

Nachlese | 15. Fachtag Demenz in Weinsberg | 11. Mai 2019

Innenansichten – Menschen in ihrer Demenz begleiten

Fachtag erneut ein großer Erfolg



Melanie Ripper und Dr. Rainer Schaub in Gespräch.

Viele Veranstaltungsreihen laufen sich irgendwann tot, so Chefarzt Dr. Rainer Schaub von der Klinik für Gerontopsychiatrie im Klinikum am Weißenhof in seiner Begrüßung. Nicht so der Weinsberger *Fachtag Demenz* der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg und der Klinik für Gerontopsychiatrie. Seine Beliebtheit ist ungebrochen, die Besucherzahlen sind von Anfang an konstant hoch.

Melanie Ripper, erstmals als verantwortliche Vertreterin der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg dabei, stellte den 180 BesucherInnen – es waren überwiegend Frauen –, von denen viele schon seit Jahren immer wieder kommen, vor allem die neuen Angebote ihres Verbandes vor.

Für den einleitenden Vortrag konnte zum zweiten Mal Prof. Hans Förstl, Ärztlicher Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Technische Universität München, gewonnen werden. Mit seiner hinreißenden Eloquenz fesselte er die Besucher, die ihm noch stundenlang hätten zuhören können. Dabei bot Förstl durchaus keine leichte Kost, mancher Zuhörer musste mehrfach schlucken.

Von dieser faszinierenden, frei gehaltenen Rede können hier nur einige Eindrücke, verbunden mit Anmerkungen, wiedergegeben werden:

Wer erwartet hätte, dass Förstl als neuesten Stand der Demenzforschung die bevorstehende Überwindung dieser Krankheit verkündet, wäre enttäuscht worden, denn er ist in der Tat ernüchternd. »Auf das kausal wirkende Medikament werden noch Ihre Enkel vergebens warten.« Konkret: Dieses Medikament wird es vermutlich noch sehr lange nicht geben, trotz fiebrhafter Forschung weltweit.

Drei Sätze, fast nebenbei gesprochen, imponierten

besonders: »Demenz ist kein Drama, sondern eher normal.« »Demenz ist in unserem menschlichen Bauplan vorgesehen.« »Wenn wir alt genug werden, wird der aller größte Teil von uns dement.«



Prof. Hans Förstl

Wir haben, so Förstl, heute gegenüber früheren Zeiten das Privileg, alt zu werden, was natürlich auch mit Nachteilen verbunden sein kann. Demenz ist sozusagen der Preis, den wir für dieses Privileg bezahlen. Zynisch könnte man sagen: Wer keine Demenz hat, ist nur noch nicht alt genug. »Wir wandern in die Demenz hinein.« Die Organe des menschlichen Körpers unterliegen einem Alterungsprozess – somit auch das Gehirn. 30% des Blutes, das vom Herz in den Kreislauf gepumpt wird, wird vom Gehirn beansprucht. Kommt dort bei nachlassender Pumpleistung weniger an, leidet auch die geistige Leistungsfähigkeit des Gehirns. Neben den Demenzursachen, die das Gehirn selbst produziert, liegt darin ein weite-



Dr. Rainer Schaub
bei der
Begrüßung.

rer Grund für die kognitive Abwärtsentwicklung, spricht Demenz. Die Folgen: Die lebenspraktische Abhängigkeit von Mitmenschen wird immer größer, parallel dazu steigen die Anforderungen an Pflege und Betreuung.

Für den Umgang mit dem an Demenz erkrankten Menschen gibt Förstl den Pflegekräften einen verblüffenden Rat: »Nett-sein ist egoistisch, denn dann kommt auch Nett-sein zurück.«

Auch wenn der Demenzkranke sozusagen ohne Gestern lebt – seine Lebensgeschichte kann sich weit in den Demenzverlauf hinein auswirken. Beziehungen bleiben erhalten, auch wenn sie sich abschwächen und manchmal auch fehlgedeutet werden. Das Interesse an der Zukunft ist nicht groß, die Vergangenheit wird wichtig.

Als pflegerisches Pflichtprogramm nennt Förstl präventiv zwei Dinge:

- **Bewegung:** Unser Gehirn braucht Bewegung. Das liegt schon durch das Wortspiel nahe: »Ge(h)-Hirn«. Motto: laufen, laufen, laufen. »Unter Sport bildet sich weniger Alzheimer-Eiweiß!« Der Körper muss sich bewegen, das ist eine Demenzprophylaxe und eine Milderung des Verlaufs.
- **Schlaf:** Gesunder Schlaf ist eine weitere Demenzprophylaxe. Dabei kommt es weniger auf die

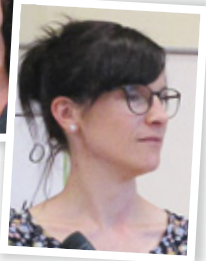
Schlafdauer an, sondern auf die Schlafqualität. Während der Mensch schläft, arbeitet das Gehirn, es verarbeitet die Erlebnisse des Tages. Doch man kann auch »falsch« schlafen: Der Schlaf mit Schlafmitteln ist kein richtiger Schlaf. Sie fördern nicht den Tiefschlaf, den das Gehirn braucht, um die Tagesereignisse zu verarbeiten. Deshalb: Physiologisch, nicht pharmakologisch schlafen!

Für die Pflege und Betreuung gilt also, sich auf einen langen Weg einzustellen und nicht auf raschen vermeintlichen medizinischen Fortschritt zu hoffen. Klar ist, dass sich mit den momentanen institutionellen Bedingungen keine optimalen Forderungen erfüllen lassen. Und doch gab Förstl die Richtung vor, gemäß dem Motto: Das Minimum hat sich am Maximum zu orientieren und nicht das Maximum am Minimum. Nicht alle Wünsche sind sofort erfüllbar, der Gesetzgeber, die Kostenträger und auch die personellen Realitäten setzen Grenzen.

Wie diese Pflege und Betreuung aussehen können, welche Möglichkeiten es schon bisher gab und in Zukunft auch geben wird, wurde in den acht Workshops thematisiert.

Fortsetzung

Nachlese | 15. Fachtag Demenz in Weinsberg
11. Mai 2019: Innenansichten –
Menschen in ihrer Demenz begleiten



1 Innenansichten – wie lebt es sich mit einer Demenz?

Sandra Langer (re.), Sylke Kopp (li.) und Teilnehmerinnen vom Consilio Demenzzentrum Mühlacker.

In diesem Workshop gab es die Möglichkeit, mit den Teilnehmenden der Selbsthilfegruppe *Optimenz* ins Gespräch zu kommen. Sie berichteten, wie ihr Weg zur Diagnose war und wie sie die Diagnose und die Zeit danach erlebten.



2 Den Wandel gestalten – kreative Ideen zur Beschäftigung von morgen

Susanne Gittus, Alzheimer-Gesellschaft Baden-Württemberg. Betreuungsangebote werden zunehmend von Gästen einer anderen Generation in Anspruch genommen. Vorlieben bei Musik und Kultur ver-

ändern sich, Sport und Bewegung sind für viele selbstverständlich, manche sind weit gereist und/oder haben einen Migrationshintergrund. Auch für jung an Demenz erkrankte Menschen sind die bisherigen Beschäftigungsangebote oft unpassend. Im Workshop wurden innovative Aktivierungsmöglichkeiten – zum Beispiel digital per Tablet – vorgestellt.

3 Demenz erleben – verstehen – handeln

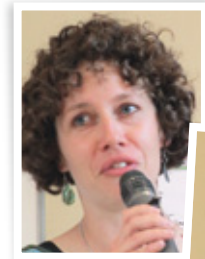
Thomas Herrmann, Pflegewissenschaftler. Nur wer persönliche Verluste selbst nachempfindet, versteht, was Menschen mit Demenz brauchen, und kann die erforderliche Unterstützung geben. So lässt sich in Kürze der Ansatz des Demenz-Balance-Modells von Barbara Klee-Reiter



beschreiben. Durch eine kleine Selbsterfahrungsübung zum Umgang mit Verlust der eigenen Identität ermöglichte der Workshop einen Einblick in die Innenwelt der Demenz und trug so maßgeblich zur Entwicklung von mehr Verständnis für die Gefühlswelt und Bedürfnisse von Menschen mit Demenz bei.

4 Basale Stimulation in der Begleitung von Menschen mit Demenz

Sina Zwernemann (li.), Alexandra Ziegler, Katrin Spangenschmacker (re.), Ergotherapeutinnen, Klinik für Gerontopsychiatrie, Weinsberg.



Um eine biografieorientierte Basale Stimulation durchzuführen, wurde der Bezug zur Biografiearbeit und deren Bedeutung in der Arbeit mit Menschen mit Demenz hergestellt. Bedeutungsvoll ist die basale Kommunikation, die für einen positiven Kontaktaufbau unerlässlich ist und die Aufschluss über die Gefühlswelt des Betroffenen gibt. Anhand von Fallbeispielen wurden die Möglichkeiten der Basalen Stimulation aufgezeigt.

5 Tango Argentino – ein Tanz für Körper, Geist und Seele

Cornelia Winter, Tanz-/Ausdruckstherapeutin. Tango-Rhythmen werden auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene erlebt und lassen das Körpergedächtnis lebendig werden. Manchmal reicht es schon, wenn Menschen sich als stille Zuhörer mit der Musik verbinden. Der Nachklang kann innere Bilder erzeugen und sehr berührend



sein. Die Teilnehmenden erfuhren, wie sie intuitiv mit einfachen Mitteln Bewegungsübungen mit Menschen mit Demenz durchführen können.

6 Die Situation der Angehörigen, die Menschen mit Demenz begleiten

Annegret Grüninger, ehemals pflegende Angehörige. Erhält ein nahestehender Mensch eine Demenzdiagnose, ist es für viele Angehörige eine Selbstverständlichkeit, Pflege und Betreuung zu

übernehmen. Trotz zunehmender Belastung durch diese Aufgabe fällt es oft schwer, Hilfe durch Familie, Bekannte oder professionelle Dienste in Anspruch zu nehmen. In diesem Workshop wurde aufgezeigt, wie pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz in Situationen von Überforderung geraten können und welche Möglichkeiten es gibt, diese zu entschärfen oder zu vermeiden.

7 Ich bin, was ich fühle – einfühlsame Kommunikation mit Menschen mit Demenz

Stefanie Maser, Ergotherapeutin, Supervisorin, Validationstrainerin.

Mit dem Fortschreiten ihrer Erkrankung sind Menschen mit Demenz mit dem Verlust kognitiver Fähigkeiten konfrontiert. Gefühle dagegen treten mehr in den Vordergrund. In unserer rational

geprägten Gesellschaft sind wir es nicht gewohnt, zu nahe mit den Gefühlen der Anderen konfrontiert zu werden. Deshalb fehlen uns manchmal auch adäquate Möglichkeiten im Umgang



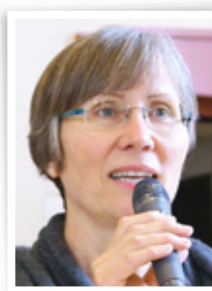
mit Demenzbetroffenen. In diesem Workshop wurden verbale und nonverbale Kommunikationsmethoden aufgezeigt und wie man mit Empathie (Einfühlungsvermögen) den Kontakt gestalten kann.

8 Sterbebegleitung bei Menschen mit Demenz

Bärbel Herrmann-Kazmaier, Pfarrerin (Foto unten), *Jasmin Ritscher*, Fachpflegerin, Klinikum am Weißenhof.

Ob ich in der Lage bin, einen Menschen im Sterben zu begleiten, und in welcher inneren Haltung ich da bin, hängt von vielem ab. In diesem Workshop wurde über folgende Fragen diskutiert: Aus welchen Kraftquellen schöpfe ich? Welches Menschenbild prägt mich und meinen Umgang mit mir und anderen? Welche Hilfsmittel stehen mir zur Ver-

fügung, um einen Sterbenden Geborgenheit, Gemeinschaft und Angenommensein erfahren zu lassen? – Inwiefern kann palliative Pflege hilfreich sein? – Wo liegen unsere Grenzen?



Nach dem abschließenden Plenum ging man dann auseinander, viele BesucherInnen sicher mit dem Plan: »Da bin ich nächstes Jahr wieder dabei!«

*Text: Dieter Karotsch für das »Info« des Klinikums am Weissenhof Weinsberg
Bearbeitung: Oliver König,
Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg*

Einen Teil der Präsentationen des Fachtags finden Sie unter

- www.alzheimer-bw.de → Projekte & Angebote
→ Fachtag Demenz Weinsberg