



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

Kleidung, Körperpflege & Duschen, Selbstständigkeit unterstützen

Ausreichend Zeit mitbringen und für eine entspannte Atmosphäre sorgen

Kleidung

- Gegenstände und Kleidung des Kranken immer an den gleichen Platz legen.
- Die Auswahl der Kleidungsstücke begrenzen.
- Pflegeleichte, leicht an- und auszuziehende Kleidung wählen (ohne Gürtel, wenige und nicht zu kleine Knöpfe, Zweiwege-Reißverschlüsse, etc.)
- Abends zusammen mit dem Kranken die Kleidung vorsortieren und für das Anziehen in der richtigen Reihenfolge bereitlegen.
- Die Bekleidung sollte immer leicht zu öffnen sein – erleichtert auch den Toilettengang.
- Kleidungsstücke möglichst nicht über den Kopf ausziehen – das kann Angst machen.
- Beim Ankleiden, immer nur ein Kleidungsstück in die Hand geben.
- Für rutschfeste Hausschuhe sorgen.
- Wenn der Kranke darauf besteht, immer dasselbe anzuziehen: zwei gleichartige Kleidungsstücke besorgen, um die verschmutzte Kleidung unauffällig reinigen zu können.

Körperpflege

- Den Kranken von vorne pflegen und Blickkontakt suchen und halten.
- Pflegeablauf in einzelne Schritte gliedern (zum Beispiel: Gesicht waschen, Gesicht trocknen, Gesicht eincremen, Haare kämmen, etc.) und den Kranken vorab über den nächsten Schritt informieren.
- Wenn möglich immer mit einer Hand Körperkontakt halten (zum Beispiel eine Hand auf der Schulter liegen lassen): Das vermittelt Sicherheit.
- Wenn die Körperpflege nicht mehr so durchführbar ist wie früher – einfach weniger machen.

>



Duschen

- Körperpflege beim Duschen: Immer von unten nach oben.
- Haare beim Duschen erst zum Schluss waschen: Ein Demenzkranker wird unruhig, wenn das Wasser in Ohren, Augen oder Mund läuft.
- Besser duschen als baden: Duschen gibt das Gefühl, sich bewegen zu können. Eine Badewanne kann einengend wirken und Angst machen. Das gilt auch für einen Badelifter.
- Sicherheit: In die Dusche Haltegriffe einbauen lassen und den Kranken einen Duschhocker benutzen lassen.

Selbstständigkeit

- Dem Kranken nicht helfen, damit es schneller geht! Ziel ist es, seine Fähigkeiten so lange wie möglich zu erhalten. Deshalb: Den Kranken darin unterstützen, soviel wie möglich machen selbstständig zu machen.
- Für Demenzkranke verlieren Worte ihre Bedeutung und Aufforderungen verstehen sie nicht mehr. Besser ist es, dem Kranken mit Gesten vorzumachen, was von ihm erwartet wird, zum Beispiel: Zähne putzen, Haare kämmen etc.
- Badezimmer übersichtlich ausstatten. Nur bereitstellen, was nötig ist. So kommt der Kranke nicht in Entscheidungsnot.
- Spiegel: Dem Demenzerkrankten die Möglichkeit geben, sich im Spiegel zu betrachten. Wenn er sich aber nicht mehr erkennt oder sich im Spiegelbild sogar als fremde Person wahrnimmt, die ihn beobachtet, verhängt man den Spiegel besser mit einem Tuch.
- Wenn etwas gut geklappt hat – den Kranken viel loben! Das stärkt sein Selbstwertgefühl und Wohlbefinden.