

Technische und pflegerische Hilfen

Günther Schwarz

Technische Hilfsmittel können die Betreuung und Pflege eines Menschen mit Demenz erheblich erleichtern – in jedem Stadium der Erkrankung. Mittlerweile bietet der Handel für viele Situationen Lösungen an. Wo Sie sich über solche Produkte informieren können, finden Sie am Ende des Artikels.

Doch es müssen nicht immer teure und fertig gekaufte technische Hilfsmittel sein. Wie die folgenden Beispiele zeigen, lässt sich auch mit einfachen Mitteln und etwas Kreativität viel erreichen.

Hilfen bzw. Problemlösungen für Menschen mit Demenz sind am wertvollsten, wenn sie gut auf das individuelle Problem und die Gegebenheiten vor Ort abgestimmt sind. Es können je nach Fall technisch sehr ausgeklügelte und aufwendige, aber auch bestechend einfache Lösungen sein.

• Textilband

Eine besonders einfache Lösung fand zum Beispiel eine Ehefrau, die nachts im Schlaf nicht bemerkte, wenn ihr demenzkranker Mann auf die Toilette gehen wollte und Begleitung brauchte. Sie kam auf die einfache Idee, ihr Bein mit einem elastischen *Textilband* mit dem Bein ihres Mannes zu verbinden. Sobald ihr Mann aufstehen wollte, wurde sie durch das Ziehen am eigenen Bein geweckt. Für sie und ihren Mann war das eine geeignete und wenig aufwendige Lösung.

• Stoffbänder

Eine andere Ehefrau machte gute Erfahrungen mit breiten *Stoffbändern*, die sie als Wegführung links und rechts des Wegs zwischen Schlafzimmer und Toilette spannte. Auch Lichtbänder am Boden können eine Hilfe sein.

• Bewegungsmelder

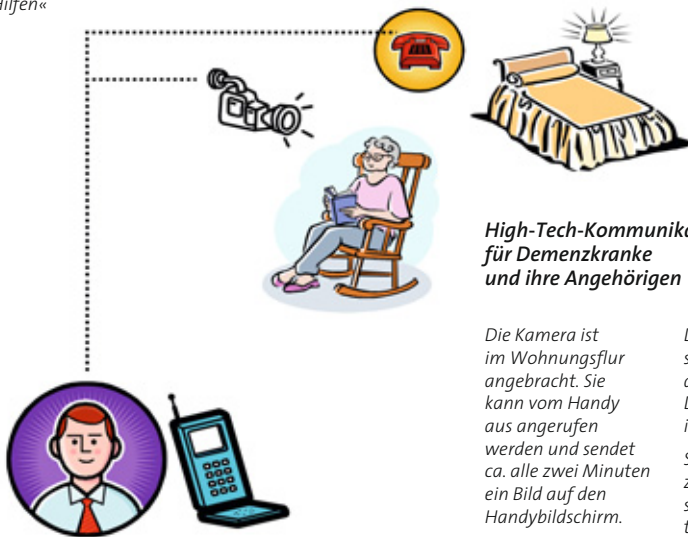
Ein anderes Ehepaar hatte wegen der nächtlichen Aktivitäten des demenzkranken Mannes bereits getrennte Schlafräume. Leider fand der Mann nachts immer häufiger die Toilette nicht mehr. Ein Elektriker baute im Schlafräum des Mannes einen *Bewegungsmelder* ein, der ansprach, sobald der Mann aus dem Bett aufstand. Durch die elektrische Schaltung wurde ein schwaches Licht im Schlafzimmer, Flur und in der offen stehenden Toilette eingeschaltet. So fand der Mann die Toilette und meist auch wieder zurück. Nach einer gewissen Zeit wurde die Beleuchtung wieder automatisch ausgeschaltet, sofern der Mann die Lampen nicht selbst ausschaltete.



• Smartphone

Eine technisch sehr ausgeklügelte Lösung überlegte sich ein Sohn, dessen demenzkranke Mutter etwa 200 km entfernt lebte. Sie wurde tagsüber durch eine Betreuungskraft versorgt, war jedoch abends alleine. Der Sohn konnte über ein *Smartphone* Verbindung mit einer Kamera in der Wohnung

Fortsetzung
»Erfahrungen aus
der Praxis: Tech-
nische und pflege-
rische Hilfen«



High-Tech-Kommunikation für Demenzkranke und ihre Angehörigen

Die Kamera ist im Wohnungsflur angebracht. Sie kann vom Handy aus angerufen werden und sendet ca. alle zwei Minuten ein Bild auf den Handybildschirm.

Das Telefon mit Lautsprecher hebt selbständig ab, wenn angerufen wird. Die Telefonnummer ist nur dem Sohn bekannt. So kann der Sohn zum richtigen Zeitpunkt seinen Gute-Nacht-Gruß telefonisch aus 200 km Entfernung mitteilen.

der Mutter herstellen. Die dort zentral angebrachte Kamera konnte etwa alle zwei Minuten eine Aufnahme senden. Sobald der Sohn sah, dass die Mutter ihre gewohnten Gänge in der Wohnung vor dem Schlafengehen machte, wählte er das Telefon der Mutter an, zu dem nur er die Nummer kannte. Das Telefon war so geschaltet, dass es von selbst abgenommen und auf Lautsprecher umgeschaltet wurde. Die Mutter konnte zu diesem Zeitpunkt bereits das Läuten eines Telefons nicht mehr zuordnen und auch nicht mehr mit dem Gerät umgehen. Durch die technische Hilfe konnte die Mutter, ihrem seitherigen Lebensrhythmus entsprechend, noch vor dem Schlafengehen kurz mit dem Sohn sprechen und beruhigt zu Bett gehen.

Zwar wecken solche Lösungen die Assoziation einer Überwachungssituation, doch in diesem Fall war es einfach eine für beide Seiten beruhigende und sinnvolle Hilfe.

Diese vier Beispiele zeigen, wie im Einzelfall kreative individuelle Lösungen zu finden sind. Es handelte sich jeweils nicht um standardisierte, vorgefertigte Lösungen einschlägiger Hilfsmittelhersteller, sondern um übliche Gegenstände und technische Geräte, angepasst auf die individuelle Situation. In Anbetracht oft-

mals teurer Spezialprodukte haben solche Lösungen auch eine besondere ökonomische Bedeutung. Eine Alarmtrittmatte erhält man bereits ab etwa € 15,-. Ein Elektriker kann sie dann mit einem Babyphone koppeln.

Im Einzelfall kann jedoch ein teureres Produkt auch tatsächlich besser sein: *Hüftprotektoren* sind Schutzschalen, die seitlich in spezielle Unterwäsche eingebracht werden, um das Risiko eines Oberschenkelhalsbruchs bei einem Sturz zu verringern. Mehrere Firmen brachten hierzu Produkte mit unterschiedlichem Preis auf den Markt. Studien zeigten jedoch, dass nur Produkte mit hochwertigerer Verarbeitung die gewünschte Schutzwirkung erzeugen, durch die ein Oberschenkelhalsbruch bei einem Sturz bis zu 80% seltener auftritt.





Auch *Notortungssysteme für Menschen mit Demenz* in Form einer GPS-Satellitenortung sind inzwischen nicht mehr sehr teuer. Mehr dazu erfahren Sie im Beitrag auf der nächsten Seite.

Pflegehilfsmittel sind oft nur sehr individuell einsetzbar: Eine Tochter stellte der Mutter einen *Toilettenstuhl* ins Zimmer, an dessen Nutzung sich die Mutter gut gewöhnte. Dadurch ließ sich ihr früheres nächtliches Umherirren und Suchen nach einer Toilette ganz einfach vermeiden. Eine andere Tochter erlebte beim selben Versuch, dass ihre Mutter auf einem Toilettenstuhl kein Wasser lassen konnte. Der Stuhl entsprach zu wenig ihrer Vorstellung von einer Toilette – auf einem »gewöhnlichen Stuhl« sitzend, konnte sie kein Wasser lassen, obwohl sie die Erklärungen der Tochter zur Funktionsweise des Toilettenstuhls noch gut verstehen konnte.

So sind vielfältige Aspekte bei einem Hilfsmittel-einsatz für Demenzkranke zu berücksichtigen und erfordern eine individuelle, fachkundige und neu-



trale Beratung. An einigen Orten gibt es spezielle Wohn- und Hilfsmittelberatungen, auch größere Sanitätshäuser haben zum Teil gut informierte Fachberatungen zum Beispiel zu *Inkontinenzartikeln*.

Voraussetzungen für eine gute Beratung

- Guter Überblick über vorhandene Produkte im Hilfsmittelbereich und allgemeine Kenntnisse über technische Produkte
- Kreativität und praktisch-technisches Verständnis für pragmatische Lösungen
- Kenntnisse und Verständnis oder eigene Erfahrungen mit Pflegeproblemen und Abläufen bei der Pflege und Betreuung Demenzkranke

Viele weitere Informationen und Hinweise auf Produktkataloge und Websites finden Sie unter

- **www.alzheimer-bw.de**

→ *Mehr erfahren* → *Technische Unterstützung*

»Ich will nachhause!«

Vom Hin- und Weglaufen

Cathleen Schuster

Unsere ausführliche Broschüre »Ich will nachhause! – Vom Hin- und Weglaufen« können Sie bestellen unter www.alzheimer-bw.de
 → Infoservice
 → Infomaterial bestellen
 → Infobroschüren, Bücher und Hilfen...

Anna F. hat Hunger. Angetrieben von diesem Grundbedürfnis, das sie weder formulieren noch zuordnen kann, läuft sie durch ihre Wohnung, öffnet Schränke, räumt Schubladen aus. Als sie ein Foto findet, hält sie inne. »Mein Herbert. Ich weiß noch genau, wie wir uns zum ersten Mal begegnet sind...« So sitzt sie eine Weile in Gedanken versunken, bis sie eine Frage nicht mehr loslässt: »Wo ist er nur?« Anna F. hat vergessen, dass ihr Ehemann vor sechs Jahren gestorben ist. »Herbert? Herbert? Wo bist du?«

Anna F. läuft in jedes Zimmer.

»Ich muss ihn suchen.

Vielleicht ist ihm etwas passiert!« Sie verspürt Sorge und Angst und verlässt schließlich fast panisch die Wohnung – ohne Schlüssel, ohne Jacke, ohne Geldbeutel...

Die Aufregung ist groß, wenn Menschen mit Demenz allein und orientierungslos unterwegs sind.

Wo wollen sie hin? Was könnte ihnen zustoßen? Wie finden sie wieder nachhause? Nicht nur die Angehörigen geraten in Aufruhr, sondern oft auch die ganze Umgebung. Nicht selten muss sich auch die Polizei – mit hohem Aufwand – an der Suche beteiligen.

Aber ab wann muss man sich Sorgen machen, was muss man unternehmen, wie hätte das »Weglaufen« vielleicht verhindert werden können?

Ursachen und Gründe

Menschen mit Demenz sind oft sehr unruhig, innerlich angespannt und getrieben und entwickeln einen ausgeprägten Bewegungsdrang. Die Ursachen dafür sind sehr verschieden, so kann zum Beispiel eine Unruhe schlicht aus Hunger oder Durst erwachsen, sich steigern und zum »Weglaufen« führen.

Aber auch ohne erkennbaren Grund können Ängste, Unruhe und Getriebenheit auftreten. Der an Demenz erkrankte Mensch verlässt die Wohnung meist aus einem bestimmten Motiv oder mit einem Ziel. Deshalb spricht man oft auch nicht mehr vom **Weglaufen**, sondern vom **Hinlaufen**. Häufige Hintergründe sind das Bedürfnis nach Gesellschaft, die Sehnsucht nach einem vertrauten Ort der Vergangenheit, der Sicherheit und Geborgenheit bedeutet (»Ich will nach Hause«), die Suche nach oder die Sorge um geliebte Menschen aus früheren Zeiten (Partner, Kinder, Eltern) oder das Gefühl einer Verpflichtung (»Ich muss zur Arbeit!«, »Die Kinder sind doch allein zu Hause!«).

Unruhe erkennen und mindern

Beobachtung heißt das Schlüsselwort bei der Suche nach den Gründen für eine wachsende Unruhe:



In welchen Situationen tritt die Unruhe besonders auf? Wie unterscheiden sich diese Situationen voneinander? Was ist anders, wenn kein Bewegungsdrang zu beobachten ist? Kennt man die Ursache(n), kann man versuchen, diese Auslöser für Bewegungsdrang und Unruhe zu vermeiden.

Lässt sich die Ursache trotz genauer Beobachtung nicht herausfinden, tritt die Unruhe aber vor allem zu bestimmten Tageszeiten auf, dann sollten diese bewusst gestaltet werden: Aktivität und Beschäftigung lenken ab und bieten Menschen mit Demenz Struktur, Orientierung und Sicherheit. Und das wiederum reduziert die innere Unruhe.

Prävention: Wie lässt sich verhindern, dass der Angehörige unbemerkt das Haus verlässt und »verlorengeht«?

Eine einfache Hilfe sind hier optische und akustische Mittel sowie technische Geräte, die anzeigen, dass die Wohnungstür geöffnet wird.

• **Die Ausgangstür »unsichtbar« machen**

Außentüren sollten möglichst farbneutral (kein Kontrast zur Wandfarbe) und wenig beleuchtet sein. Es kann auch helfen, die Wohnungstür hinter einem Vorhang zu verbergen bzw. wie ein Fenster halb abzuhängen.

Türen zu Wohnräumen, Küche und Bad sollten hingegen möglichst hell beleuchtet sein und durch Farbkontraste ins Auge fallen. Kontraste haben eine

Signalwirkung, werden besonders gut wahrgenommen und animieren zur Benutzung.

• **Akustische Warnungen**

Eine leicht umsetzbare Idee sind Windspiele oder eine Glocke, die melden, wenn die Tür geöffnet wird. Aufwändiger und vielseitiger sind technische Hilfen, die auch eine Warnung an ein entferntes Empfangsgerät senden können, zum Beispiel eine Alarmtrittmatte, ein Türüberwachungssystem, ggf. mit Bewegungssensoren oder ein Magnetkontakt, der beim Öffnen der Tür einen Funkalarm an einen Empfänger sendet.

*Ortungsgeräte:
Eine gute Hilfe mit Einschränkungen*

Menschen mit Demenz, die noch mobil sind, wollen und sollen so lange wie möglich selbstständig unterwegs sein. Was aber tun, wenn sie nach einem Spaziergang oder Einkauf den Weg nach Hause nicht mehr finden bzw. stürzen oder in eine hilflose Lage geraten? Nicht immer steht eine Begleitung zur Verfügung, oder sie wird von den Betroffenen als Zumutung abgelehnt.

Ortungsgeräte sind unter bestimmten Voraussetzungen hilfreich, damit Menschen mit Demenz ihre Wohnung selbstständig verlassen können und trotzdem nicht »verloren« gehen. Sie können für eine Weile die Selbstbestimmung erhalten. Angehörige sollten dieser vielleicht unvertrauten techni-

Fortsetzung
 »Ich will
 nachhause! –
 Vom Hin- und
 Weglaufen«

schen Unterstützung offen begegnen und prüfen, ob Ortungsgeräte in ihrer persönlichen Situation eine Hilfe sein könnten.

- **Ortungsgeräte sind geeignet:**
- für Menschen mit beginnender Demenz, die nicht mehr orientierungssicher sind.
- für Menschen mit fortgeschrittener Demenz, die bei völliger Orientierungslosigkeit ggf. leichter aufzufinden sind.
- für Angehörige, die ein Smartphone/einen PC besitzen und gewohnt sind, damit umzugehen.
- wenn die technische Wartung (zum Beispiel das Laden des Akkus) gewährleistet ist.
- wenn die Rufbereitschaft einer Betreuungsperson gewährleistet ist.
- wenn der Betroffene das Tragen/Mitnehmen eines Gerätes akzeptiert.
- wenn es möglich ist, die Anschaffungskosten und ggf. die Folgekosten zu tragen.

- **So funktionieren Ortungsgeräte**

Die meisten handelsüblichen Ortungssysteme funktionieren mit einem GPS-Empfänger (Tracker), der Satellitenfunksignale empfängt. Anhand dieser Signale kann die Position bis auf einen Meter genau bestimmt werden. Die Positionsdaten werden über das Mobilfunknetz an ein anderes Empfangsgerät, zum Beispiel ein Smartphone, übermittelt.

Um die geortete Position dann direkt in einer Karte anzuzeigen, stellen die Anbieter von Ortungs-

geräten eine App, ein PC-Programm oder eine Online-Plattform zur Verfügung.

Bei den meisten Geräten lässt sich einstellen, ob eine Ortung nur *nach eigener Abfrage* oder in regelmäßigen Zeitabständen (alle 2 bis 3 Minuten) *automatisch* erfolgt. Die automatische Ortung hat den Vorteil, dass man die letzte Position mit Uhrzeit in der Karte sehen kann, bevor der Betroffene etwa in ein Funkloch geraten ist oder ein Gebäude betreten hat, das die Signale abschirmt. Der Nachteil einer automatischen, regelmäßigen Ortung ist die kürzere Akkulaufzeit des Trackers. Der Akku sollte dann über Nacht wieder aufgeladen werden. Wenn eine Ortung rund um die Uhr nötig ist, wird ein zweiter Akku benötigt.

Bei der *Geofence-Funktion* (»geografischer Zaun«) wird ein Sicherheitsbereich festgelegt – zum Beispiel ein Umkreis von 500 Meter um die Wohnung – in dem sich der Betroffene sicher bewegen kann. Über die automatische Ortung wird die Bewegung überwacht, und es geht eine Benachrichtigung an den Empfänger, zum Beispiel per SMS, sobald der Sicherheitsbereich verlassen wird.

- **Verschiedene Modelle von Ortungsgeräten**

Empfangsgeräte für die Satellitensignale können ganz unterschiedlich aussehen. Sie können zum Beispiel ganz unauffällig als Uhr oder Schmuckstück getragen werden. Wichtig ist, dass das Gerät akzeptiert wird und nicht leicht abgenommen oder verloren werden kann, bzw. dass es sich unauffällig

in der Kleidung oder im Schuh platzieren lässt. Leider können Ortungsgeräte zur Zeit nur an wenigen Stellen, zum Beispiel in einzelnen Wohnberatungsstellen, ausprobiert werden.

Gratwanderung zwischen Selbstbestimmung und Sicherheit

Die »Überwachung« von Menschen mit Demenz mit Hilfe von Ortungsgeräten berührt deren Persönlichkeitsrechte und ihre in Art. 1 Grundgesetz geschützte Menschenwürde. Andererseits machen es Ortungsgeräte möglich, dass sich Betroffene wie in gesunden Tagen selbständig und frei bewegen können, ohne befürchten zu müssen, in »peinliche« Situationen zu geraten und auf die Hilfe fremder Menschen oder gar der Polizei angewiesen zu sein.

Menschen mit beginnender Demenz sind sich meist bewusst, dass sie nicht mehr orientierungssicher sind und können das Für und Wider von Ortungsgeräten abschätzen. In einem offenen Gespräch mit ihren Angehörigen können sie selbst entscheiden, ob sie mit dem Einsatz dieser Technik einverstanden sind. Für den Fall der Verschlimmerung der Demenz kann das Einverständnis auch im Voraus in einer *Vorsorgenden Verfügung* erklärt werden: Eine Möglichkeit wäre es, sich in einer Betreuungsvorstellung, in der u. a. Wünsche zur Pflege, Lebensgestaltung und Versorgung festgehalten werden, mit dem Einsatz von Ortungsgeräten einverstanden zu erklären.

Eine andere Möglichkeit wäre es, in einer *Vorsorgevollmacht* einem bevollmächtigten Angehörigen ausdrücklich zu erlauben, Ortungsgeräte einzusetzen, falls dies zur Vermeidung einer Gefahr für Leben und Gesundheit notwendig erscheint. Voraussetzung für die Verbindlichkeit ist in beiden Fällen, dass die erforderliche Einsichtsfähigkeit in die Tragweite der Erklärungen gegeben ist.

Liegt keine Vorausverfügung vor und ist die Krankheit fortgeschritten, bleibt den pflegenden Angehörigen die Möglichkeit, sich das Einverständnis der Betroffenen immer wieder neu geben zu lassen, was auch nonverbal geschehen kann.

Ist auch eine solche Verständigung nicht mehr möglich, muss ein gesetzlicher Betreuer (meist ein Angehöriger) bestellt werden, der im Rahmen der Aufenthaltsbestimmung zum Einsatz der Ortungsgeräte berechtigt wäre.



Fortsetzung
 »Ich will
 nachhause! –
 Vom Hin- und
 Weglaufen«

Was tun, wenn's doch passiert ist?

Wenn ein demenzkranker Angehöriger gesucht werden muss, ist das für Angehörige meist eine große Aufregung und ein Schock. Trotzdem ist es wichtig, zunächst die Ruhe zu bewahren: Den meisten Menschen mit Demenz passiert auf ihren »Ausflügen« nichts und sie werden gesund nach Hause gebracht. Dennoch ist es ratsam, sich auf den Vermisstenfall vorzubereiten, um im Notfall zügig und richtig zu handeln.

Das sollten Sie an einem zentralen, schnell zugänglichen Ort griffbereit haben

- Notrufnummer der Polizei 110
- Aktuelles Foto des Angehörigen, am besten in häufig getragener Kleidung (Großaufnahme des Gesichts und Ganzkörperaufnahme), auch als elektronische Bilddatei.
- Vorab ausgefüllte Personenbeschreibung, in der im Notfall nur die aktuellen Angaben (Wann und wo zuletzt gesehen? In welcher Kleidung?...) ergänzt werden müssen. Download unter

www.alzheimer-bw.de

→ Infoservice → Infomaterial bestellen

→ Infobroschüren, Bücher und Hilfen ...

→ »Ich will nachhause« –
 vom Hin- und Weglaufen«



Die Erleichterung ist groß, wenn der Vermisste unversehrt zurückkehrt.

So gehen Sie

systematisch Schritt für Schritt vor

- Suchen Sie zunächst die Wohnung/das Haus ab, suchen Sie in allen Zimmern, unter dem Bett, im Schrank, auf dem Balkon – auch Abstellkammern und Keller oder Dachboden nicht vergessen.
- Suchen Sie zunächst in der unmittelbaren Umgebung.
- Bitten Sie auch die Familie und Nachbarn um Mithilfe. Diese können die Suche auf Orte ausdehnen, die der Betroffene für gewöhnlich gern aufsucht.
- Es sollte jemand in der Wohnung bleiben, falls der Betroffene unerwartet zurückkehrt.
- Wenn Sie den Betroffenen nicht finden, informieren Sie die Polizei und halten Sie die vorbereitete Personenbeschreibung mit Foto bereit.

Wenn alles gut ausgegangen ist

- Schimpfen Sie nicht mit dem Betroffenen und machen Sie ihm keine Vorhaltungen, wenn er nach Hause zurückkehrt.
- Wird der Betroffene gefunden oder kehrt er zurück, verständigen Sie sofort die Polizei, damit die Fahndung eingestellt wird – sie ist sehr aufwändig und teuer.

Desorientierung

Mögliche Ursachen für innere Unruhe, Angst und Getriebenheit

- Hunger und Durst
- Schmerzen
- Orientierungslosigkeit («Wo bin ich hier?»)
- Harndrang, Blähungen/Verstopfung
- Langeweile
- Gefühl des Alleinseins
- Sinnestäuschungen (zum Beispiel durch Verknennung von Schatten)
- zu wenig Bewegung

Das kann helfen, Unruhe und Bewegungsdrang zu mindern

- die Grundbedürfnisse erfüllen – dazu gehört auch Zuwendung!
- Essen und Trinken bereitstellen
- Schmerzen ausschließen
- körperliche Aktivitäten anbieten, zum Beispiel Spaziergänge, Tanzen, Gymnastik, Schwimmen
- den Tagesablauf regeln
- in Haushaltstätigkeiten einbeziehen
- Beschäftigung in Gemeinschaft ermöglichen
- regelmäßige Toilettengänge sicherstellen



Das kann helfen, nicht »verlorenzugehen«

- Ein Zettel mit Name, Anschrift und Kontakttelefonnummer in der Kleidung oder in einem SOS-Kettchen (Apotheke), eine entsprechende Gravur in einem Ketten- oder Armbandanhänger. Wer auf desorientierte Menschen trifft, ist froh, eine Kontaktinformation zu finden. Auch Polizei oder Rettungsdienst werden gezielt danach suchen.
- Die Nachbarschaft und mögliche Ziele wie Bäckerei, Apotheke oder ein Café in der Nähe über die Demenzerkrankung informieren und um einen Anruf bitten, wenn der Betroffene allein unterwegs ist. Kontaktdaten hinterlegen!
- Die Anschaffung eines Ortungsgerätes prüfen.