders erklären, als eben so. Genau das ist ein Symptom der Krankheit.

Wichtig: Bei der seltenen Parkinson-Demenz kann es zu Sinnestäuschungen oder Halluzinationen kommen, wenn z. B. Tiere auf einem Baum oder im Zimmer gesehen werden, die faktisch nicht vorhanden sind. Auch hier gilt, sich in die Gefühlswelt des Betroffenen hineinzusetzen und sich je nach Situation diese Realität zu eigen machen: verscheuchen Sie die Tiere oder nehmen Sie diese einfach nur wahr.

» Aggressives Verhalten

Oft treten bei Betroffenen aggressive Verhaltensweisen auf, verbal oder körperlich.

Wichtig ist es dann herauszufinden, welche Ursachen dieses Verhalten begründen. Es könnten Missverständnisse sein oder eine Überforderung in einer konkreten Situation. Die Person mit Demenz kann dann nicht erkennen, was das Gegenüber möchte. Oft sind auch Angst und Unsicherheit die verursachenden Komponenten. So ist es dann eventuell möglich, zukünftig solchen Verhaltensweisen vorzubeugen. Auf die Gefühlsebene einzusteigen, den Ärger ernst zu nehmen und für Ablenkung zu sorgen könnte auch hier als Vorgehensweise hilfreich sein.

Erscheint die Situation bedrohlich für die eigene Sicherheit, sollten Angehörige sich entfernen, Hilfe hinzuziehen und ärztlichen Rat in Anspruch nehmen.

» Selbstbestimmungsbedürfnis

Jeder Mensch hat das Recht auf Selbstbestimmung. Bei Menschen mit Demenz lässt jedoch die Fähigkeit, selbstbestimmt zu handeln im Verlauf der Erkrankung nach. Um möglichst lange dieses Grundrecht zu erhalten, sollten Angehörige Menschen mit Demenz, soweit möglich, an Entscheidungen beteiligen. Man sollte immer abwägen, ob Handlungen, die keine Gefahr für die Betroffenen und deren Umgebung darstellen, einfach toleriert werden können.

Insgesamt gilt: beobachten und ausprobieren!

2.5 TEILHABE AM TÄGLICHEN LEBEN

Angehörige von Menschen mit Demenz stehen in ihrer Alltagsbewältigung meist vor großen Herausforderungen. Oft erfolgt ein Rückzug von Freunden, Nachbarn und Bekannten, da sie über das Krankheitsbild Demenz nicht informiert und unsicher im Umgang mit den Betroffenen sind. Den Bedürfnissen der Person mit Demenz gerecht zu werden und parallel das eigene Wohlbefinden zu stärken, ist ein großer Spagat.

Weiterhin am Leben aktiv teilzunehmen ist sowohl für die Betroffenen als auch die Angehörigen zur Steigerung der Lebensqualität und Verzögerung des Fortschreitens der Erkrankung unerlässlich. Kontakte mit anderen Menschen geben den Betroffenen das Gefühl, dazuzugehören und gebraucht zu werden. Sie erhalten durch ihr Tun Bestätigung und Anerkennung. Aber auch die Angehörigen profitieren. Es ist wichtig, negative Reaktionen in der Öffentlichkeit zu ignorieren und z. B. das Essen mit den Fingern im Restaurant nicht zu problematisieren, auch wenn dies zunächst schwerfällt. Toleranz der Mitmenschen ist gefragt. Bedeutsam ist es, die guten Momente, die das Leben auch mit solchen Herausforderungen noch bietet, nicht aus dem Blick zu verlieren. Hilfreich hierfür sind Aktivitäten, die gemeinsam für Betroffene und Angehörige angeboten werden, wie z. B. Sportgruppen, gemeinsame Wanderungen und Ausflüge, Museumsbesuche und Tanznachmittage, aber auch Selbsthilfegruppen für Angehörige.

Wichtig:

Alle Aktivitäten und zwischenmenschliche Kontakte, wie z. B. mit Freunden, Nachbarn etc., sind für beide Seiten, sowohl für Angehörige als auch für Betroffene, von hohem Stellenwert. Es gilt die Freude und den Humor nicht zu verlieren.



3.

EINFLUSSNAHME AUF DEN VERLAUF EINER DEMENZ UND PRÄVENTION

von Angela Tonner (3.1, 3.2) und Birgit Backes (3.4)

info@demenzzentrum-trier.de

Demenzzentrum e. V., Trier

von Friederike Schwemmlein (3.3),

Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen Nord, Geriatrie

3.1 ERNÄHRUNG

Einer speziellen Ernährung sagt man oft Wunderwirkungen nach, deshalb gleich vorweg: Es gibt keine Patentrezepte, mit denen man das Demenz-Risiko einfach „wegessen“ kann, es hat sich jedoch gezeigt, dass Menschen, die sich bewusst ernähren, seltener an einer Alzheimer-Demenz erkranken.

Allgemein gilt: „Was gut fürs Herz ist, ist auch gut für das Gehirn“. Das gilt natürlich auch für Menschen, die bereits an Alzheimer oder einer anderen Demenz erkrankt sind.

Essen Sie viel Obst und Gemüse, hochwertige Öle und Nüsse, Vollkornprodukte, Reis, Kartoffeln, dafür wenig rotes Fleisch und eher Fisch (in fettem Seefisch wie Lachs, Kabeljau oder Makrele, sind viele langkettige Omega-3-Fettsäuren enthalten). Trinken Sie ausreichend, empfohlen werden zwei bis drei Liter pro Tag. Vermeiden Sie Fertigprodukte, viel Salz, fettreiche Milchprodukte und Speisen sowie Zucker. Nahrungsergänzungsmittel sollten nur zum Einsatz kommen, wenn Ihr Arzt einen konkreten Mangel diagnostiziert hat, z. B. an Vitamin D, Eisen oder Vitamin B12.

3.2 GEDÄCHTNISTRAINING

Der oft gehörte Spruch „Wer rastet, der rostet“ gilt auch für das Gehirn: geistiges Training verringert das Risiko an Alzheimer oder einer anderen Demenz zu erkranken. Neugier, neue Herausforderungen und eine aktive Alltagsgestaltung haben Auswirkungen auf das Entstehen der Krankheit, da sich in einem geforderten Gehirn neue Verbindungen zwischen den Nervenzellen bilden, die das Gehirn allgemein leistungsfähiger machen. Sterben dann Zellen ab, können andere Gehirnbereiche diese Aufgaben übernehmen. Man hat festgestellt, dass Alzheimer-Symptome bei Menschen, die ein Leben lang geistig aktiv waren, später auftreten, da sie anfängliche Defizite besser ausgleichen können. Hierbei muss erwähnt werden, dass z. B. Rätsel und Trainings, bei denen nur gelerntes Wissen abgefragt wird, nicht so hilfreich sind wie das Lernen neuer Dinge oder das Ausbrechen aus Routinen, etwa beim Lesen, Schachspielen, sich weiterbilden, Musizieren oder dem Erlernen einer Fremdsprache. Auch produktive Beschäftigungen wie Kochen, Nähen, Stricken oder Gartenarbeit sind hier hilfreich, ebenso wie ein abwechslungsreicher Alltag, Reisen und soziale Kontakte.

Für Menschen mit Demenz selbst ist Gedächtnistraining hilfreich, wenn es durch aktivierende Übungen die kognitiven Funktionen der Patienten länger erhalten hilft. Das Training des Langzeitgedächtnisses, der Erhalt von sozialen Fähigkeiten und Sinneswahrnehmungen, die Freude am Miteinander und ein gestärktes Selbstwertgefühl können Effekte des Gedächtnistrainings sein, sofern darauf geachtet wird, dass das Training nicht über- oder unterfordernd für die einzelne Person ist.

3.3 MUSIK

Musik und ihre damit verbundenen Emotionen sind eine große Chance, im oft angespannten und anstrengenden Umgang mit Menschen mit Demenz kleine Inseln der Entspannung im Alltag zu schaffen. Tief verankert im musikalischen Gedächtnis sind gemeinsames Singen bei Hochzeiten, Beerdigungen und Gottesdiensten, das Hören von Musik an Ostern oder Weihnachten sowie das aktive eigene Musizieren. Auch Tanzen und gemeinsames Musikhören sind wichtige Elemente, um Menschen mit Demenz und deren Angehörigen Möglichkeiten und Raum für gemeinsame musikalische Erlebnisse zu geben. So entsteht Nähe und Verbundenheit.

Durch den Einsatz von Musik kann die Tagesstruktur von Menschen mit Demenz unterstützt und Orientierung geboten werden, wo diese verlorengegangen ist. Die Betroffenen erleben sich als mitteilend sowie kompetent und entspannen sich. Unruhe kann gemildert werden, Bewegungsdrang durch Musik in Tanz übergehen.

Wichtig

Ein Impuls für den Einsatz von Musik kann immer und überall gesetzt werden. Dabei gibt es kein „richtig“ oder „falsch“. Wichtig ist es allerdings, auf die individuelle Musikbiografie der jeweiligen Person zu achten. Und Achtung: Dauerbeschallung kann zu Unruhe und Aggressionen führen!

Musik erfasst und berührt den ganzen Menschen. Gemeinsames Singen und Musizieren kann helfen, Sprachlosigkeit zu überwinden sowie spielerisch vorhandene Ressourcen zu erhalten und zu erweitern. „Wo die Sprache aufhört, fängt die Musik an.“ (E. T. A. Hoffmann, 1776 - 1822)

3.4 SPORT

Die vielfältigen positiven Eigenschaften des Sports sind uns längst bekannt. Körper und Geist profitieren gleichermaßen davon. Der Muskelabbau schreitet langsamer voran, die allgemeine Beweglichkeit und die Gehfähigkeit bleiben länger erhalten. Auch die Koordination und das Reaktionsvermögen können durch gezielten Sport sehr gut trainiert werden.

Spaziergehen und gleichzeitig spannende Gespräche führen fällt im Alter oft schwer. Ein Kombinationstraining aus kognitiven Elementen in Verbindung mit Bewegungsaufgaben gilt hier als erfolgsversprechend. Den meisten Menschen fällt dies leichter als ursprünglich gedacht. Die Möglichkeit als Paar gemeinsam Sport zu treiben und Spaß und Freude an der Bewegung zu teilen, ist eine wunderbare Bereicherung für den oft sehr herausfordernden Alltag. Ballspiele, Tanzelemente, Gleichgewichtstraining auf instabilen Unterlagen und vieles mehr lassen sogar neue Impulse aufkommen, die im Alltag zu Hause immer wieder gerne eingesetzt werden.

Ergänzend sind neue soziale Kontakte und Begegnungen im Sport eine gute Möglichkeit, um mit ähnlich Betroffenen in Austausch zu kommen. Wie schön ist die Erfahrung, dass man doch nicht so ganz alleinsteht und mit einem gemeinsamen Sportangebot viel erreichen kann.

Eine Übersicht der Einrichtungen in unserer Region, die Maßnahmen zur Demenzprävention anbieten, finden Sie auf der Homepage des Netzwerks Demenz Trier/Saarburg: www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de

Netzwerk Demenz

Trier/Saarburg



Du bist nicht allein!

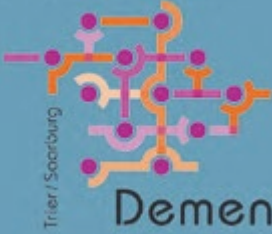
Wenn das Vergessen leichter fällt, als das Erinnern, ist das Netzwerk Demenz für dich da.



www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de



Netzwerk



Trier/Saarburg

Demenz

Kennen wir uns?

Aufklärung rund um das
Thema Demenz

Wir sind erreichbar unter:
netzwerk-demenz-trier-saarburg.de



4.

UNTERSTÜTZUNG FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ UND IHRE ANGEHÖRIGEN

von Inge Suska de Sanchez

inge.suska-de-sanchez@pfligestuetzpunkte-rlp.de

Pflegestützpunkt für die VG Schweich

von Birgit Herbst

birgit.herbst@pfligestuetzpunkte-rlp.de

Pflegestützpunkt für die VG Hermeskeil

4.1 INFORMATION UND BERATUNG

Demenzzentrum e. V. – Spezialisierte Fachstelle

Wenn die Diagnose „Demenz“ gestellt wird, ist man sowohl als betroffene wie auch als angehörige Person zunächst einmal geschockt. Es kommen Fragen wie „Wie wird sich das Leben, das meiner angehörigen Person mit Demenz und mein eigenes Leben, nun verändern? Was kann ich tun? Wie muss ich mich verhalten? An wen kann ich mich mit meinen Sorgen wenden? Was ist, wenn mir die Situation über den Kopf wächst?“

Allein sind Sie mit diesen Fragen nicht, denn die Mitarbeitenden des Zentrums unterstützen Sie bei Ihren Fragen und dabei, passende Hilfen zu finden.

» **Demenzzentrum e. V., für die Region Trier**

Engelstraße 31 (Ärztehaus am Mutterhaus Nord), 54292 Trier
Telefon 0651 460 47 47

Pflegestützpunkte

Pflegestützpunkte sind trägerneutrale Anlaufstellen für ältere, kranke, behinderte und pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige. Sie sind kostenfrei und ortsnah erreichbar. Die Mitarbeitenden beraten u. a. über sozialrechtliche Ansprüche, über die Begutachtungspraxis im Rahmen von Pflegebedürftigkeit und helfen bei Anträgen. Sie informieren über ambulante, teilstationäre sowie stationäre Hilfeangebote im Rahmen der vorhandenen Möglichkeiten vor Ort und vermitteln diese auf Wunsch.

Pflegestützpunkte in der Stadt Trier:

Kutzbachstraße 7, 54290 Trier

- » **Pflegestützpunkt Trier Nordost**, Telefon 0651 14 5194 -11 oder -13
- » **Pflegestützpunkt Trier Nordwest**, Telefon 0651 14 5194 -13 oder -14
- » **Pflegestützpunkt Trier Südost**, Telefon 0651 14 5194 -15 oder -16
- » **Pflegestützpunkt Trier Südwest**, Telefon 0651 14 5194 -17

Pflegestützpunkte im Landkreis Trier-Saarburg:

- » **Pflegestützpunkt für die VG Hermeskeil**
Kunickerstraße 17, 54411 Hermeskeil, Telefon 06503 95 2275 - 0 oder - 1
- » **Pflegestützpunkt für die VG Konz**
Karthäuserstraße 157, 54329 Konz, Telefon 06501 607576 - 0 oder - 1
- » **Pflegestützpunkt für die VG Ruwer**
Bahnhofstraße 9, 54320 Waldrach, Telefon 06500 999393 - 5 oder - 6
- » **Pflegestützpunkt für die VG Saarburg**
Irscher Straße 38c, 54439 Saarburg, Telefon 06581 996799 - 0 oder - 1
- » **Pflegestützpunkt für die VG Schweich**
Zum Schwimmbad 5, 54338 Schweich, Telefon 06502 997860 - 1 oder - 2
- » **Pflegestützpunkt für die VG Trier-Land**
Kreuzfeld 2, 54306 Kordel, Telefon 06505 91211 - 83 oder - 89

compass private pflegeberatung

- » **compass pflegeberatung (für privat Versicherte)**
Gustav-Heinemann-Ufer 74c, 50968 Köln, Telefon 0800 1018800

Gemeineschwester plus

In der Stadt Trier sowie in den Verbandsgemeinden Konz, Ruwer und Hermeskeil steht Seniorinnen und Senioren das Angebot der Gemeineschwesterplus zur Verfügung. Die Gemeineschwesterplus bietet unverbindliche und kostenlose Beratung sowie Unterstützung für ältere Menschen – insbesondere für Hochbetagte –, die in der eigenen Wohnung leben, noch keinen Pflegegrad haben und sich mehr soziale Teilhabe, Orientierung oder Hilfe im Alltag wünschen.

Ziel ist es, die Selbstständigkeit möglichst lange zu erhalten und individuelle Wege zur Unterstützung frühzeitig aufzuzeigen – direkt im vertrauten Wohnumfeld. Die Gemeineschwesterplus ist dabei eine wichtige Ansprechpartnerin für Fragen rund um das Älterwerden, vermittelt Kontakte zu passenden Angeboten und hilft bei der Vernetzung mit lokalen Einrichtungen und Diensten.

- » **Stadtverwaltung Trier**
Amt für Soziales und Wohnen, Zimmer K 303
Eurener Straße 15, 54294 Trier, Telefon 0651 718 - 3533 oder - 34

- » **Verbandsgemeinde Konz**
Stadtteilbüro Konz-Karthaus
Karthäuser Straße 64, 54329 Konz, Telefon 0171 868 16 46
- » **Verbandsgemeinde Hermeskeil und Verbandsgemeinde Ruwer**
Kunickerstraße 17, 54411 Hermeskeil, Telefon 0171 158 42 62

Kliniken

In manchen Fällen ist bei Menschen mit Demenz auch ein stationärer Aufenthalt in einem Krankenhaus angezeigt, z. B. für eine Befunderhebung, eine Medikamenteneinstellung oder bei Erkrankungen, die zusätzlich zu einer Demenz auftreten. Für die Stadt Trier und den Landkreis Trier-Saarburg stehen folgende Krankenhäuser zur Verfügung:

- » **Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen, Mitte**
Feldstraße 16, 54290 Trier, Telefon 0651 947 - 0
- » **Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen, Nord**
Theobaldstraße 12, 54290 Trier, Telefon 0651 683 - 0
- » **Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier**
Nordallee 1, 54292 Trier, Telefon 0651 208 - 0
- » **Kreiskrankenhaus Saarburg**
Graf-Siegfried-Straße 115, 54439 Saarburg, Telefon 06581 82 - 0
- » **Marienhaus Campus Hermeskeil St. Josef Krankenhaus**
Koblenzer Straße 23, 54411 Hermeskeil, Telefon 06503 81 - 0

Einige Krankenhäuser haben sich zum Thema Demenz spezialisiert, z. B. hält das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier eine neurologische Abteilung zur Befunderhebung und einen Demenzbeauftragten sowie ein Patienten-Informationszentrum für die Klinik bereit.

Krankenhaussozial- und Überleitungsdienste

Spätestens wenn eine Entlassung aus dem Krankenhaus bevorsteht muss geklärt werden, wie es weitergeht. Die einzelnen Stationen in den Krankenhäusern arbeiten dazu mit den Sozialdiensten zusammen. Das Behandlungsteam stellt den Hilfebedarf fest und fordert die Hilfe durch die Mitarbeitenden des Sozialdienstes an. Diese kümmern sich um die Versorgung nach Entlassung aus dem Krankenhaus.

Gerontologische Beratungsstelle

Die Gerontologische Beratungsstelle ist eine psychologische und sozialgerontologische Anlaufstelle für ältere Menschen sowie für deren Angehörige. Sie bietet fachkundige Beratung und individuelle Unterstützung bei Fragen rund um das Älterwerden, psychische Belastungen und herausfordernde Lebenssituationen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Begleitung von Angehörigen, insbesondere in Überforderungssituationen bei der Betreuung älterer oder an Demenz erkrankter Menschen.

- » **Vereinigte Hospitien | Gerontologische Beratungsstelle**
Windmühlenstraße 6, 54290 Trier, Telefon 0651 9451446

Sozialämter

Oft reichen die Leistungen der Pflegeversicherung sowie die finanziellen Mittel der hilfsbedürftigen Menschen nicht, um den vollständigen Hilfebedarf zu finanzieren. In diesen Fällen kann man sich an das zuständige Sozialamt wenden und Unterstützung beantragen.

- » **Kreisverwaltung Trier-Saarburg, Sozialamt**
Metternichstraße 33 a, 54292 Trier, Telefon 0651 715 -0
- » **Stadtverwaltung Trier, Amt für Soziales und Wohnen**
Am Augustinerhof, Verw.-Geb. II, 54290 Trier, Telefon 0651 718 -0

Gesundheitsamt

Im Gesundheitsamt kann der sozialpsychiatrische Dienst bei Bedarf beratend hinzugezogen werden, z. B. wenn es um Personen geht, die aufgrund ihrer Demenz ein besonders auffälliges Verhalten zeigen, Hilfen ablehnend gegenüberstehen, ggf. verwarlosen oder so aggressiv reagieren, dass sie zu Hause nicht mehr versorgt werden können. Auch kann der sozialpsychiatrische Dienst im Rahmen einer rechtlichen Betreuung beteiligt werden, besonders, wenn diese gegen den Willen der Person eingerichtet werden soll, denn hierbei stellt sich die Frage, inwieweit die demenzerkrankte oder psychisch erkrankte Person ihre Lage noch adäquat einschätzen und dementsprechend handeln kann.

- » **Kreisverwaltung Trier-Saarburg, Gesundheitsamt**
Paulinstraße 60, 54292 Trier, Telefon 0651 715 - 500

Barrierefrei Bauen und Wohnen

Wer neu baut, einen Umbau plant oder seinen Wohnraum modernisieren möchte, sollte schon heute an morgen denken: Altersbedingte Einschränkungen, fortschreitende Demenz und Pflegebedürftigkeit können es notwendig machen, das Zuhause barrierefrei zu gestalten. Im Alter wünschen sich die meisten Menschen möglichst lange selbstbestimmt in ihrer vertrauten Umgebung leben zu können - mit kompetenter Beratung und entsprechenden Wohnraumanpassungen kann sich dieser Wunsch erfüllen.

Die Landesberatungsstelle Barrierefrei Bauen und Wohnen steht seit 1995 Bürgerinnen und Bürgern mit einem erfahrenen Team aus Architektinnen und Architekten zur Seite. Träger ist die Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz, die Beratung wird vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung des Landes Rheinland-Pfalz gefördert.

Das Angebot ist kostenfrei, anbieterneutral und auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Je nach Anliegen erfolgt die Beratung telefonisch, schriftlich, in den Geschäftsstellen der Verbraucherzentrale oder direkt vor Ort im häuslichen Umfeld. Neben der persönlichen Beratung bietet die Landesberatungsstelle auch Informationsveranstaltungen, Vorträge und Web-Seminare zu allen Aspekten des barrierefreien Bauens und Wohnens an.

Im Mittelpunkt steht das Ziel, gute Lösungen für ein selbstbestimmtes und barrierefreies Leben in den eigenen vier Wänden zu finden.

- » **Landesberatungsstelle Barrierefrei Bauen und Wohnen**
Seppel-Glückert-Passage 10, 55116 Mainz, Telefon 06131 28 48 71
barrierefrei-bauen@vz-rlp.de, www.barrierefrei-rlp.de
- » **Beratungsstelle in Trier**
Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e. V.
Fleischstraße 77, 54290 Trier, Telefon 0651 488 02

4.2 AMBULANTE HILFEN

Pflegedienste

Pflegedienste übernehmen in der Stadt Trier und dem Landkreis Trier-Saarburg eine wichtige Rolle bei der Versorgung pflegebedürftiger Menschen. Sie verfügen über Pflegefachkräfte, die medizinische Behandlungspflege nach ärztlicher Verordnung übernehmen, z. B. Medikamentengaben, Injektionen, Verbände, Kompressionsstrümpfe an- und ausziehen. Außerdem unterstützen sie bei der Körperpflege. Mitarbeitende der Pflegedienste helfen auch im Haushalt oder begleiten und betreuen ihre Patientinnen und Patienten stundenweise.

- » **Ambulanter Pflegedienst - Pflegegesellschaft St. Martin Trier gGmbH**
Bruchhausenstraße 22a, 54290 Trier, Telefon 0651 46 29 95 52
- » **Caritas-Sozialstation Trier am Dom**
Kochstraße 2, 54290 Trier, Telefon 0651 458 88
- » **Caritas-Sozialstation Konz**
Karthäuser Straße 157, 54329 Konz, Telefon 06501 94 30 60
- » **Caritas-Sozialstation Schweich**
Zum Schwimmbad 5, 54338 Schweich, Telefon 06502 935 70
- » **Caritas-Sozialstation Welschbillig**
Am Sportplatz 2, 54298 Welschbillig, Telefon 06506 990 47
- » **Club Aktiv e. V. Paritätische Sozialstation**
Bergstraße 49, 54295 Trier, Telefon 0651 99167110
- » **DRK Sozialstation Hermeskeil**
Kunicker Straße 17, 54411 Hermeskeil, Telefon 06501 92 92 920
- » **DRK Sozialstation Konz**
Brunostraße 25, 54329 Konz, Telefon 06501 92 92 - 940

- » **DRK Sozialstation Saarburg**
Güterstraße 2 a, 54439 Saarburg, Telefon 06501 92 92 - 950
- » **DRK Sozialstation Trier**
Im Pi-Park 4, 54294 Trier, Telefon 06501 92 92 - 931
- » **DRK Sozialstation Waldrach**
Hermeskeiler Straße 41 a, 54320 Waldrach, Telefon 06501 92 92 - 981
- » **H.A.K. Elisabeth**
Graf-Siegfried-Straße 43, 54439 Saarburg, Telefon 06581 952 29
- » **Häuslicher Pflegedienst Herber**
Auf dem Kirchspiel 1, 54294 Trier, Telefon 0651 937 60 30
- » **Helfen & Pflegen, mobiler Pflegedienst Mechthild Ganz**
Herrensteg 32, 54421 Reinsfeld, Telefon 06503 79 59
- » **Humania**
Apoigny-Straße 1, 54450 Freudenburg, Telefon 06582 97 86
- » **K&B, ambulante Alten- und Krankenpflege**
Trierer Straße 10, 54314 Zerf, Telefon 06587 99 22 84
- » **Ökumenische Sozialstation Trier**
Metternichstraße 29 a, 54292 Trier, Telefon 0651 269 19
- » **Pflegedienst Moselperlen**
Raiffeisenstraße 1, 54340 Longuich, Telefon 06502 404 54 68
- » **Pflegedienst Pegasus GmbH**
Brückenstraße 7, 54427 Kell am See, Telefon 06589 918 90 80
- » **Pflegedienst Pflege Daheim Mosel-Hunsrück (Zweigstelle)**
Lindenstraße 23, 54340 Klüsserath, Telefon 06507 498 72 22
- » **Pflegedienst Vital**
Bachstraße 36, 54346 Mehring, Telefon 06502 93 26 17
- » **Pflegeservice K. Knieps**
Im Hellgraben 3, 54317 Farschweiler, Telefon 06500 9130 88 od. 06500 91779 09
- » **RAP - Rosi's Ambulante Pflege**
Monaiser Straße 21, 54294 Trier, Telefon 0651 20 06 76 51
- » **Residenz am Zuckerberg Trier**
Frauenstraße 7, 54290 Trier, Telefon 0651 979 30

» **Team Medici**

Martinstraße 12, 54329 Konz, Telefon 06501 99150

» **Verrus D e. V.**

Thyrususstraße 38 + 40, 54292 Trier, Telefon 0651 46320 - 101

» **Verrus D - Pflegedienst Zerf**

Triererstraße 10 a, 54314 Zerf, Telefon 06587 992284

» **Vitalis Care**

Perler Straße 31, 54441 Kirf, Telefon 06582 9936872

» **Wenner's Pflegedienst**

Quinterstraße 104, 54293 Trier, Telefon 0651 9946761

Hauswirtschaftliche Hilfen und Betreuungsdienste für zu Hause

Im Haushalt fallen viele Tätigkeiten an, die eine pflegebedürftige Person nicht mehr selbständig bewältigen kann und Pflegepersonen zusätzlich belasten, z. B. Einkaufen, Wäschepflege oder Wohnung reinigen. Viele der Pflegedienste unterstützen ihre Patientinnen und Patienten deshalb zusätzlich im Haushalt. Außerdem gibt es ebenso anerkannte Betreuungsdienste, die stundenweise für die Hilfe zu Hause gebucht werden können, z. B. Demenzzentrum e. V., enuvea - Carina Buck, Yasmin's FamilyCareService oder Zeitgarten e. V.

Eine Übersicht der Einrichtungen in unserer Region, die hauswirtschaftliche Hilfen anbieten, finden Sie auf der Homepage des Netzwerks Demenz Trier/Saarburg: www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de

Entlastungsangebote durch tage- und stundenweise Betreuungsgruppen

Pflegepersonen benötigen Auszeiten, in der sie von der Pflege entlastet sind. Eine stundenweise ambulante Betreuung zu Hause oder die Teilnahme an einer stundenweisen oder ganztägigen Betreuungsgruppe kann hier ggf. Abhilfe schaffen. Ehrenamtliche und hauptamtliche Mitarbeitende stehen zur Verfügung, um Zeit mit den Angehörigen zu verbringen. Betreuungsgruppen richten ihre Angebote nach den Fähigkeiten und Wünschen der Menschen mit Demenz aus und sind niedrigschwelliger angelegt, als Tagespflegegruppen, die weiter hinten beschrieben werden. Gemeinsame Aktivitäten wie Gedächtnistraining, Kochen, Backen, Basteln, Spaziergänge und Singen tragen dazu bei, vorhandene

Fähigkeiten zu erhalten und zu stärken. Auch die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben wird durch Museums- oder Theaterbesuche, gemeinschaftliche Wander- ausflüge oder Besuch anderer öffentlicher Veranstaltungen gefördert.

Bürger helfen Bürgern 2020 Fidei e. V.

- » **Betreuungsgruppe Zemmer**, Café Sorglos, 1x wöchentlich, Gemeindehaus Daufenbach, 54313 Daufenbach (am Bahnhof)
Kontakt: Nadine Weitkamp, Telefon 0176 20 00 39 76

Demenzzentrum e. V. , Trier

- » **Betreuungsgruppe Longuich**, Bürgerhaus - Alte Schule, Maximinstraße 18, 54340 Longuich, Telefon 0651 460 47 47
- » **Betreuungsgruppe Welschbillig**, Café Kulturscheune, 1x wöchentlich Markt- und Kulturscheune Welschbillig
54298 Welschbillig, Telefon 0651 460 47 47
- » **Trier Hauptstelle**, Tagesbetreuung
stundenweise Betreuung in Sport- und Gedächtnistrainingsgruppen, Engelstraße 31, 54292 Trier, Telefon 0651 460 47 47
- » **Krettnach Nebenstelle**, Tagesbetreuung
Grendelgarten 7, 54329 Konz-Krettnach, Telefon 06501 606 52 04

Zeitgarten e. V.

- » **Café und Tagesbetreuung**
Schulstraße 20, 54456 Tawern-Fellerich, Telefon 06501 60 70 40

Angehörigengruppen

Angehörige fühlen sich oft überfordert und unsicher im Umgang mit der demenz- erkrankten Person. Hier können Gespräche mit Menschen in ähnlichen Situa- tionen helfen.

- » **Demenzzentrum e. V., Trier**
Verschiedene Selbsthilfegruppen für Angehörige von Menschen mit Demenz
Engelstraße 31, 54292 Trier, Telefon 0651 460 47 47
- » **Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Trier**
c/o SEKIS
Stresemannstraße 5 - 9 (1. OG), 54290 Trier, Telefon 0651 436 63 28

Pflegekurse

Für die Pflege brauchen Angehörige unter anderem praktisches Wissen, z. B. wie man möglichst rückschonend Körperhygiene durchführt und Pflegebedürftige mobilisieren kann oder auch spezifisches Wissen über die vorliegende Erkrankung. Weil nicht alle Pflegenden in diesen Tätigkeiten geschult sind, bieten die Pflegekassen kostenlose Pflegekurse meist in Kooperation mit Pflegediensten an. Pflegepersonen erlernen unter anderem die Grundlagen der Pflege unter der praktischen Anleitung professioneller Pflegekräfte und bekommen Tipps für den Pflegealltag.

Bitte erkundigen Sie sich bei der Pflegekasse ihrer pflegebedürftigen Person oder den Pflegediensten vor Ort nach Angeboten.

Schulungen zum Themenkomplex Demenz

Ist man mit der Situation konfrontiert, dass eine angehörige Person an einer Demenz erkrankt ist, benötigt man spezielles Wissen über die Erkrankung, über den Umgang mit Betroffenen sowie über rechtliche Fragestellungen. Dazu werden Schulungen angeboten, die über mehrere Abende stattfinden.

Bitte erkundigen Sie sich beim Demenzzentrum oder Ihrem zuständigen Pflegestützpunkt.

Ambulanter Menüservice

Wer sein Essen nicht mehr selbständig zubereiten kann, kann einen Menüservice bestellen. In der Stadt Trier und dem Kreis Trier Saarburg kann man auf die Mahlzeitendienste, die bei Wohlfahrtsverbänden angesiedelt sind sowie ggf. auch auf private Catering-Anbieter zurückgreifen. Je nach Menüplan können Mahlzeiten ausgewählt werden, die entweder warm oder als Gefrierkost zum Aufwärmen geliefert werden. Neben „Vollkost“ gibt es auch Menüangebote, die auf den Bedarf bei speziellen Krankheitsbildern abgestimmt sind. So wird eine ausgewogenere Ernährung gesichert.

Bei niedrigem Einkommen besteht die Möglichkeit eines Zuschusses durch die jeweilige Stadt- oder Verbandsgemeindeverwaltung.

Hausnotruf

Sicherheit auf Knopfdruck - damit Seniorinnen sicherer zu Hause leben können, gibt es den Hausnotruf, mit dem bei Bedarf Hilfe herbeigeholt werden kann. Ein Zuschuss der Pflegekasse ist möglich.

» **Johanniter, Regionalverband Trier-Mosel**

Unter dem Dostler 2A, 54293 Trier, Telefon 0651 270 90 - 0

» **DRK-Kreisverband Trier-Saarburg e.V.**

Brunostraße 25, 54329 Konz, Telefon 06501 92 92 - 631 oder - 632 oder - 633

» **Malteser Hilfsdienst e. V.**

Metternichstraße 29 a, 54292 Trier, Telefon 0651 146 48 - 0

Technische Hilfsmittel

Technische Hilfsmittel erleichtern die Pflege zu Hause und tragen zu einer selbständigeren Lebensführung bei. Zu diesen Pflegehilfsmitteln gehören unter anderem Rollatoren, Pflegebetten, Toilettenstühle oder Toilettensitzerhöhungen, Rollstühle, Badewannenlifte. Solche Hilfsmittel erhalten Sie in der Regel auf Rezept Ihrer Ärztin oder Ihres Arztes und können dieses dann bei einem Sanitätshaus einlösen.

Weiter gibt es Hilfsmittel zum Verbrauch, wie Bettschutzeinlagen, Desinfektionsmittel, Einmalhandschuhe, Schutzschürzen. Diese können Sie über Apotheken, Sanitätshäuser oder spezielle Internetfirmen erhalten. Ab Pflegegrad 1 erhalten Sie hierzu auf Antrag einen monatlichen Pauschalbetrag von der zuständigen Pflegekasse.

4.3 TEILSTATIONÄRE VERSORGUNG UND ALTERNATIVE WOHNFORMEN

Tagespflegeeinrichtungen

In Tagespflegeeinrichtungen können pflegebedürftige Menschen den Tag verbringen. Ziel ist es, der Einsamkeit vorzubeugen, soziale Kontakte zu ermöglichen, Angehörige zu entlasten und den Verbleib im eigenen Zuhause zu sichern. Ein strukturierter Tagesablauf gibt den Besucherinnen und Besuchern Orientierung und Sicherheit. Mahlzeiten werden in den Tagesablauf integriert und auch für Rückzugsmöglichkeiten ist gesorgt. Aktivierende Beschäftigungsangebote tragen dazu bei, vorhandene Kompetenzen zu festigen und auszubauen und die Selbstständigkeit zu fördern.

Auf Wunsch werden die Betroffenen mit einem Fahrdienst zu Hause abgeholt und auch wieder zurückgebracht.

- » **Club Aktiv e.V. Tagespflege Trier-Olewig**
Olewiger Straße 110, 54295 Trier, Telefon 0651 978 59 - 225
- » **Club Aktiv e.V. Tagespflege Trier-Ehrang**
Im Schiffen Äcken, 54293 Trier, Telefon 0651 99 55 03 54
- » **Club-Aktiv e.V. Tagespflege Saarburg**
Ritzler Straße 10, 54439 Saarburg, Telefon 06581 95118
- » **K. Knieps Tagespflege Haus Martin**
Hellgraben 3, 54317 Farschweiler, Telefon 0 6500 91779 09
- » **Tagespflege Douma GmbH**
Peter-Jäckel-Straße 2 a, 54317 Osburg, Telefon 06500 999 15 24
- » **Tagespflege Haus Rheinart**
Am Fruchtmarkt 1, 54439 Saarburg, Telefon 06581 9961144 oder 06581 952 29
- » **Verrus D e.V.**
Thyrusstraße 40, 54292 Trier, Telefon 0651 99 2170 19

Viele stationäre Altenpflegeeinrichtungen halten auch Tagespflegeplätze bereit. Bei Bedarf ist es sinnvoll, in einer gewünschten Einrichtung nachzufragen.

Ambulant betreute Wohngemeinschaften

Ist ein Leben im eigenen Zuhause nicht mehr möglich, kann die Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz eine Alternative sein. Hier findet Wohnen in geschützter familiärer Atmosphäre statt. Die betroffene Person ist Mieterin in der Wohngemeinschaft und hat ein eigenes Zimmer, auf das sie sich bei Bedarf zurückziehen kann. Der Tagesablauf ist gut strukturiert und so organisiert, dass sich die Bewohnerinnen und Bewohner einbringen bzw. je nach Fähigkeiten aktiv an der Gestaltung mitwirken können. Auch werden gemeinsame Freizeitaktivitäten angeboten, an denen alle teilnehmen können. Eine Wohngemeinschaft baut zusätzlich auf die ehrenamtliche Mitarbeit der Angehörigen. Die Pflege muss jedoch über einen Pflegedienst selbst organisiert werden.

- » **Ambulant betreute Wohngemeinschaft „Am Spieles“ Trier-Ehrang (Club Aktiv e.V.)**
Oberstraße 3/4, 54293 Trier, Telefon 0651 71 03 62 74

- » **Ambulant betreute Wohngemeinschaft Greimerath**
Hauptstraße 73, 54314 Greimerath, Telefon 06587 858
- » **Gemeinsames Wohnangebot von der Pflegegesellschaft St. Martin Trier:**
Quartiershaus Kürenz
Kobusweg 7, 54295 Trier-Kürenz, Telefon 0651 9979 80 01
Quartiershaus Trier-Süd
Medardstraße 34, 54294 Trier, Telefon 0651-9377 61 - 3111
- » **Wohngemeinschaft „Haus Sonnenschein“**
Sportplatzstraße 16, 54413 Damflos, Telefon 06503 98174 44

Kurzzeitpflege

Kurzzeitpflege ist ein befristeter Aufenthalt in einer stationären Pflegeeinrichtung. Sie wird oft nach einem Krankenhausaufenthalt, in Krisensituationen, bei einer vorübergehenden Erhöhung des Pflegebedarfs aber auch als Verhinderungspflege, z. B. bei einem Urlaub oder einer Erkrankung des pflegenden Angehörigen, nötig.

Unter „Vollstationäre Pflege“ finden Sie eine Liste mit Pflegeheimen, die teilweise auch Kurzzeitpflege anbieten.

4.4 VOLLSTATIONÄRE VERSORGUNG

Eine vollstationäre Versorgung ist eine dauerhafte Unterbringung in einer Seniorenresidenz, einem Altenzentrum oder Alten- und Pflegeheim. Ziel einer vollstationären Unterbringung ist es, für eine sichere Umgebung zu sorgen und die Versorgung der pflegebedürftigen Menschen zu gewährleisten. Sie kommt in Frage, wenn die Pflege und Versorgung zu Hause nicht mehr möglich sind. Unterschiedlich qualifiziertes Personal betreut und pflegt die Bewohnenden und kümmert sich um die Säuberung des Wohnbereichs und der Wäsche. Außerdem gibt es Freizeit- und Aktivierungsangebote, an denen die Bewohnerinnen und Bewohner teilnehmen können.

- » **Altenheim St. Josef**
Klosterstraße 5, 54338 Schweich, Telefon 06502 408 - 0
- » **AWO Seniorenzentrum Trier**
An der Härenwies 31, 54296 Trier, Telefon 0651 93 62 - 0
- » **DRK Seniorenzentrum Kell am See**
Am Herrenmarkt 8, 54427 Kell am See, Telefon 06589 919 0100
- » **DRK Seniorenzentrum Konz**
Brunostraße 27, 54329 Konz, Telefon 06501 960 60 00
- » **Haus am Kyllufer**
Ramsteiner Weg 6 - 8, 54306 Kordel, Telefon 06505 91 27 20
- » **Haus Burgblick an der Saar**
Brückenstraße 2a, 54439 Saarburg, Telefon 06581 999 61 - 900
- » **Hildegard von Bingen Senioren-Zentren**
Herzogenbuscher Straße 37, 54292 Trier, Telefon 0651 14 42 - 0
- » **Hochwald-Altenzentrum St. Klara**
Saarstraße 32, 54411 Hermeskeil, Telefon 06503 918 - 0
- » **Mutter-Rosa-Altenzentrum Trier**
Engelstraße 68-78, 54292 Trier, Telefon 0651 20 04 - 0
- » **Residenz am Zuckerberg Trier**
Frauenstraße 7, 54290 Trier, Telefon 0651 97 93 - 0
- » **Seniorenhaus Zur Buche Konz**
Granastraße 144, 54329 Konz, Telefon 06501 935 - 0
- » **Seniorenhaus Zur Buche Roscheid**
Seif-Wald-Ring 1, 54329 Konz, Telefon 06501 96 93 - 0
- » **Senioren - Pflegeheim Holunderbusch GmbH**
Flachsfelderstraße 2 - 4, 54317 Lorscheid, Telefon 06500 912 - 0
- » **Senioren-Residenz Haus Veronika GmbH**
Huftring 33a, 54421 Reinsfeld, Telefon 06503 91 41 - 0
- » **Seniorenresidenz Niederweiler Hof**
Schulstraße 49-51, 54311 Trierweiler, Telefon 0651 82 43 - 0
- » **Seniorenresidenz St. Andreas**
Halfenstraße 5, 54340 Pölich, Telefon 06507 93 87 - 0

- » **Seniorenresidenz St. Martin**
Am Kinderland 1, 54338 Schweich, Telefon 06502 938 88 - 0
- » **Seniorenresidenz St. Peter**
Franziskusstr. 35, 54293 Trier-Ehrang, Telefon 0651 999 85 - 0
- » **Seniorenzentrum AGO Pluwig**
Am alten Dorfplatz 1, 54316 Pluwig, Telefon 06588 9830 - 0
- » **Seniorenzentrum AGO Trier**
Eurener Straße 170, 54294 Trier, Telefon 0651 994 60 - 0
- » **Seniorenzentrum der Barmherzigen Brüder**
Bruchhausenstraße 22a, 54290 Trier, Telefon 0651 9377 61 - 0
- » **Seniorenzentrum Menetatis Osburg**
Peter-Jäckel-Straße 2a, 54317 Osburg, Telefon 06500 9991 - 0
- » **Seniorenzentrum Menetatis Waldrach**
Trierer Straße 23, 54320 Waldrach, Telefon 06500 6554 - 0
- » **Seniorenzentrum St. Franziskus Saarburg**
Kahrener Straße 8a, 54439 Saarburg, Telefon 06581 82 - 2776
- » **Vereinigte Hospitien, Helenenhaus und St. Irminen**
Krahnenufer 19, 54290 Trier, Telefon 0651 945 - 0
- » **Wohnpark St. Elisabeth Trier**
Böhmerstraße 14, 54290 Trier, Telefon 0651 7160 - 0

Rehabilitation

Durch Unfälle sowie körperliche oder seelische Erkrankungen können Fähigkeiten unter Umständen dauerhaft verloren gehen. Um dies zu verhindern, müssen diese wieder antrainiert oder noch vorhandene Fähigkeiten erhalten und ausgebaut werden.

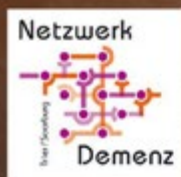
Ziel einer Rehabilitation ist, trotz Erkrankung oder Behinderung eine möglichst hohe Selbständigkeit zu erhalten oder wieder zu erlangen, Pflegebedürftigkeit zu vermeiden oder dieser entgegenzuwirken. Voraussetzung ist, dass die betroffene Person rehabilitationsfähig ist. Rehabilitationen können ambulant in einem Rehabilitationszentrum oder auch stationär in einer Rehabilitationsklinik stattfinden.

- » **Geriatrische Rehabilitationsklinik St. Irminen**
Windmühlenstraße 6, 54290 Trier, Telefon 0651 94 50
- » **Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen, Nord | Geriatrie**
Theobaldstraße 12, 54290 Trier, Telefon 0651 683 - 0
- » **Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier | Neurologische Frührehabilitation**
Nordallee 1, 54292 Trier, Telefon 0651 208 - 27 41
- » **ZAR Trier, Reha- und Gesundheitszentrum Trier GmbH**
Metternichstraße 6, 54292 Trier, Telefon 0651 99 89 67 - 0



LEBEN MIT DEMENZ.

MANAGEMENT UND VERSTÄNDNIS
FÜR BETROFFENE UND ANGEHÖRIGE.



INFORMIEREN SIE SICH JETZT!
WWW.NETZWERK-DEMENZ-TRIER-SAARBURG.DE

5.

FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG

von Demenzzentrum e. V., Trier
info@demenzzentrum-trier.de

5.1 LEISTUNGEN DER PFLEGEVERSICHERUNG

Die Pflegeversicherung unterstützt Menschen, die auf Grund erheblicher körperlicher, geistiger und/oder seelischer Einschränkungen Hilfe zur Bewältigung ihres Alltags benötigen. Dazu wird ein Antrag bei der Pflegeversicherung gestellt, den diese dann zur Begutachtung im Rahmen eines Hausbesuches an den Medizinischen Dienst weiterleitet.

Besonders bei der Begutachtung von Menschen mit einer Demenz ist eine gute Vorbereitung hilfreich. Gerade in der Begutachtungssituation erleben Pflegepersonen ihre an Demenz erkrankten Angehörigen oft besonders wach und konzentriert, dies spiegelt dann aber nicht die Alltagssituation wider. Neben ärztlichen Unterlagen sollte der Unterstützungsbedarf im Vorfeld gut reflektiert werden. Das Führen eines Pflegetagebuchs, Beratung durch z. B. einen Pflegestützpunkt oder das Demenzzentrum sind hierbei hilfreich, auch die Deutsche Alzheimer Gesellschaft bietet Material zur Vorbereitung an.

In der Begutachtung werden folgende Lebensbereiche – auch Module genannt – betrachtet:

- » **Mobilität (1),**
- » **geistige und kommunikative Fähigkeiten (2),**
- » **Verhaltensweisen und psychische Problemlagen (3),**
- » **Selbstversorgung (4),**
- » **selbständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen – sowie deren Bewältigung (5),**
- » **Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte (6)**

Die Module erhalten in der Berechnung der Pflegegrade Punkte, die je nach Modul unterschiedlich stark bewertet werden.

Pflegegrad	Begutachtungsergebnis
Pflegegrad 1	Geringe Beeinträchtigung der Selbständigkeit (12,5 bis unter 27 Punkte)
Pflegegrad 2	Erhebliche Beeinträchtigung der Selbständigkeit (27 bis unter 47,5 Punkte)
Pflegegrad 3	Schwere Beeinträchtigung der Selbständigkeit (47,5 bis unter 70 Punkte)

Pflegegrad 4	Schwerste Beeinträchtigung der Selbständigkeit (70 bis unter 90 Punkte)
Pflegegrad 5	Schwerste Beeinträchtigung der Selbständigkeit mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung (90 bis 100 Punkte)

Gegen die Entscheidung der Pflegekasse kann innerhalb eines Monats Widerspruch eingelegt werden, hierbei ist eine ausführliche Begründung mit ggf. ergänzenden ärztlichen Berichten hilfreich.

Pflegegeld und Pflegesachleistungen

In der Pflege zu Hause kann ab Pflegegrad 2 zwischen der Inanspruchnahme von Pflegegeld und Pflegesachleistungen - hier kommen Einsätze professioneller Dienste für pflegerische oder hauswirtschaftliche Dienste zum Einsatz - gewählt werden, auch eine Kombination ist möglich.

Die Leistungen in den fünf Pflegegraden (PG) im Überblick (Stand 2025/2026)

	PG 1	PG 2	PG 3	PG 4	PG 5
Pflegegeld (ambulant)	-	347 €	599 €	800 €	990 €
Pflegesachleistung (ambulant)	-	796 €	1.497 €	1.859 €	2.299 €
Entlastungsbetrag (zweckgebunden)	131 €	131 €	131 €	131 €	131 €
Leistungsbetrag (vollstationär)	131 €	805 €	1.319 €	1.855 €	2.096 €

Neben den ambulanten und vollstationären Leistungen der Pflegeversicherung können noch ergänzende Hilfen wie Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege, Tagespflege ab Pflegegrad 2 beantragt werden, ein Zuschuss zur Wohnraumanpassung bereits ab Pflegegrad 1. Bei Verschlechterung der Pflegesituation kann auch jederzeit ein Höherstufungsantrag gestellt werden.

5.2 LEISTUNGEN DER KRANKENKASSE

Besteht die Notwendigkeit einer medizinischen Behandlung im häuslichen Umfeld, können bei der Krankenkasse Leistungen zur Behandlungspflege von der zu behandelnden Person beantragt werden, hierunter fallen z. B. Medikamentengabe, Insulinspritzen, Wechsel von Verbänden, das An- und/oder Ausziehen von Kompressionsstrümpfen. Diese Behandlungspflege wird durch entsprechende Fachdienste – wie beispielsweise einen ambulanten Pflegedienst – erbracht und ist auch neben Leistungen der Pflegeversicherung möglich.

Auch besteht bei Menschen, die pflegebedürftig und demenzerkrankt sind, grundsätzlich noch die Möglichkeit medizinische Rehabilitationen zu beantragen, ggf. überprüft die Pflegekasse aber im Anschluss die Pflegebedürftigkeit. Je nach Reduzierung des Hilfebedarfs kann es dabei auch zu Rückstufungen kommen.

5.3 LEISTUNGEN DER SOZIALHILFE

Reichen die Leistungen der Pflegekasse und das eigene Einkommen und Vermögen für die notwendige Versorgung nicht aus, um die tatsächlichen Kosten zu tragen, kann ein Antrag beim zuständigen Sozialhilfeleistungsträger zur Übernahme der nicht gedeckten Kosten gestellt werden.

5.4 SCHWERBEHINDERTENAUSWEIS

Pflegebedürftige – und besonders Menschen mit einer fortschreitenden Demenzerkrankung – sind zunehmend in der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben eingeschränkt. Auch finanzielle Belastungen nehmen zu.

Durch einen Antrag beim Versorgungsamt kann ein Grad der Behinderung (GdB) bestimmt werden, ab einem Grad der Behinderung von 50 gilt man als Mensch mit einer Schwerbehinderung. Liegen besondere zusätzliche Einschränkungen wie z. B. die Notwendigkeit einer Begleitperson oder eine erhebliche oder außergewöhnliche Gehbeeinträchtigung vor, werden auf Antrag auch sogenannte Merkzeichen vergeben. Der Grad der Behinderung und die Merkzeichen führen zu unterschiedlichen Nachteilsausgleichen wie z. B. Ermäßigung bei Lohn- und Einkommenssteuer, Freifahrten im öffentlichen Nahverkehr ggf. mit Begleitperson, Nutzung von Behindertenparkplätzen, die Übernahme von Fahrten zur ambulanten Behandlung durch die Krankenkasse u. a..

Mit dem Antrag ist auch eine Entbindung von der Schweigepflicht an die angegebenen Ärzte möglich, so dass ärztliche Unterlagen nicht beigelegt werden müssen.

5.5 ANSPRÜCHE BERUFSTÄTIGER PFLEGENDER ANGEHÖRIGER

Die Pflegebedürftigkeit eines an Demenz erkrankten Familienmitglieds stellt für die Angehörigen eine zunehmende Belastung dar. Oft müssen Arbeitszeiten der Betreuung angepasst werden, es kommt zu Brüchen in der Erwerbstätigkeit mit finanziellen Einbußen. Unter bestimmten Voraussetzungen übernimmt die Pflegeversicherung Beiträge zur Renten- und Arbeitslosenversicherung. Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer können für die Pflege naher Angehöriger freigestellt werden. Hierbei wird unterschieden zwischen der „kurzfristigen Arbeitsverhinderung“ von bis zu zehn Arbeitstagen, der „Pflegezeit“ von bis zu sechs Monaten und der „Familienpflegezeit“, die eine teilweise Freistellung von bis zu zwei Jahren ermöglicht.



Netzwerk



Demenz

nicht
HILFLOS
sein

www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de



6.

RECHTLICHE FRAGEN

von Caroline Klasen

c.klasen@skf-trier.de

Sozialdienst katholischer Frauen Trier

Eine Krankheit, eine Behinderung, ein Unfall oder altersbedingte Erkrankungen können irgendwann dazu führen, dass jemand nicht mehr in der Lage ist, Entscheidungen über medizinische Behandlungen, über die eigene Wohnsituation oder über finanzielle Angelegenheiten zu treffen. Die Diagnose Demenz bedeutet nicht automatisch, dass die Betroffenen nicht mehr über ihr Leben selbst bestimmen können. Dennoch sind viele Menschen im Alter auf Hilfen angewiesen und brauchen bei Fortschreiten der Erkrankung eine rechtliche Vertretung: Wer erledigt meine Bankgeschäfte und Behördenangelegenheiten? Wer organisiert notwendige ambulante Hilfen? Wer sucht für mich einen Platz in einem Altenpflegeheim? Wie werde ich ärztlich versorgt? Wer kümmert sich um mich? Wichtige Fragen, die man sich selbst stellen sollte!

Nutzen Sie die Zeit, bevor die Demenz weiter fortschreitet, und klären Sie alles Rechtliche möglichst frühzeitig ab. Halten Sie alles fest, was wichtig ist:

- » Welche Pflege, welche Unterbringung und welche Versorgung möchten Sie und welche nicht?
- » Wer darf und soll Sie vertreten, wenn Sie Entscheidungen (zum Beispiel über medizinische Behandlungen) nicht mehr treffen können?
- » Welche lebensverlängernden Maßnahmen sollen ergriffen werden, welche lehnen Sie ab?
- » Wer soll sich um Ihre finanziellen Angelegenheiten kümmern, wenn Sie selbst dazu nicht mehr in der Lage sind?

Das alles lässt sich in den folgenden Dokumenten regeln.

Möglichkeiten der Vorsorge bieten:

- » die Vollmacht
- » die Betreuungsverfügung
- » die Patientenverfügung
- » Ehegattennotvertretungsgesetz

Mit einer Vollmacht beauftragen Sie eine Person Ihres Vertrauens stellvertretend für Sie zu handeln, zu entscheiden und Verträge abzuschließen – für den Fall, dass Sie aus gesundheitlichen oder altersbedingten Gründen dazu nicht mehr in der Lage sind.

Mit einer Vollmacht können Sie ein Höchstmaß an Privatsphäre sicherstellen, da Sie selbst bestimmen, wer für Sie entscheidet. Die Ehepartnerin/der Ehepartner oder die Kinder könnten nicht automatisch diese Rolle übernehmen. Auch sie benötigen eine Form der Beauftragung durch eine Vollmacht oder den Beschluss der Rechtlichen Betreuung.

Wenn jemand keine Vollmacht ausgestellt hat und irgendwann in die Situation kommt, dass er/sie seine/ihre Angelegenheiten wie Bankgeschäfte, Anträge, Mietangelegenheiten oder die Organisation der ärztlichen Behandlung nicht mehr regeln kann, bestellt das Amtsgericht auf Antrag oder Anregung rechtliche Betreuung.

Eine Vollmacht kann sich auf einzelne Rechtsgeschäfte beziehen, aber auch recht umfassend sein. Sie können darin finanzielle und behördliche Angelegenheiten, aber auch Angelegenheiten des Aufenthalts- oder Wohnortes und der Gesundheitspflege regeln.

Ein Ehegattennotvertretungsrecht ist eine gesetzliche Regelung (§ 1358 BGB), die verheirateten Partnern und Partnerinnen in akuten Situationen erlaubt, sich gegenseitig in Gesundheitsangelegenheiten zu vertreten, wenn der andere dazu nicht mehr selbst in der Lage ist und keine Vorsorgevollmacht oder Betreuung vorliegt. Dieses Recht gilt jedoch nur für maximal sechs Monate und erlischt bei Trennung des Paares oder wenn die vertretende Person eine Ablehnung bekundet hat.

Wann brauche ich eine Patientenverfügung?

Um zu entscheiden, ob eine Patientenverfügung sinnvoll ist, sollten sich Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen Gedanken über die Krankheit, den Sterbeprozess und den Tod machen. Das ist sehr schwer. Anders lässt sich jedoch nicht entscheiden, welche medizinischen Maßnahmen man wünscht und welche nicht. Manche Menschen fürchten, dass im Ernstfall nicht alles Menschenmögliche für Sie getan wird. Andere wiederum fürchten, dass durch zu viele lebensverlängernde Maßnahmen unnötiges Leiden entstehen könnte. In solchen Fällen hilft die Patientenverfügung.

Die Patientenverfügung kann speziell für Menschen mit Demenz wichtig sein. Denn aufgrund der Krankheit besteht die Möglichkeit, dass man später seine Wünsche nicht mehr selbst mitteilen kann.

Jede Person hat das Recht selbst zu bestimmen, welche medizinischen Untersuchungen und Behandlungen sie haben will oder ablehnt. Damit Ihr Wille auch in Situationen beachtet wird, in denen Sie diesen nicht mehr äußern können, sollten Sie eine Patientenverfügung schreiben. Darin legen Sie für die Zukunft fest, welche ärztlichen Eingriffe für Sie in Ordnung sind, welche Heilbehandlungen und welche Untersuchungen Sie wünschen; aber auch welche Sie auf keinen Fall haben möchten.

Eine Ärztin oder ein Arzt darf Sie nur behandeln, wenn Sie zustimmen. Solange Sie einwilligungsfähig sind, entscheiden Sie selbst. Können Sie dies nicht mehr, muss sich der Arzt an das halten, was Sie vorab in der Patientenverfügung

festgelegt haben. Gibt es keine Patientenverfügung, muss ein Rechtlicher Betreuer oder eine Betreuerin oder eine bevollmächtigte Person in Ihrem Sinne entscheiden.

Sie können in der Patientenverfügung alle Fragen der medizinischen Behandlung oder Nichtbehandlung für einen späteren Zeitpunkt regeln. Alle Festlegungen müssen Sie genau beschreiben. Es müssen klare Entscheidungen für oder gegen etwas treffen, nicht nur allgemeine Richtlinien oder Behandlungswünsche. In einer Betreuungsverfügung kann eine Person festgelegt werden, die später vom Betreuungsgericht offiziell bestellt werden und was diese beachten soll. Eine solche Rechtliche Betreuung können Erwachsene erhalten, die aufgrund von Krankheit oder Behinderung nicht mehr in der Lage sind, ihre rechtlichen Angelegenheiten selbst zu erledigen. Dazu bekommen sie vom Amtsgericht (Abteilung Betreuungsgericht) eine rechtliche Betreuerin oder einen Betreuer zur Seite gestellt. Mit deren Hilfe soll die betroffene Person in der Lage sein, Anträge zu stellen, Geldgeschäfte zu erledigen, Verträge abzuschließen oder zu kündigen. Dadurch können Betroffene ihre Grundrechte wahren und auch mit ihren Beeinträchtigungen ein selbstbestimmtes Leben führen.

Voraussetzung für die Einrichtung einer Rechtlichen Betreuung kann eine psychische Krankheit und/oder eine körperliche, geistige oder seelische Behinderung sein. Sie muss dazu führen, dass sich die betroffene Person nicht mehr ausreichend um ihre rechtlichen Angelegenheiten kümmern kann. Dazu gehört der Abschluss eines Vertrages, die Beantragung von Sozialleistungen oder eine Entscheidung über eine medizinische Behandlung. Die Grundlagen für die Rechtliche Betreuung stehen im Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB §1896).

Die Betreuung soll dem Wohl der zu betreuenden Person dienen. Sie soll befähigt werden, ihr Leben nach eigenen Wünschen und Fähigkeiten selbst zu gestalten. Betreuerinnen und Betreuer sollen den Wünschen der zu betreuenden Person nachkommen und wichtige Angelegenheiten vor der Erledigung mit ihr besprechen. Betreuerinnen und Betreuer sollen dazu beitragen, dass die Krankheit oder Behinderung beseitigt, gelindert oder deren Folgen gemindert werden. Die Aufgaben einer rechtlichen Betreuung legt das Amtsgericht fest. Es orientiert sich dabei am Unterstützungsbedarf der zu betreuenden Person, die dann z. B. bei finanziellen Angelegenheiten oder der Gesundheitspflege unterstützt oder rechtlich vertreten wird. Bei schwerwiegenden Entscheidungen müssen Betreuende eine gerichtliche Genehmigung einholen.

Der Unterschied zwischen Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

- » Die Vorsorgevollmacht gilt sofort ab Unterzeichnung. Die Betreuungsverfügung wird erst dann berücksichtigt, wenn ein Betreuungsgericht einen Betreuer bzw. eine Betreuerin für Sie festlegen muss.
- » Liegen weder Vorsorgevollmacht noch Betreuungsverfügung vor, schlägt das Betreuungsgericht üblicherweise den Ehepartner bzw. die Ehepartnerin oder eine nahe Angehörige Person als rechtliche Betreuung vor.
- » Die Person, die Sie mit einer Vollmacht ausstatten, darf frei in Ihrem Namen handeln. Betreuende hingegen werden bei allen Tätigkeiten vom Gericht kontrolliert.
- » Die Betreuungsverfügung ist ideal, wenn Sie keine Vertrauensperson haben, der Sie umfassende Vollmachten einräumen möchten. In der Betreuungsverfügung geben Sie an, wen Sie sich als Betreuerin oder Betreuer vorstellen können oder wen Sie auf keinen Fall als rechtliche Betreuung möchten.
- » Die Vorsorgevollmacht eignet sich, wenn Sie einer Person vollständig vertrauen. Diese darf dann auch schwerwiegende Entscheidungen in Ihrem Namen fällen. Offiziell darf sie das bereits ab dem Moment der Unterzeichnung.
- » Es ist auch möglich, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht parallel aufzusetzen. Sollte die in der Vorsorgevollmacht bevollmächtigte Person verhindert sein, greift dann die Betreuungsverfügung.

Zusammenfassung

» Vorsorgevollmacht

Darin kann festgelegt werden, wer im Falle der eigenen Entscheidungsunfähigkeit notwendige Dinge regelt. Vollmachten sollte man nur Menschen aussprechen, denen man unbedingt vertraut.

» Patientenverfügung

Darin werden die gewünschte Pflege, Behandlung oder Nichtbehandlung festgelegt, wenn man selbst nicht mehr entscheiden oder kommunizieren kann.

» Betreuungsverfügung

Darin wird festgelegt, wer – falls diese nötig wird – die Betreuung übernimmt oder wer sie nicht übernehmen soll. Betreuende werden, im Gegensatz zu Bevollmächtigten, vom Betreuungsgericht kontrolliert. Betreuende werden aber nur eingesetzt, wenn es keine ausreichend Bevollmächtigten gibt.

» Ehegattennotvertretungsgesetz

Darin wird festgelegt, dass Ehegatten oder eingetragene Lebenspartner sich in akuten medizinischen Notfällen gegenseitig vertreten dürfen – auch ohne eine vorher ausgestellte Vollmacht.

Weitergehende Informationen und Unterstützung bieten die Betreuungsvereine, die Sie in jeder Stadt oder jedem Kreis finden. Notare und Notarinnen sind wichtige Ansprechpersonen, wenn es um die Erstellung einer Vollmacht geht.

Betreuungsvereine

- » **AWO Betreuungsverein Trier- Saarburg e. V.**
Trierer Straße 1, 54411 Hermeskeil, Telefon 06503 981330
- » **Betreuungsverein der AWO Trier e. V.**
Hawstraße 1a, 54290 Trier, Telefon 0651 91299 - 14
- » **Betreuungsverein des DRK Kreisverbandes Trier-Saarburg**
Im Pi-Park 4, 54294 Trier, Telefon 06501 9292610
- » **Betreuungsverein des SKM-Diözesanvereins Trier e. V.**
Dietrichstraße 30a, 54290 Trier, Telefon 0651 27646
- » **Betreuungsverein des Sozialdienst Katholischer Frauen e. V.**
Krahenstraße 33 - 34, 54290 Trier, Telefon 0651 9496-132
- » **Betreuungsverein im Diakonischen Werk des Kirchenkreises Trier**
Theobaldstraße 10, 54292 Trier, Telefon 0651 20900-42
- » **Lebenshilfe Trier-Saarburg e.V. Betreuungsverein**
Bahnhofstr. 78, 54338 Schweich, Telefon 06502 9977 916 od. 06502 9969466
- » **SKFM Saarburg e. V.**
Brückenstraße 8, 54439 Saarburg, Telefon 06581 9156 - 0
- » **SKM Kath. Verein für soziale Dienste Trier e.V. Betreuungsverein**
Röntgenstraße 4, 54292 Trier, Telefon 0651 14788 - 13



HELFEN.

Helfen Sie, Erinnerungen aufrechtzuerhalten.



Mehr unter:

www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de



Wie fühlt sich Demenz Eigentlich an?



www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de

7.

WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

von Angela Tonner
info@demenzzentrum-trier.de
Demenzzentrum e. V., Trier

7.1 LITERATURTIPPS ZUM THEMA DEMENZ BESSER VERSTEHEN

Huib Buijssen: Demenz und Alzheimer verstehen – Erleben, Hilfe, Pflege:
Ein praktischer Ratgeber; Beltz-Verlag; 17,95 €

Udo Baer, Gabi Schotte-Lange: Das Herz wird nicht dement – Rat für Pflegende und
Angehörige; Beltz-Verlag; 14,95 €

Geiger, Arno: Der alte König in seinem Exil; Hanser-Verlag

7.2 BESCHÄFTIGUNGSIDEEN UND SPIELE FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

Linus Paul: Eigener Herd ist Goldes Wert – Die schönsten Sprichwort-Geschichten rund
um Haus und Hof; SingLiesel-Verlag; 12,95 €

Die große Sprichwort-Box: Bekannte Sprichwörter erkennen und ergänzen;
Verlag, SingLiesel; 9,95 €

Birgit Backes, Matthias Maschke, Uschi Wihr: Sport und Bewegung für
Menschen mit Demenz; Ernst Reinhardt Verlag; 22,90 €

Birgit Ebbert: 5-Minuten-Vorlesegeschichten für Menschen mit Demenz:
Leibgerichte; Verlag an der Ruhr; 9,99 €

Birgit Ebbert: 5-Minuten-Vorlesegeschichten für Menschen mit Demenz:
Unvergessene Sportidole; Verlag an der Ruhr; 9,99 €

Ulrike Strätling: Als die Kaffeemühle streikte: Geschichten zum Vorlesen
für Demenzkranke; Brunnen-Verlag, 9,99 €

Singliesel-Redaktion: Das Nostalgie-Memo-Spiel – Stars der 50er und 60er
Jahre; SingLiesel-Verlag; 14,95 €

Quizzle, Kartenspiel-Set mit Rätselreimen und Quizbildern;
Verlag an der Ruhr; Artikel-Nr.: 203245; 29,99 €

Malend zur Ruhe kommen: Einfache Mandalas zum Ausmalen für Senioren;
Verlag an der Ruhr; Artikel-Nr.: 203190; 8,99 €

Sprichwort-Bilderpuzzles für Senioren: Ist die Katze aus dem Haus ...
6 farbige Motivpuzzles á 6 Puzzleteile, A3; Verlag an der Ruhr; 30,99 €

Wortschätzchen – Kartenspiel rund um alte Wörter und Begriffe;
Verlag an der Ruhr; Artikel-Nr.: 203121; 29,99 €

Mitsprechgedichte: SingLiesel Kompakt Bd 3; SingLiesel-Verlag; 7,95 €

7.3 SUCHMASCHINEN

Über folgende Internetportale finden Sie weitere Adressen im Internet.

www.zqp.de/beratung-pflege

www.sozialportal.rlp.de

www.pflegelotse.de

www.aok.de/pk/cl/rps/pflege/pflegenavigator

INFORMATION ÜBER DIE PLAKATE

Das Netzwerk Demenz Trier/Saarburg führte gemeinsam mit der Berufsbildenden Schule für Gestaltung und Technik Trier ein besonderes Projekt durch. Die Schülerinnen und Schüler einer 12. Klasse entwarfen im Leistungskurs Gestaltungs- und Medientechnik, angeleitet durch die Fachlehrerin Bettina Wegener, fantasievolle und sehr kreative Plakate zum Thema Demenz.

Das Projekt wurde während einer Phase, in der die Schülerinnen und Schüler im Home-schooling unterrichtet wurden, begonnen und fand bei der Prämierung der Favoritinnen und Favoriten ihren Höhepunkt. Ziel des Netzwerks Demenz Trier/Saarburg ist es, mit Hilfe dieser Plakate der „etwas besonderen Art“ die Öffentlichkeit für die Thematik der an Demenz erkrankten Menschen und ihrer Angehörigen zu sensibilisieren. Der Beginn der Ideenfindung erfolgte durch eine Onlineschulung der Schülerinnen und Schüler durch Mitarbeiterinnen der Netzwerkkordinierungsstelle. Die Schülerinnen und Schüler, die sich mit dem Thema Demenz erstmals auseinandersetzten, arbeiteten sich engagiert ein und versuchten, die komplizierten Fakten rund um die Erkrankung Demenz auf das Wesentliche zu konzentrieren. So sollte eine breite Öffentlichkeit für ihre Plakatserien in den Fokus genommen werden.

Aus unterschiedlichen Bereichen wurde eine Jury zusammengesetzt, um die „besten“ Plakate auszuwählen und die entsprechenden Gestalterinnen und Gestalter zu prämiieren. Die Plakatserie von Max Stollhof gewann den ersten Platz. Daniel Demyanovych erhielt den zweiten Platz und die Drittplatzierung ging an Diana Rausch.

Hinweis:

Grammatikalische und inhaltliche Fehler auf den Plakaten wurden seinerzeit in der Schule mit benotet und waren aus diesem Grund für die Erstellenden der Broschüre nicht korrigierbar.

LISTE DER SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER

Marie Briesch	Maria Gentile (S. 12)	Vincent Schindler (S. 60)
Ellen Büchert	Silas Hammen (S. 4, 6, 8)	Kim Spieker (S. 68)
Fabian Daubenspeck (S. 30)	Robin Katzowski	Chiara Steffes (S. 17, 67)
Daniel Demyanovych	Alina Kurmangaliyev	Max Stollhoff (S. 54)
Lena Eltges	Diana Rausch (S. 18)	Konstantin Theisen
Emilie Etringer	Dana Reichert	Hendrik Wilms (S. 36)
Justine Ferreira da Rocha	Josephine Rodens (S. 35)	Michelle Zimmer

Das Netzwerk Demenz Trier/Saarburg dankt allen Schülerinnen und Schülern für ihre Mühen, ihre Zeit und ihr Engagement. Besonderer Dank gilt der Fachlehrerin Bettina Wegener für das außergewöhnliche Projekt und ihr Engagement. Auch die Jurymitglieder verdienen einen besonderen Dank für ihr Interesse und ihre Teilnahme an der Prämierung.

EINZUGSGEBIET

Landkreis Trier-Saarburg

1.101 km² | 149.400 Einwohner | 104 Gemeinden

Stadt Trier

117 km² | 111.500 Einwohner | 19 Ortsbezirke



Netzwerk



Netzwerk Demenz Trier/Saarburg

c/o Demenzzentrum e.V.
Engelstraße 31, 54290 Trier

Telefon: 0651 460 47 47

www.netzwerk-demenz-trier-saarburg.de