

Aktivierende Betreuung: Türen öffnen zum Menschen mit Demenz

Gerhard Pohl (AAI)

Alzheimer

ANGEHÖRIGEN
INITIATIVE e.V.



Meine Damen und Herren, liebe Angehörige,

wir haben heute viel gehört, welche positiven Auswirkungen Menschlichkeit und Würde im Umgang mit Demenzkranken haben.

Auch ich möchte mit meinem Vortrag aufzeigen, wie wir Betreuer der Alzheimer Angehörigen-Initiative jede Chance nutzen, im Rahmen der aktivierenden Betreuung Türöffner zu finden, zu Menschen mit Demenz.

Aktivierende Betreuung öffnet nicht nur Türen, sondern hilft auch, vorhandene Fähigkeiten länger zu erhalten.

Viele Pflegekräfte und auch Angehörige glauben oft, wenn sie einen Demenzkranken in sich zurückgezogen vorfinden, dass sie ihn durch nichts mehr erreichen können.

Liebe Zuhörer, ich weiß aus langjähriger Erfahrung: Es gibt immer einen Zugang zu Demenzkranken. Der Türöffner dazu liegt aber nicht immer auf der Hand - im Gegenteil: Oft muss man ihn erst mühsam aufspüren.

Dazu möchte ich Ihnen jetzt einige Beispiele im Zusammenhang mit unseren Hilfsangeboten vorstellen.

Anfang dieser Woche kamen unsere Urlaubs-Familien aus dem

Betreuten Urlaub

in Boltenhagen zurück. Seit mehreren Jahren organisieren wir in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Mecklenburg Vorpommern 4 Durchgänge für jeweils 16 Familien pro Jahr. In der Adventszeit fahren außerdem 15 Familien für sieben Tage nach Bad Bevensen.

Wir wissen, dass der Verbleib in einem vertrauten Umfeld für Demenzkranke besonders wichtig ist. Trotzdem erfahren wir immer wieder wie die Betroffenen im Betreuten Urlaub aufleben und die Angehörigen sich staunend über die noch vorhandenen Fähigkeiten ihrer Partner äußern. Schon nach wenigen Tagen haben sich die Kranken an ihre BetreuerInnen gewöhnt, werden in Kleingruppen betreut und die Angehörigen können entspannen, machen Ausflüge und schließen neue Bekanntschaften.

Sie werden es nicht glauben, durch unsere aktivierende Betreuung geschehen sogar Wunder in Boltenhagen. Im vorigen Jahr reiste ein Demenzkranker im Spezialrollstuhl an. Er konnte nicht stehen und schon gar nicht gehen. Tag für Tag haben wir diesen Demenzkranken immer wieder aus dem Rollstuhl gehoben und mit Unterstützung von zwei Betreuern ist der Kranke jeden Tag ein Stückchen weiter gelaufen. Wir waren selber über den ständigen Fortschritt erstaunt und beobachteten sein glückliches Gesicht. Nach acht Tagen sah seine Frau mit Freudentränen in den Augen, wie wir mit ihrem Mann im Arm nicht nur ein paar Schritte, sondern die Strecke bis zum Strand der Ostsee gelaufen sind.

Erwähnenswert ist auch immer wieder das tolle Engagement junger Krankenschwester- und AltenpflegerschülerInnen, die als Betreuer unter unserer fachlichen Anleitung den Urlaub in dieser Form erst so ermöglichen. Wie jedes Jahr sind auch heute einige ihnen unter uns. Hallo Kollegen, zeigt Euch doch mal. Liebe Gäste als Dankeschön bitte ich um einen herzlichen Applaus.

Dankeschön.

Unsere

Angehörigengesprächsgruppen mit gleichzeitiger Krankenbetreuung



erfreuen sich großer Nachfrage. Können sich dort die Angehörigen doch die Last von der Seele reden, finden Verständnis bei Gleichbetroffenen, erhalten Informationen und Ratschläge und können selber Ratschläge geben. In meiner Lichtenberger Angehörigengruppe geht es immer sehr lebhaft zu. Zwar fließen dort oftmals auch Tränen, aber ich kann Ihnen versichern, dass der ausgelassene Humor nicht zu kurz kommt. Derweil werden die Demenzkranken von unseren Mitarbeitern in einem anderen Raum aktivierend betreut. Nach einem gemeinsamen Kaffeetrinken wird wahlweise gesungen, getanzt und auch viel gelacht. Die Lieder wählen wir stets zur passenden Jahreszeit aus, um damit Orientierungshilfe zur Zeit zu geben.

Aktivierung Demenzkranker im Heim

Warum ist dies notwendig? Unsere Demenzkranken sind meist in stationärer Umgebung doppelt isoliert. Eine langjährige Angehörige musste ihren demenzkranken Mann nach einem Schlaganfall mit halbseitiger Lähmung in die Obhut eines Pflegeheimes geben. Nach ein paar Wochen fragte sie völlig verzweifelt bei uns nach, ob wir nicht helfen könnten. Obwohl ihr Mann noch körperlich in der Lage wäre in den Rollstuhl gesetzt zu werden, ist kein Pfleger des Heimes bereit ihren Mann aus dem Bett zu holen. Sie tun es nicht mit der Begründung, er kooperiere nicht mit und außerdem sei es zu schwer für sie. Natürlich haben wir uns sofort gekümmert. Als ich ins Heim kam, sah ich direkt neben dem Fahrstuhl das Pflegeleitbild des Heimes. Als ich las, was da alles drin stand, fragte ich mich weshalb unsere Hilfe hier überhaupt gebraucht wird. Für mich gab es jedenfalls keine Probleme, den Kranken in den Rollstuhl zu setzen und mit ihm in den Garten zu gehen. Auf einmal wurde die Welt für den Kranken wieder größer. Er spürte die frische Luft, nahm den Sonnenschein wahr und hörte die Vögel zwitschern. Bei meinen weiteren Besuchen hat sich auch seine Frau unserem Spaziergang angeschlossen und wir haben auf dem Wochenmarkt gemeinsam Aprikosen gekauft, die der Kranke mit Genuss gegessen hat. Noch heute bekommen die Angehörige und der Demenzkranke jede Woche unsere Unterstützung.

Unsere Häusliche Entlastungsbetreuung

hat einen ganz entscheidenden Vorteil: wenn ich z.B. jeden Donnerstag in Friedrichshagen bei Frau Ehrig erscheine, bin ich erst einmal für 4 Stunden für sie und ihren Alzheimerkranken Mann da. Welcher Altenpfleger hat heutzutage in den Sozialstationen bzw. Pflegeheimen schon soviel Zeit für eine Familie?

Frau Ehrig schafft es z.B. nicht mehr allein, mit ihren Mann die 16 Stufen zu überwinden, damit er mal an die frische Luft kommt. Deshalb freut sie sich immer, wenn ich komme. Nach einem Schwätzchen kommt Herr Ehrig gerne meiner Aufforderung nach mit mir ums Karree zu gehen. Wahlweise gehen wir Eis essen oder einfach nur durch den Supermarkt bummeln. Die Vielfalt der ihm vertrauten Nahrungsmittel nutze ich, um mit ihm z.B. über Erbsen, Bockwurst oder das Angebot der Bierflaschen zu sprechen. Es ist immer wieder erstaunlich wie viele Worte Herr Ehrig durch diese Anregung auf einmal findet.

Wenn er später dann sein Mittagsschläfchen hält ist noch reichlich Zeit für lange Gespräche mit der pflegenden Angehörigen Frau Ehrig. Wir reden über alles, was sie bedrückt, aber wir haben auch Zeit zum „Philosophieren“ wie sie immer so schön sagt. Nach vier Jahren Betreuung gehöre ich da schon fast zur Familie.

Alzheimer Tanzcafé

zweimal in Berlin. Na da sollten Sie mal reinschauen. Schon nach einer halben Stunde ist nicht mehr zu erkennen, wer hier der Demenzkranke, wer der Betreuer oder der Angehörige ist.

Beim letzten Tanzcafé in Zehlendorf kam eine pflegende Tochter mit ihrer Demenzkranken Mutter etwas später. Die Musikband „Little Rock“ spielte schon und es wurde auch schon fleißig getanzt. Als die Demenzkranke mich sah, kam sie freudestrahlend auf mich zu und übergab kurzerhand ihre beiden Gehhilfen, mit denen sie schwerfällig in den Tanzsaal kam, einer anderen Betreuerin. Sie wippte ausgelassen mit den Schultern, schnappte meine Hände und dann tanzten wir beide nach beschwingter Walzermusik.

Die beiden Gehhilfen waren längst vergessen.

Die Kranken werden durch die alten Melodien zu rhythmischen Bewegungen stimuliert. Das weckt nicht nur schöne Erinnerungen, sondern regt auch zu vielen Aktivitäten an, wie Tanzen, Schunkeln oder Mitsingen.

Es ist immer wieder für alle Beteiligten ein schönes Erlebnis zu sehen, wie ein Stück Normalität und natürlich auch Lebensfreude in den mühevollen Pflegealltag gelangt.

Unsere Betreuungsgruppen

in den Bezirken Wilmersdorf, Treptow, Zehlendorf, Lichtenberg und Wedding sind schon fast alle ausgebucht. Weitere Betreuungsgruppen werden Anfang nächsten Jahres ins Leben gerufen.

Mit viel Engagement und minimalen finanziellen Mitteln sind Betreuungsgruppen ein leicht zugängliches Angebot mit einem beachtlichen Entlastungseffekt für unsere Angehörigen. Die Kranken werden in einem beschützenden Rahmen von uns für vier Stunden aktivierend betreut.

Mit einem Lächeln begrüßen uns die Kranken, da sie sich in unseren Betreuungsgruppen mittlerweile schon wie zu Hause fühlen.

Auch Angehörige fühlen sich bei uns wohl und bleiben oft ein Stündchen, um beim gemütlichen Zusammensein ein wenig mitzumachen. Dabei sehen sie auch, dass sich die Demenzkranken untereinander sehr gut verstehen und dass sogar häufig noch eine Unterhaltung möglich ist. Wir beobachten immer wieder, dass Demenzkranke sich miteinander angeregt „unterhalten“, ohne dass wir als Betreuer der Unterhaltung folgen können. Die Kommunikation unter Demenzkranken läuft auf der emotionalen Ebene.

Wir machen schöne Spaziergänge z.B. in einen nahe gelegenen Park. Diese Spaziergänge sind ebenfalls eine wichtige Orientierungshilfe zur Jahreszeit.

Jetzt im Herbst raschelt das Laub, Blätter werden gesammelt und dann als Tischschmuck verwendet.

Das Singen bekannter Volkslieder und Schlager, sowie das Tanzen im Sitzen kommen bei uns ebenfalls nicht zu kurz. Bei diesen Aktivitäten sind bunte Tücher und Klanghölzer wichtige Elemente, welche die Kranken zum Mitmachen anregen. Dabei strahlen nicht nur die Augen der Demenzkranken, auch wir Betreuer fühlen uns sehr wohl.

Auch unsere Mahlzeiten strukturieren den Tagesablauf. Jeder weiß, in Gesellschaft essen ist ein wichtiges gemeinschaftsstiftendes Ritual. Darum gestalten wir die Mahlzeiten so angenehm, wie möglich. Wir unterstützen die Selbständigkeit der Kranken mit allen Mitteln. Bei uns dürfen die Betroffenen so essen, wie es die Krankheit noch zulässt, eben auch mal mit den Fingern.

Wir wissen, dass Menschen mit Demenz Probleme haben einfachste Entscheidungen zu treffen. Deshalb stellen wir auch bei der Wahl eines Getränkes keine Alternativfragen, sondern wählen selber und warten die Zustimmung oder Ablehnung des Kranken ab.

Wir fragen also nicht: Möchten Sie Tee, Kaffee oder Limonade?

Sondern vielleicht in der Art: Möchten Sie Kaffee trinken? Ich hätte Appetit auf eine Tasse Kaffee.

So geben wir jeden Kranken das Gefühl der Selbständigkeit und Selbstbestimmung.

Aber nicht jeder Demenzkranke ist in der Gruppe leicht zu betreuen. Doch wir gehen auf jeden Kranken individuell ein.

Da wird z.B. ein manchmal etwas zurückgezogener und schwer erreichbarer Demenzkranke sofort hellhörig und aufmerksam, wenn es darum geht, was wir denn nächste Woche gemeinsam zum Mittagessen kochen - er setzt Kartoffelpuffer durch. Aber bitteschön nach seinem Rezept. Dazu bringt er extra von zu Hause eine Handreibemaschine mit.

Und wenn dieser Kranke mal wieder etwas missgestimmt ist, dann legen wir Johannes Heesters auf „Man müsste Klavier spielen können“, denn 1932 hat er Johannes Heesters in München in einem Konzert gesehen. Das haben wir von der pflegenden Ehefrau erfahren und gleich in unserem Biografiebogen vermerkt.

Nach vier Stunden Betreuung verabschieden wir uns dann herzlich von den Kranken und geben sie wieder in die Obhut des Angehörigen.

Für ein paar Stunden konnte dieser seinen ganz persönlichen Freiraum genießen und dabei lernen auch mal ein Stück loszulassen.

Das ist ein wichtiger aber oftmals langwieriger Prozess.

Wenn der Angehörige das Ziel verfolgt, seinen Kranken so lange als möglich in häuslicher Umgebung zu belassen, wird ihm das nur gelingen, wenn er lernt, folgende drei Dinge zu beachten:

- Schrittweise ein Stück loszulassen
- Sich dem Verlauf der Krankheit immer wieder neu anzupassen
- Und ganz wichtig: ausreichende Entlastungsangebote für sich in Anspruch zu nehmen

Das Loslassen gelang einer pflegenden Tochter, die ihre Mutter vor etwa einem Monat das erste Mal in eine unserer Betreuungsgruppen brachte. Ich darf ihre Eindrücke, die sie in der Internet Selbsthilfegruppe im AlzheimerForum schrieb zitieren:

„Hallo meine Lieben, ich habe es getan. Ich habe ein Stück los gelassen. Heute endlich habe ich Mutti zur Betreuungsgruppe gebracht. Als wir dort ankamen war dann dort alles schön hergerichtet. Eine Betreuerin hat sich sofort um Mutti gekümmert. Ich konnte mit einem Zweiten reden. Ein Dritter begrüßte mich mit Handkuss. Klingt doch gut oder? Es waren 4 - 5 Betreuer und 8 Betreulinge. Beim Abholen tanzte Mutti mit einer Betreuerin und einem fremden Mann. Ein Lächeln auf dem Gesicht. Draußen habe ich gefragt, was sie noch gemacht haben. Nach einer ganzen Weile kam dann: gesungen haben wir. Nächste Woche ist Mutti wieder dabei.“

Zitat Ende.

Lassen Sie mich nun zusammenfassend sagen:

Vorraussetzung für die Arbeit mit Demenzkranken ist es, seine Lebensgeschichte, seine Vorlieben und Abneigungen kennen zu lernen, um dadurch sein Verhalten besser interpretieren zu können. Sie erinnern sich an den Kranken, der Johannes Heesters so gerne hört?

Die Begleitung eines Menschen mit Demenz kann eine sehr lohnende Aufgabe sein, wenn Sie merken, dass Sie diesem Menschen durch schwierige Situationen im Alltag hindurch geholfen haben.

Ein Demenzkranker hat ein Recht darauf, ein so ausgefülltes und aktives Leben zu führen, wie es ihm mit seiner Krankheit irgend möglich ist.

Wie Sie jetzt erfahren haben, nutzen wir von der AAI jede Chance dem Demenzkranken Anregungen und Aktivitäten anzubieten, die in Intensität und Individualität für ihn angemessen sind.

Geben auch Sie unseren Demenzkranken weiterhin die Chance trotz Krankheit ein lebenswertes Leben führen zu können.