

## Tipp Juni 2015:

### Unterstützung für Angehörige

Der Betroffene kann sein Leben nicht selbst auf die veränderte Situation einstellen und Maßnahmen treffen, die ihm das Leben erleichtern. Umso stärker sind die Angehörigen gefordert, dem Betroffenen zu helfen und ihm Unterstützung zukommen zu lassen.

*»Ich bin oft verzweifelt! Verzweifle nicht auch du!«*  
Äußerungen eines Demenzpatienten

Versuchen Sie, die Lebensgeschichte des Kranken zu verstehen und lernen Sie seine neue innere Welt zu akzeptieren und zu respektieren. Die Demenz-Krankheit führt neben den kognitiven Veränderungen auch zu Verhaltensänderungen der Betroffenen. Der Betroffene kann aggressives Verhalten und Unruhe zeigen, hinzu kommen Orientierungsschwierigkeiten. Er fühlt sich in der gewohnten Umgebung nicht mehr wohl, da er sie nicht mehr erkennt. Einige Patienten werden nachts unruhig und laufen umher, da ihr Tag-Nacht-Rhythmus gestört ist.

Vieles geht verloren: Das Denk und Erinnerungsvermögen, das Wissen, wie einfachste Dinge zu handhaben sind, der verbale Kontakt zur Umwelt und oft der erholsame Schlaf in der Nacht.

Angehörige sollten deshalb den Verlauf der Krankheit nicht unterschätzen und, falls notwendig, selbst Hilfe in Anspruch nehmen. Durch Selbsthilfegruppen oder auch professionelle Hilfe lernen Angehörige, mit den Schwierigkeiten umzugehen. Die Demenz-Krankheit erfordert von den Angehörigen viel Geduld und Durchhaltevermögen.

Für Angehörige ist wichtig und richtig, Hilfe anzunehmen. Sie sollten sich Freiräume und Zeit für sich selbst schaffen. Die Betreuung und Pflege eines Demenz-Patienten erfordert viel Geduld, Zeit und Durchhaltevermögen. Es ist Ihnen und auch dem Betroffenen nicht geholfen, wenn Ihnen die Probleme über den Kopf wachsen. Spätestens wenn Sie sich ausgelaugt und erschöpft fühlen, sollten Sie Kontakt zu anderen Betroffenen aufnehmen oder sich professionell beraten lassen.

Lassen Sie sich auch bei Fragen zum Thema Krankenkassenleistungen, Pflege und Pflegeversicherung oder zu den Möglichkeiten einer rechtlichen Betreuung beraten. Wenn Sie eine Pflege-Auszeit nehmen, rückt der Gedanke an einen kurzfristigen, später auch an einen bleibenden Aufenthalt in einem Pflegeheim in den Blick. Bedenken Sie dabei, ob es für den Betroffenen im fortgeschrittenen Stadium besser wäre, professionelle Hilfe zu erhalten und ob Sie diese Hilfe bereitstellen können.

Wird die Pflege des Betroffenen durch professionelle Pflegekräfte übernommen, können Sie sich stärker auf das Miteinander konzentrieren. Sie sind ausgeruhter und haben so Zeit, etwas miteinander zu unternehmen. Musik hören, Singen von Liedern aus der Jugendzeit, Spielen, der Besuch eines Streichelzoos oder Spaziergehen in der Natur schaffen erholsame Erlebnisse und tragen dazu bei, das Selbstwertgefühl des Betroffenen zu stärken.

*»So viel zu geben hat man: ein Lächeln, ein liebes Wort, eine kleine Zuwendung. Dem einen bedeutet es nichts – dem anderen jedoch alles!«*

Jean Paul

**Versuchen Sie selbst so oft wie möglich, etwas für sich zu tun, etwas, das Ihnen Entspannung und Freude bringt!**

Quelle: <http://www.demenz.hexal.de/tipps/tipps-fuer-angehoerige/>