

Leben mit Alzheimer - Betreuung und Pflege durch Angehörige

Folgende Verhaltensweisen haben sich bewährt

- Versuchen Sie nicht, Demente von der "Realität" überzeugen zu wollen. Soweit es möglich ist, sollte man nutzlosen Streit vermeiden, und die Patienten in ihrer Vorstellungswelt belassen.
- Realität ist immer das, was man als solche erlebt. Alzheimer-Patienten erleben eine andere Realität als ihre Angehörigen. Will man diese Realität korrigieren, führt dies meist nur zu Angst, Verwirrung und Ärger. Hilfreicher ist, wenn Sie die Patienten möglichst oft bestätigen und Erfolgserlebnisse vermitteln können.
- Versuchen Sie nicht, Alzheimer-Patienten gegen deren Willen mit Denksportaufgaben zu trainieren. Helfen Sie ihnen lieber dabei, mit Symbolen, Erinnerungen, Merktzetteln etc. mit dem nachlassenden Gedächtnis umzugehen.
- Demente Personen organisieren ihr Leben meist nicht mehr nach einem inneren Plan sondern nach äusseren Anreizen. Sie trinken z.B. ein Glas Wasser, wenn sie es sehen, nicht weil sie wissen, dass sie 2 Liter pro Tag trinken müssen. Eine Tür lädt dazu ein, durch sie das Haus zu verlassen. Ein Mantel ebenfalls. Untersuchen Sie Ihre Umgebung auf solch ungewollte Anreize. Es empfiehlt sich, nicht auf die Einsicht zu vertrauen, sondern soviel Gefahrenquellen wie möglich von vorneherein auszuschalten.
- Denken Sie daran, dass Alzheimer die Betroffenen stark verunsichert, da immer mehr Orientierungsmöglichkeiten in Raum und Zeit wegfallen. Daher sind sie auf der Suche nach Bekanntem (meist aus der Vergangenheit), das ihnen Sicherheit gibt.
- Nicht nur Gesunde neigen dazu, eigene Fehler (auch vor sich selbst) zu vertuschen oder anderen die Schuld daran zu geben. Bei Alzheimer-Patienten häufen sich die krankheitsbedingten Fehlleistungen. Vermeiden Sie es, sich in einen Streit über die Schuldfrage hineinziehen zu lassen.
- Und nicht zuletzt: Denken Sie auch an sich: Ihre Lebensqualität ist ebenso wertvoll wie die des Kranken. Lassen Sie sich beraten. Nehmen Sie Hilfe in Anspruch. Zwischen selbst pflegen und Heimeinweisung gibt es sehr viele Zwischenstufen. Ausserdem gibt es Ferienangebote für Alzheimerpatienten und Angehörige.
- Und ganz zuletzt: Fragen Sie sich, ob Sie diese Aufgabe (einen Angehörigen mit Alzheimer zu pflegen) wirklich übernehmen wollen und welches Ihre Motive dazu sind. Es gibt zahlreiche Gründe, die Pflege ganz oder teilweise in kompetente Hände zu legen.

Quelle: alzheimer-net.ch