



## Für Angehörige von Menschen, die an Demenz erkrankt sind

### Liebe Angehörige!

**Sie pflegen** Ihre Mutter, die an Demenz leidet? Sie betreuen Ihren Mann, der an Parkinson erkrankt ist? Sie kümmern sich um Ihren allein lebenden Vater, dessen Gedächtnisstörungen immer besorgniserregender werden? Wenn Sie sich dafür entschieden haben, jemanden aus Ihrer Familie zu Hause zu pflegen, der an Alzheimer-Demenz erkrankt ist, dann sind Sie einer außerordentlich hohen Belastung ausgesetzt – oft über Monate, meist über Jahre, manchmal Tag und Nacht. Ihre fürsorgliche Pflege und Betreuung werden Ihnen auf Dauer mehr zu schaffen machen, als Sie verkraften können. Damit Sie den körperlichen und seelischen Anforderungen standhalten können, ist es wichtig, sich fachkundig Rat und Unterstützung zu holen. Wir von der Kirchlichen Sozialstation stehen Ihnen dafür zur Verfügung.

**Menschen, die an Demenz erkrankt sind**, brauchen zunehmend Hilfe bei Allem, was sie tun. Da sie ihren Gedankengängen nicht ausreichend lange folgen können, sind sie auch nicht mehr in der Lage, ganz alltägliche Handlungen – wie zum Beispiel Waschen, Anziehen – in der richtigen Reihenfolge vorzunehmen und zu beenden. Sie verlieren die Fähigkeit, Gegenstände wie Kamm oder Zahnbürste zu erkennen und vergessen auch die Bedeutung, wofür man diese Dinge benötigt. Manchmal sind sie sich auch nicht mehr im Klaren darüber, dass sie sich waschen müssen, oder sie sind vielleicht der Meinung, dass sie es schon getan hätten. Die Mahlzeiten werden zunehmend schwieriger: Das Hungergefühl lässt nach, Speisen und Getränke werden vielleicht nicht erkannt, oder auch der Umgang mit dem Geschirr und Besteck wird zum Problem.

**Die Tatsache, dass Hilfe benötigt wird**, bedeutet keineswegs, dass Hilfe auch gerne angenommen wird. Der Demenzkranke setzt sich vielleicht zur Wehr, er hat das Gefühl, man dringt in seine Intimsphäre ein. Es kann zu großen Auseinandersetzungen kommen.

>





Als pflegende Angehörige müssen Sie abwägen, welche und wie viel Hilfestellung nötig ist und wie Sie dem Bedürfnis des Kranken nach Selbstständigkeit und Wahrung der Intimsphäre gerecht werden können.

### **Das können Sie tun – das sollten Sie tun**

- Lassen sie dem Demenzkranken bei allen Tätigkeiten Zeit.
- Geben Sie dem Tagesablauf eine feste Struktur, machen Sie klare Vorgaben und sprechen Sie viel Lob aus.
- Vergessen Sie nie, dass es eine Krankheit ist, die Ihren Angehörigen so verändert.
- Sprechen Sie offen über die Krankheit Ihres Angehörigen. Es ist keine Schande, an Demenz zu erkranken.
- Klären Sie Ihren Bekannten- und Freundeskreis auf. Sprechen Sie aus, welche Hilfe Sie brauchen und nehmen Sie Hilfe in Anspruch.
- Wenn Sie unter dem Gefühl leiden, durch die Demenz den vertrauten Menschen zu verlieren, den Sie von früher kannten, suchen Sie das Gespräch darüber mit Anderen, auch mit betroffenen Angehörigen, oder nehmen Sie ggf. fachkundigen psychologischen Rat in Anspruch.
- Achten Sie auf sich und Ihre Gesundheit!