

Viele Fragen – viele Antworten

Was Sie in dieser Broschüre erwartet

EINLEITUNG

Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. Selbsthilfe Demenz Kontaktdaten Bankverbindung	2
Vorwort	3
<i>Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg</i> So unterstützen wir Sie	6
<i>Früherkennung</i> 11 Warnsignale für Demenz	9
<i>Für Angehörige</i> Unterwegs auf neuen Wegen – Austausch und Vernetzung digital	10
<i>Zum Einstieg</i> Ein kurzes Nachdenken über Demenz	12

DEMENZ

<i>Demenz</i> Es ist nicht alles Alzheimer!	16
<i>Mythen und Fakten</i> Kann man eine Demenz verhindern?	18
<i>Gut zu wissen</i> Wie verläuft die Alzheimer Demenz?	20
Kurz und kompakt Checkliste zum Verlauf einer Alzheimer Demenz	22
<i>Eine besondere Herausforderung</i> Jüngere Menschen mit Demenz	24

ANGEHÖRIGE BERICHTEN

<i>Von grauen und pinken Tagen</i> Erst als die Krankheit voranschritt, zeigte mein Vater mir seine Zuneigung	27
<i>Meine Erkenntnisse zur Demenz</i> Ich hätte viel früher offen darüber sprechen sollen!	29
<i>Ein offener Umgang mit Alzheimer</i> <i>eröffnet neue Möglichkeiten</i> Wie wir als Ehepaar lernen, mit der Alzheimer Krankheit zu leben	31

UMGANG IM ALLTAG

<i>Im Gleichgewicht bleiben</i> Nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch für andere sorgen	33
Kurz und kompakt Kraft schöpfen	35
<i>Umgang und Kommunikation</i> Trotz Demenz verbunden bleiben	36
11 Tipps zur besseren Verständigung mit Menschen mit Demenz	38
<i>GEWALTig überfordert</i> Wenn Pflege an Grenzen gerät	39
Kurz und kompakt Das kann vor Gewalt in der Pflege schützen	40
<i>Sexualität und Demenz</i> Wie eine Demenz das sexuelle Verhalten beeinflusst	41

HILFEN IM ALLTAG

*Unsere Angehörigen-Checkliste*Diagnose Demenz: Was nun – was tun? **44***Meine Frau ist an Alzheimer erkrankt*Mit dem Wissen, das ich heute habe, wäre manches leichter zu bewältigen gewesen **46****Kurz und kompakt** | Woran Sie möglichst früh denken sollten! **48***Selbstständig bleiben, sicher leben*Technische Unterstützung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen **49***»Ich will nach Hause!«*Vom Hin- und Weglaufen **51****Kurz und kompakt** | Hin- und Weglaufen **54***Angebote in Baden-Württemberg*Beratung, Entlastung, Unterstützung **55***Pflegeheim – Wohngemeinschaft*Gute Versorgung – nicht nur zu Hause möglich **57****Kurz und kompakt** | Kriterien für eine gute Wohnform **59***Wenn Essen und Trinken zum Problem wird*Ernährung bei Demenz **60****Kurz und kompakt** | Ernährung **62***Vieles ist noch möglich* | Aktivierung und Beschäftigung von Menschen mit Demenz **63****Kurz und kompakt** | Aktivierung und Beschäftigung **66***Selbstbestimmung oder Risiko?*Autofahren und Demenz – ein heikles Thema **67****Kurz und kompakt** | Checkliste Fahrtauglichkeit **68***Rechtzeitig für Klarheit sorgen!*Vollmachten und Verfügungen **69***Wer soll das bezahlen?* | Pflegeversicherung und weitere finanzielle Unterstützung bei Demenz **71**Vorbereitung auf den MDK **76***Krankheitssymptome mindern*Die medikamentöse Behandlung der Alzheimer Krankheit **77***Alltagsfähigkeiten stabilisieren* | Nicht-medikamentöse Hilfen und Maßnahmen **78***Eine Herausforderung*Menschen mit Demenz im Krankenhaus **80***Am Ende des Lebens*Wenn Menschen mit Demenz sterben **82**

ANHANG

Verzeichnis der Autor*innen **84***Impressum*Herausgeber | Redaktion | Dank **84**