

Pflege von Demenzkranken

Wer die Betreuung und Pflege eines Demenzkranken übernimmt, hat meist keine Vorstellung von den besonderen Anforderungen, die eine Demenzerkrankung erfordert. Darauf sind pflegende Angehörige nicht vorbereitet.

Die Pflege eines Demenzerkrankten erfordert weit mehr als die Versorgung mit Essen und kleinen Handreichungen bei körperlichen Beschwerden. Die Betreuung und Begleitung über 24 Stunden, ständig Ansprechpartner sein, die Verantwortung übernehmen für einen lieben Angehörigen, mit den ständigen Veränderungen seiner Persönlichkeit fertig werden. Das sind die Situationen, die den Pflegenden fordern und Kraft kosten, ihn aushöhlen und schnell an die Grenze der Belastbarkeit kommen lassen. Wenn das Gedächtnis nicht mehr so funktioniert, Orientierungsschwierigkeiten hinzukommen, kann der Alltag schnell aus den Fugen geraten.

Die Traurigkeit über den Verlust des geliebten Angehörigen, so wie er einmal war, verschärft die ganze Situation noch. Es kommt zu Stresssituationen. Die Pflegenden von an Demenz erkrankten Menschen leiden stärker unter Stress und Depression als andere Pflegenden. In Projekten zur Angehörigenberatung an der Universität Leipzig (Wilz, Adler, Gunzelmann) benannten Angehörige folgende Stressoren als besonders belastend:

Einschränkung persönlicher Freiräume („Ich habe kein eigenes Leben mehr“), Verlust von Kommunikationsfähigkeiten

(„Meine Mutter ist kein Ansprechpartner mehr“)

Desorientiertheit („Sie möchte immer nach Hause, obwohl sie doch da ist“)

Fehlende Einsichtsfähigkeit („Sie ist keinen Vernunftgründen zugänglich“)

Aggressivität („Wutanfälle, Schlagen, Kneifen“)

Inkontinenz („Er hat mich angekackt“).

Der Grad der Belastung ist abhängig vom Alter und der Gesundheit der Pflegenden, von der persönlichen Beziehung zum Gepflegten, in welcher Form die Pflege erfolgt. Lassen die Pflegenden private und professionelle Hilfe zu, lassen sie sich beraten? Ferner spielen auch die Bewältigungsstrategien dazu eine große Rolle. Wie kann also hier der Stress bewältigt werden? Es gilt, die Situation ständig neu zu bewerten unter dem Gesichtspunkt, was noch möglich und machbar ist.

Zum Schluss noch einige Tipps von Angehörigen für Angehörige zum Stressabbau:

Rechtzeitig um Hilfe bitten, offen mit der Krankheit umgehen – anderen die Veränderungen erklären, auch anderen etwas zumuten – nicht nur sich selbst, immer wieder mal tief durchatmen, sich selbst etwas Gutes tun – Freizeit, Bummeln, in Ruhe zum Frisör, Freundinnen-Nachmittag, fröhlich sein und tanzen – auch mit ihrem pflegebedürftigen Angehörigen, sich an der frischen Luft bewegen und auch neue Wege suchen.

Annerose Kiefer, Meine Brücke, ☎ (06438) 835991, www.meine-bruecke.de.(kur)



Annerose Kiefer hilft Angehörigen von Demenzkranken.