

Demenz als Herausforderung für Betroffene, Angehörige und uns alle

**Bildungsanlass Seniorennetzwerk Oberdiessbach
18. Oktober 2022**

Silke Däppen, Fachberaterin Demenz
Regionalleiterin Berner Oberland, Alzheimer Bern

Inhalte

- Demenz in der Schweiz
- Kurzvorstellung Angebote Alzheimer Bern
- verschiedene Demenzformen und Symptome
- Wer erkrankt an Demenz? Wie kann man vorbeugen?

Fragen / Diskussion

- Begegnung gestalten – Umgang mit Menschen mit Demenz

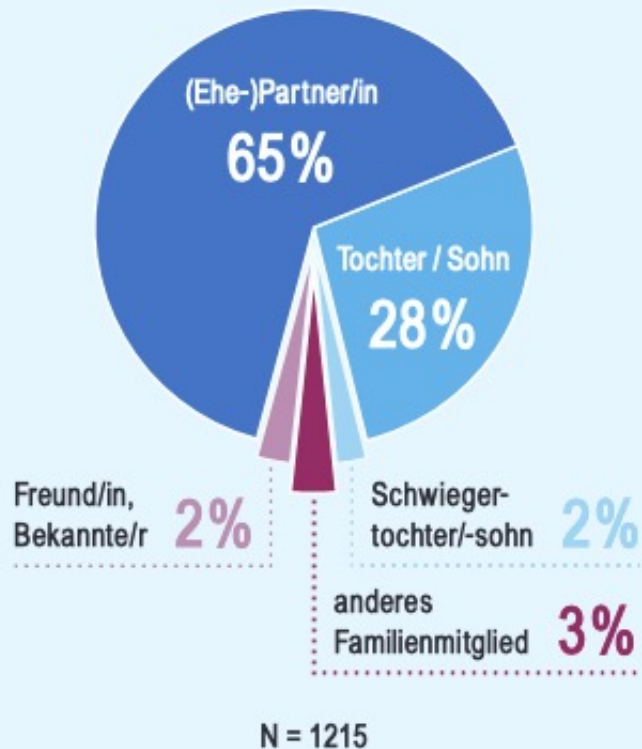
Fragen / Diskussion

Demenz in der Schweiz

Demenz – Was wissen Sie darüber?

- aktuell sind in der Schweiz rund 150'000 Menschen Demenz erkrankt, im Kanton Bern 20'350 Personen
- Demografische Modelle zeigen auf, dass sich diese Zahl bis ins Jahr 2050 mehr als verdoppeln wird auf über 315'000
- Mehr als die Hälfte der Betroffenen werden zu Hause von den Angehörigen betreut und gepflegt.
- 70% der betreuenden Angehörigen sind Frauen
- 2/3 der betreuenden Angehörigen sind über 60jährig

Beziehungsverhältnis zur betreuten Person mit Demenz



- 75% der erkrankten Ehemänner werden von Ehefrauen betreut
- 50% der erkrankten Ehefrauen werden von den Kindern betreut
- bei den Kindern übernehmen Töchter zu drei Viertel die Betreuung
- **70% der betreuenden Angehörigen sind Frauen**
- Alter Angehörige:
 - > über 60 Jahre = Zwei Drittel der Angehörigen
 - > über 70 Jahre = 43%
 - > über 80 Jahre = 13%

Aus: Angehörigenbefragung von Alzheimer Schweiz in 2012

Kurzvorstellung Alzheimer Bern

Alzheimer Bern - Unsere Angebote 2022

- **Kostenlose Beratung**
Beratungsstellen Bern, Emmental/Oberaargau, Seeland/Biel, Oberland
- **Begleitete Gesprächsgruppen für Angehörige von Menschen mit Demenz**
- **Begleitete Selbsthilfegruppe für Betroffene in Bern**
- **Vorträge, Kurse, Schulungen**
- **Freizeitangebot für Betroffene und Angehörige**
> Infocafé Demenz, Café Unique, Tanz-Café
- **Freizeitangebot für Betroffene**
> Begleitete Spaziergänge, Wanderungen, FREIRAUM
Begleitete Museumsbesuche

Alzheimer Bern /Berner Oberland

Wer bin ich?

- Eidg. Dipl. Heimleiterin
- Nachdiplomkurs HF in Gerontologie
- Psychologische Gesprächsführung und Beratung
- DAS Demenz und Lebensgestaltung, BFH

Schwerpunkte im Berner Oberland

- Kostenlose Beratung von Angehörigen und Betroffenen
Beratungsstelle in Thun: Scheibenstrasse 3
- Referate / Weiterbildungen / Öffentlichkeitsarbeit
- Angebote für Betroffene: begleitete Spaziergänge, Info Café
- Gesprächsgruppen für Angehörige:
3 Gruppen in Thun und 1 Gruppe in Interlaken

Unsere Website www.alz.ch/be

Zurück zu Alzheimer Schweiz

 Bern



[Home](#)

[News](#)

[Kontakt](#)

[Agenda](#)

[DE](#)

[FR](#)

[Über Demenz](#)

[Angebote](#)

[Helfen Sie](#)

[Publikationen & Produkte](#)

[Über uns](#)

[Jetzt spenden](#)

031 312 04 10



/ Alzheimer Bern

/ Aktuelles

[ALLE NEWS](#) →



Vortrag "Dialog statt Vorurteil - die Kindes- und



Vortrag "Gedächtnis-training und Ernährung - Nutzen zur



Stadt Bern ermöglicht Finanzierung von Betreuung für gering

Werden Sie Mitglied

Durch Ihre Stimme erhält die Organisation politisches Gewicht! Alzheimer Schweiz engagiert sich in verschiedenen Gremien, nimmt Stellung zu relevanten Themen und politischen Aktivitäten rund um das Thema Demenz.

Wenn Sie eine Mitgliedschaft abschliessen, sind Sie automatisch Mitglied von Alzheimer Schweiz und der kantonalen Sektion Ihres Wohnortes.

Ich möchte Mitglied werden

Ja, ich will die Arbeit von Alzheimer Schweiz sowie meiner kantonalen Sektion unterstützen.

Mitgliedschaft

Einzelmitglied: Jahresbeitrag CHF 50.–

Kollektivmitglied: Jahresbeitrag CHF 200.–

Partner-/Familienmitglied (zwei Personen im selben Haushalt lebend): Jahresbeitrag CHF 80.–

Demenzformen und Symptome

Im Dunkeln würfeln...



Richard Taylor, Psychologieprofessor aus Houston, USA,
Demenzbetroffener

Was ist "normal" – was heisst "dement"?

Was gehört NICHT zum normalen Altern?



Warnzeichen für eine demenzielle Entwicklung

- Häufiges Vergessen
- Stimmungsschwankungen
- Sprachprobleme (Wortfindung)
- Häufiges Verlegen von Gegenständen
- Probleme beim Erkennen von Menschen oder Gegenständen
- Ungeschicklichkeit
- Desorientierung
- unangemessenes Verhalten
- Schwierigkeiten bei Routineaufgaben/alltäglichen Aufgaben
- Persönlichkeitsveränderungen
- Wahnhafte Vorstellungen
- Fehlender Antrieb
- Unruhe

Demenzformen

Lewy-Körper-Demenz
Frontallappen-Demenz

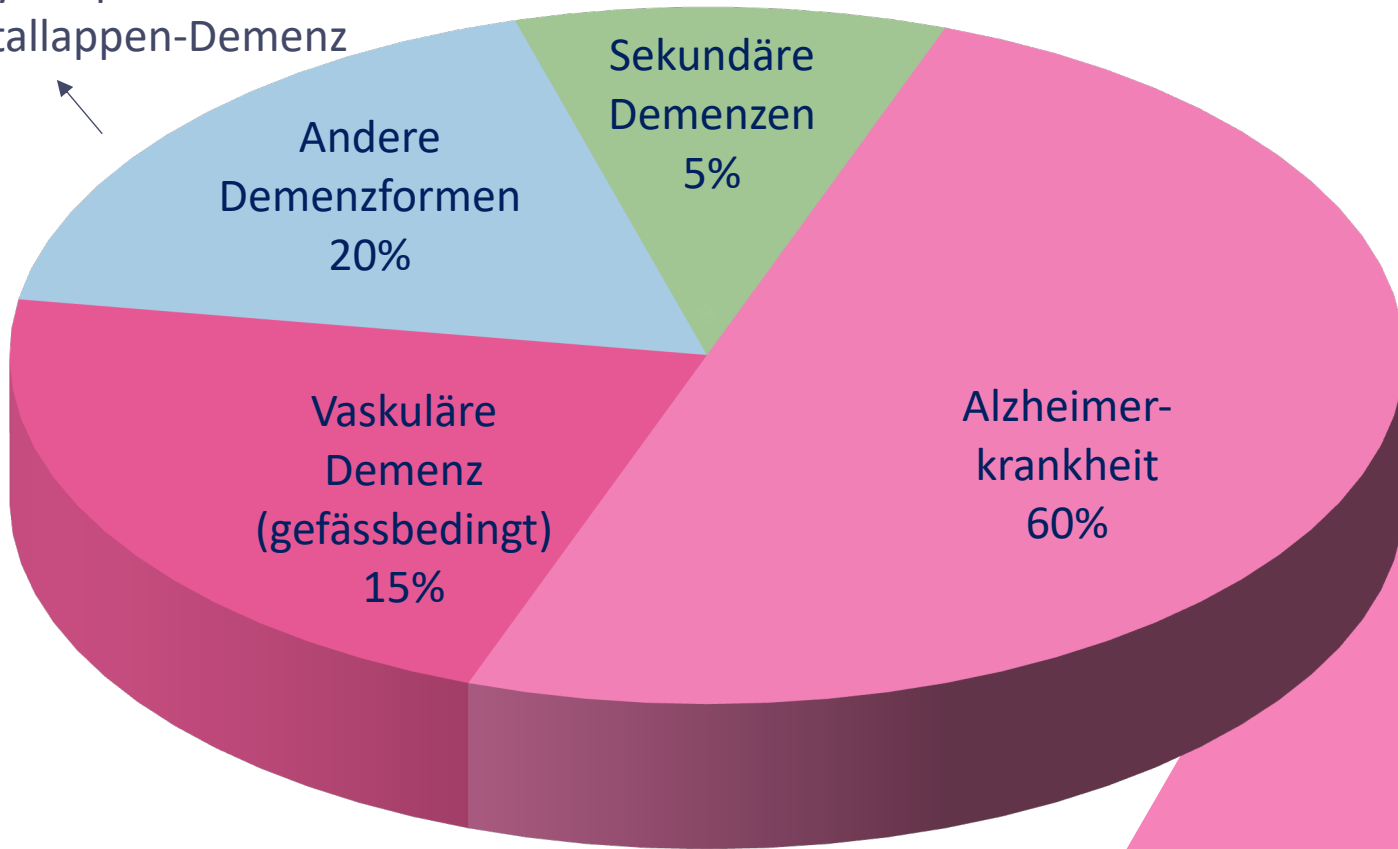


Andere
Demenzformen
20%

Sekundäre
Demenzen
5%

Vaskuläre
Demenz
(gefäßbedingt)
15%

Alzheimer-
krankheit
60%





Definition Alzheimer Demenz

Gedächtnisstörung: gestörte Einprägung

Kurzzeitspeicher



20 – 30 Sekunden

Langzeitspeicher



lebenslang

Definition Alzheimer Demenz

Gedächtnisstörung



UND eine oder mehrere der folgenden Störungen



Aphasie
Sprache



Apraxie
Handeln



Agnosie
Erkennen



Exekutivfunktion
Planen,
Organisieren,..

Problematik der Demenz: Gedächtnisabbau



Kindheit

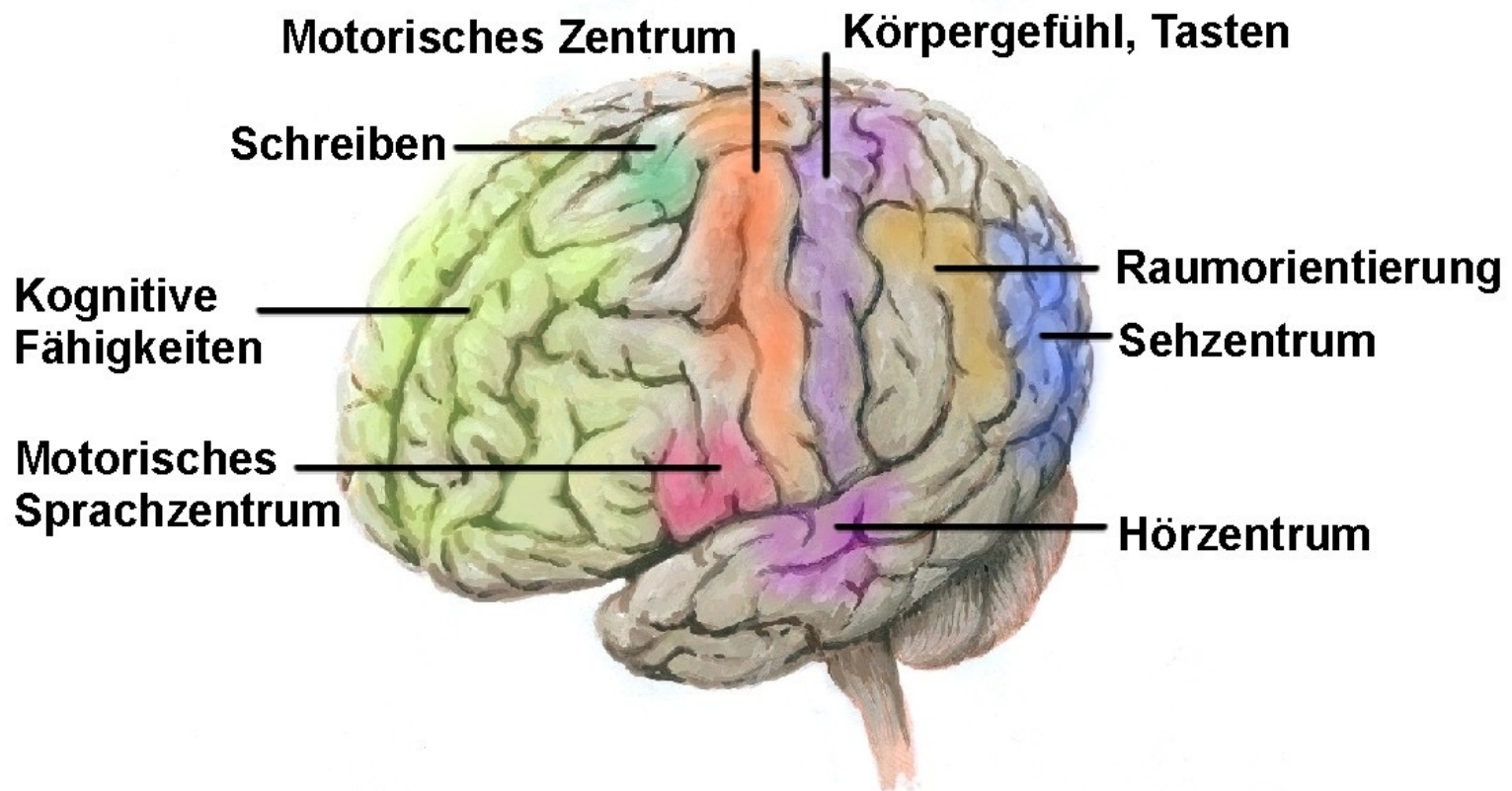
Jugend

Erwachsenenalter

Rentenalter

hochbetagt

Gehirnfunktionen



Wer erkrankt an Demenz?

Wie kann man vorbeugen?

Mit gesundem Leben

BRAINXPERT
NEED TO



...ischer Kontrolle verwenden

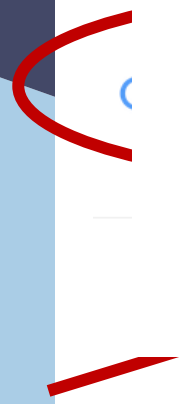
Mehr l...

Ursachen von Demenz - w
Ursachen & Risikofaktoren d. Demenz

Home > Pflege

Demenz Program

Lässt sich Gedächtnis
zumindest viel d
halten. Und auch



Gegen Demenz vorbeugen – mehr als ein frommer Wunsch?



Tipps für ein gesundes Leben - Demenz vorbeugen

- Bewegung
- Geistige Fitness
- Gesunde Ernährung
- Soziale Kontakte
- Übergewicht reduzieren
- Ausreichend Schlaf
- Nicht rauchen
- Kopfverletzungen vermeiden
- Bluthochdruck behandeln
- Diabetes behandeln
- Depressionen behandeln
- Schwerhörigkeit behandeln / Hörhilfe

Ihre Fragen?



alzheimer
Bern Berne Berna

Begegnung gestalten – Umgang mit Menschen mit Demenz

Herausforderndes Verhalten



Antwortendes Verhalten ("responsive behaviour")

Philosophie:

- Jede Art sich auszudrücken (Worte, Gesten, Handlungen) hat eine Bedeutung.
- Worte, Gesten, Handlungen sind ein wichtiges Mittel, um Bedürfnisse zu kommunizieren.
- Die Betreuungspersonen brauchen einen Perspektivenwechsel, um die Art, wie sich eine demenzbetroffene Person ausdrückt, zu verstehen.

•

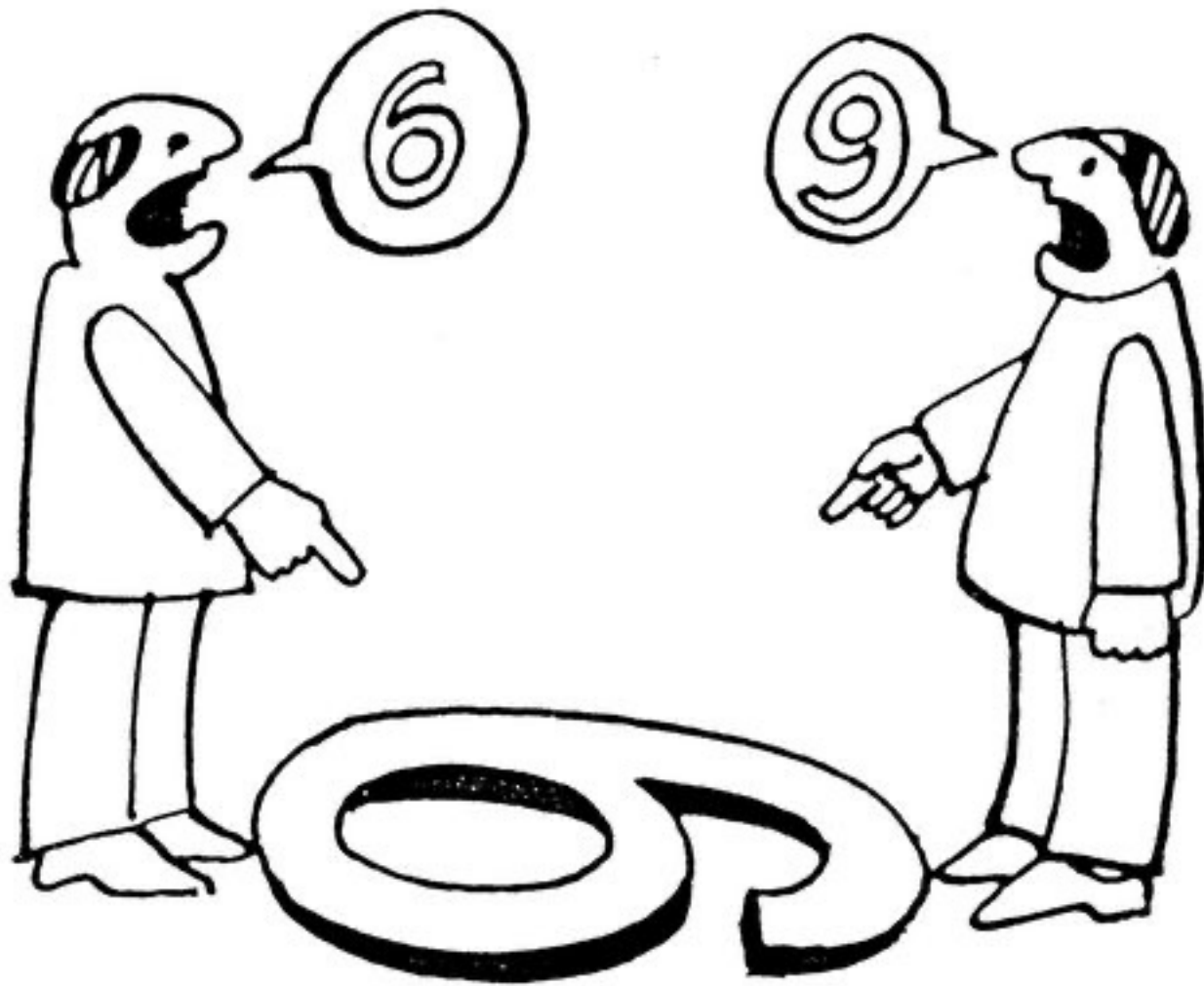
MAREP Murray Alzheimer Research and Education Program,
University of Waterloo, Canada

Umgang mit herausforderndem Verhalten

- Grund für das Verhalten feststellen
- Aggression ist eine natürliche Antwort auf Ängste und Frustration
- Mögliche Beschwerden abklären
- Frustration und Risiken innerhalb der Umgebung beobachten
- Ruhig bleiben, Stimme senken
- Beruhigende Körpersprache wie Innenflächen der Hände zeigen, ein paar Schritte zurückgehen
- Diskussion bzw. Situation evtl. abbrechen

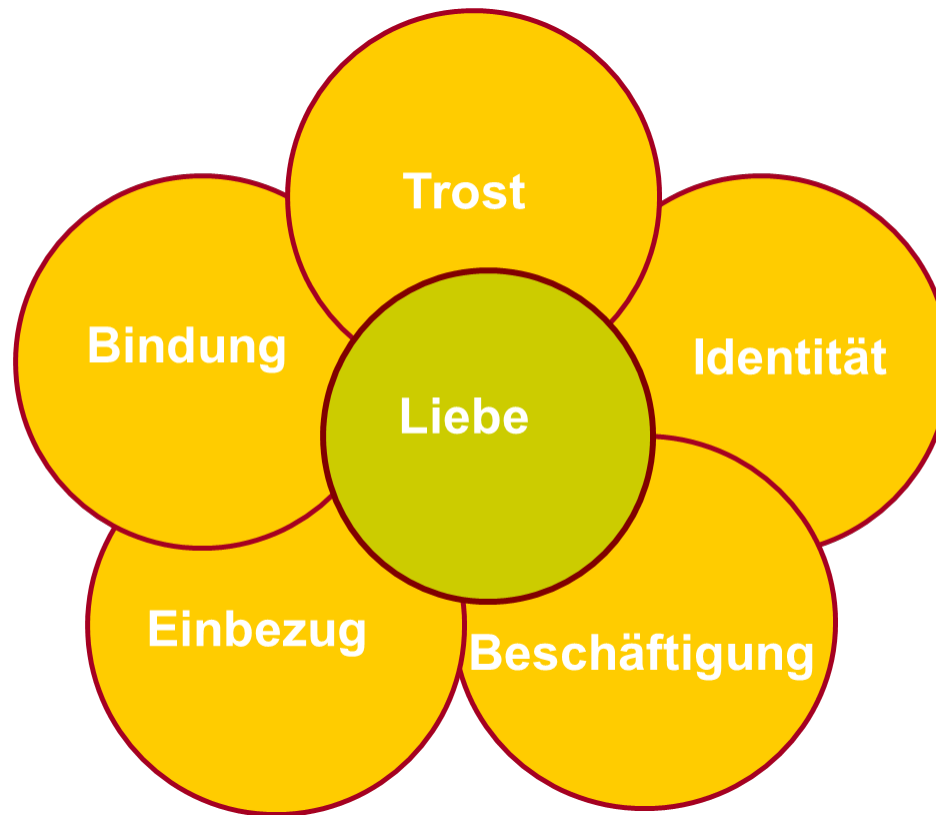
Wie können wir die Kommunikation gestalten?

- einfache Sprache anwenden, nur eine Information pro Satz
- besser geschlossene statt offene Fragen stellen
- Zeit geben zu antworten, allenfalls die Frage genauso wiederholen
- Handlungen anleiten, freundlich Punkt für Punkt, mit Pausen
- positive Formulierungen verwenden, „nicht“ wird oft überhört
- Nur über im Moment Sichtbares sprechen, erleichtert das Verständnis



Bedürfnisse von Menschen (auch mit Demenz)

Der personenzentrierte Ansatz nach Tom Kitwood



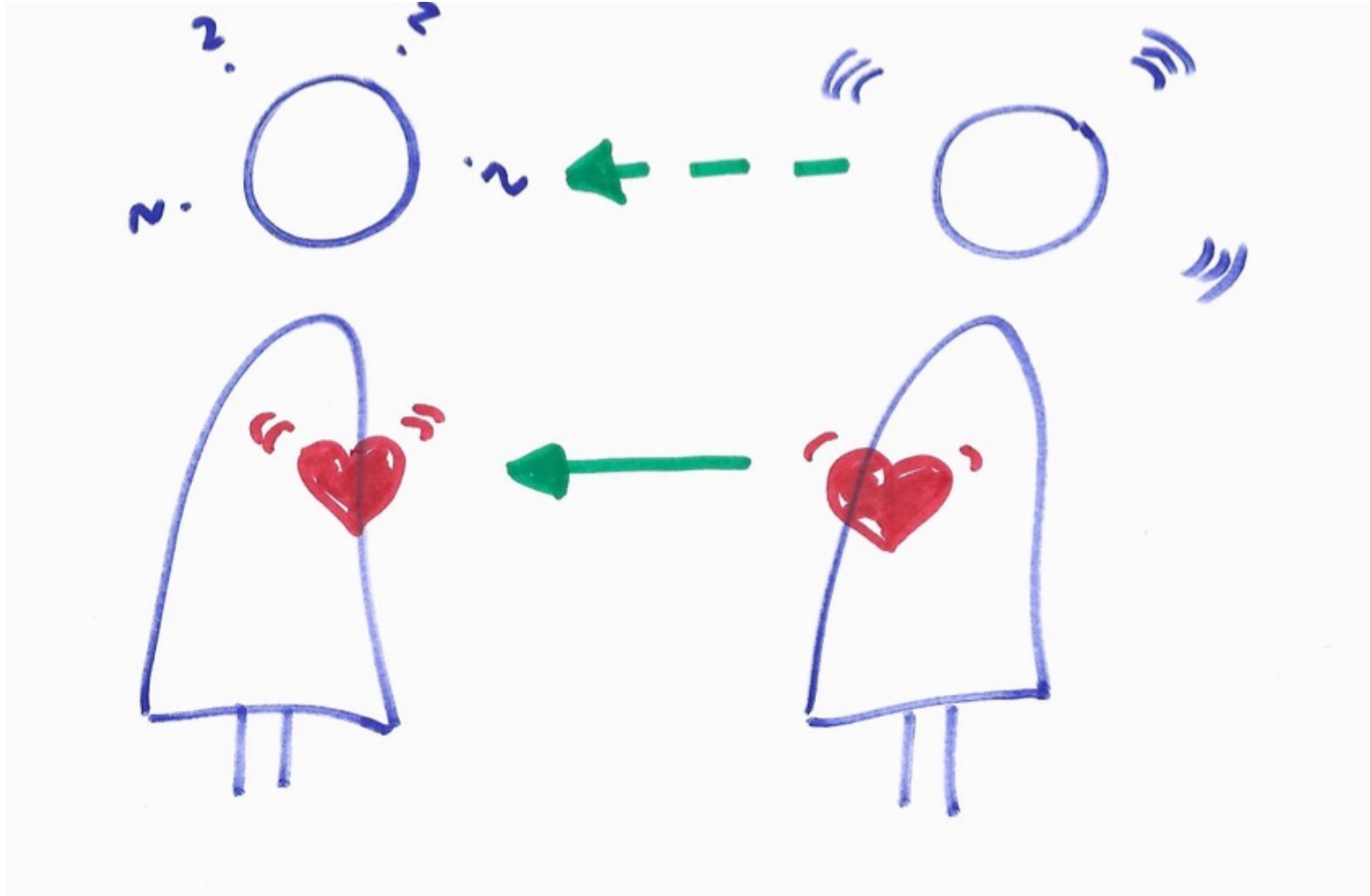
Integrative Validation nach Richard (Grundlage)

Menschen mit Demenz äussern....

- **Antriebe**
Ordnungssinn, Fürsorge, Gerechtigkeitssinn, Stolz, Pünktlichkeit, Bescheidenheit, Autoritätsgläubigkeit, etc.
- **Gefühle**
Freude, Trauer, Verzweiflung, Resignation, Ärger, Ratlosigkeit, Wut, Ungeduld, etc.

Paradoxer Effekt

- Wenn ein Gefühl, ein Antrieb nicht wahrgenommen wird, beschwichtigt wird, hat es die Tendenz, sich noch stärker zu äussern
- Wenn ein Gefühl, ein Antrieb wahrgenommen wird, akzeptiert und benannt wird, kann es sich auflösen
- Angenehme Gefühle und Antriebe werden lebendiger



Wünsche – formuliert von Richard Taylor, Houston, USA

«Bitte heisst Menschen mit einer Demenz willkommen, statt euch von ihnen zu verabschieden.

Ich wünsche mir, dass andere mit mir reden und mir zuhören.

Ich möchte, dass sie mir Fragen stellen, auch wenn ich nicht alle Antworten weiss.

Ich will so behandelt werden, als ob ich das gleiche Potenzial besitze wie du, nur, dass es eben schwieriger ist für mich, es umzusetzen».



**«.. Nicht was wir erleben,
sondern wie wir empfinden
was wir erleben,
macht unser Schicksal aus».**

**Marie von Ebner-Eschenbach
(1830-1916)**

Ihre Fragen?

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!