



Profitipps zur praktischen Pflege eines Menschen, der an Demenz erkrankt ist

Toilettenverhalten und Inkontinenz*

(*unkontrollierter Harn- und Stuhlabgang)

Demenzkranken spüren den Harn- und Stuhldrang oft erst sehr spät, aber dann brauchen sie die Toilette – und zwar sofort und an Ort und Stelle! Weil das oft „danebengeht“, nennt man diese Form der Inkontinenz auch Drang-Inkontinenz.

Fühlt sich der Kranke in einer solchen Situation beobachtet und in seiner Intimsphäre verletzt, kann er aggressiv reagieren. Ebenso, wenn man ihm mit Einlagen oder anderem Inkontinenz-Material kommt: Er fürchtet dann, wie ein Kind gewickelt zu werden.

Bei Verstopfung oder ungenügender Reinigung fangen manche Demenzkranken damit an, mit Kot zu schmieren. Andere haben einfach vergessen, wo die Toilette ist und was man dort tut.

Ziel der Pflege ist es, dem Kranken zu helfen, die Toilette zu finden, ihn darin zu fördern Blase und Darm zu beherrschen und für sein körperliches Wohlbefinden sorgen.

Das können Sie tun:

- Wenn Sie feststellen, dass Ihr Angehöriger inkontinent ist, lassen Sie sich einen Termin beim Urologen geben. Denken Sie nicht, „das passt zur Demenz“ – auch organische Ursachen könnten Auslöser sein.
- Achten Sie darauf, dass der Kranke abends keinen Kaffee, schwarzen Tee oder Alkohol trinkt, um die Nachtruhe nicht zu gefährden.
- Stuhlgang durch schlackenreiche Kost, ausreichend Flüssigkeit und Bewegung fördern.
- Dem Kranken helfen, die Toilette zu finden.
- Darauf achten, dass der Weg zur Toilette auch nachts gut ausgeleuchtet ist.
- Regelmäßige Toilettengänge nach einem individuellen Zeitplan können hilfreich sein (strukturiertes Toilettentraining). >



- Demenzkranke können sich oft nicht mehr auf die Toilette zu setzen. Nie versuchen, den Kranken nach hinten oder nach unten zu drücken! Er könnte Angst bekommen, sich steif machen oder festkrallen. Besser: Toilettesitz erhöhen.
- Auf Gesten des Kranken achten und sie richtig deuten: zum Beispiel hin- und her-rutschen oder sich-zwischen-die-Beine-greifen können Zeichen sein, dass er zur Toilette muss.
- Dem Patienten eher unbemerkt unterstützen, so dass er das Gefühl behält, selbstständig und selbst bestimmt zu handeln.
- Zu viel bewusste Aufmerksamkeit oder gar Stress können den Ablauf gewohnter Handlungen beeinträchtigen.
- Fragen Sie uns oder informieren Sie sich in Sanitätshäusern und Apotheken über passendes Inkontinenz-Material. Der Hausarzt verschreibt diese Hilfsmittel.
- Inkontinenz-Material sorgfältig aussuchen. Unwohlsein durch Einlagen sorgt dafür, dass der Kranke diese Einlagen wieder entfernt.
- Auf leicht zu öffnende Kleidung achten.
- Ausziehen von Kleidungsstücken mit viel Zeit, Geduld und Schritt für Schritt üben.
- Patienten verstecken öfters nasse Einlagen oder Unterhosen. Stellen Sie den Kranken nicht vor ein unlösbares Problem, indem Sie fragen: „Warum hast du das versteckt?“ Räumen Sie es weg und vermitteln Sie dem Kranken: „Es ist nicht schlimm, das bringen wir in Ordnung“. Der Kranke schämt sich für diese Dinge und er zieht sich entweder zurück oder versucht es auf andere Personen zu schieben.
- Lassen Sie Ihrem Kranken viel Zeit, ermutigen und loben Sie ihn.