

## **„Leben und Wohnen mit Demenz“**

Dementiell erkrankte Menschen sind in ihrer Alltagskompetenz weitgehend eingeschränkt.

### ***Kommunikation mit dementiell erkrankten Menschen***

- Dementiell erkrankte Menschen mit Achtung behandeln
- Überprüfen, ob Hör- oder Sehstörungen vorliegen
- Langsam und deutlich in normaler Lautstärke reden
- Hintergrundgeräusche vermeiden
- Blickkontakt halten, Augenhöhe bei Rollstuhlfahrern
- Einfache, nicht verschachtelte, kurze Sätze
- Keine "oder, was, warum, wie, wo" Fragen
- Länger auf Reaktion warten
- Mimik beobachten,
- Auf geäußerte Gefühle eingehen
- Nicht mehrere Sachen gleichzeitig machen
- Nicht zu viele Informationen auf einmal geben
- Wichtige Informationen in die letzten Worte legen
- Handlungsaufforderungen mit optischen Reizen verbinden (Lächeln, Nicken)
- Keine unnötigen Korrekturen und Diskussionen
- Individuellen biographischen und sozialen Hintergrund berücksichtigen

Aufgrund von Einschränkungen, der Vielzahl der mit der Demenz verbundenen Orientierungsprobleme und des dadurch kleineren Aktionsradius sind dementiell erkrankte Menschen stärker auf befriedigende Wohnbedingungen angewiesen, als andere Menschen.

Demenz bedeutet Orientierungslosigkeit. Die langjährig vertraute Wohnung, die mit den eigenen biographischen Erinnerungsgegenständen ausgestattet ist, ist eine wichtige Orientierungshilfe bei zunehmender Orientierungslosigkeit.

### ***Wohnprobleme dementiell erkrankter Menschen***

Sicherheitsprobleme durch Selbst- oder Fremdgefährdung sind von besonderer Bedeutung.

Es besteht die Gefahr, dass Reinigungsmittel, Medikamente und Giftpflanzen mit Lebensmitteln verwechselt und verspeist werden. Verbrühungen und Verbrennungen können durch das herabgesetzte Temperaturempfinden entstehen. Insbesondere Dritte befürchten aufgrund des Krankheitsbildes Überschwemmungen oder Wohnungsbrände durch nicht abgedrehte Wasserhähne und nicht abgeschaltete Elektrogeräte.

Hindernisse wie Schwellen und Stufen, Glastüren und Fenster stellen weitere Gefahrenquellen dar, da sie häufig nicht mehr wahrgenommen werden. Dagegen werden spiegelnde, dunkle oder gemusterte Bodenbeläge oft als Hindernisse oder Löcher wahrgenommen, die Angst erzeugen. Gemusterte Tapeten oder Stoffe können ebenfalls Angst auslösen. Die Nutzung von vertrauten Ausstattungsmerkmalen der Wohnung bereitet zunehmend Probleme, da die Ausführung von mechanischen Vorgängen, wie z. B. die Betätigung der WC-Spülung verlernt wird.

Zu niedrige oder zu instabile Möbel können zu Stürzen führen, wenn bewegungseingeschränkte Personen sich an ihnen festhalten oder abstützen. Die Orientierungsstörungen, die sich im Krankheitsverlauf verstärken, führen dazu, dass sich dementiell erkrankte Menschen auch in ihrem gewohnten Umfeld nicht mehr zurechtfinden. Hell gestaltete Eingangsbereiche animieren zum Verlassen der Wohnung und verstärken vorhandene Weglauftendenzen. Verschlussene Türen, unzureichende Beleuchtung und mangelnde Kontraste verschlechtern die Orientierung und können Fehlwahrnehmungen zur Folge haben.

## „Leben und Wohnen mit Demenz“

### **Maßnahmen zur Erleichterung des Lebens mit Demenz**

Neben den technischen Möglichkeiten der Wohnraumanpassung für behinderte und ältere Menschen und den speziellen Anpassungsmöglichkeiten für Menschen mit Demenz kann man dem Betroffenen und den Angehörigen das Leben mit Demenz mit einigen wenig aufwändigen Maßnahmen erleichtern:

- Strukturierter Tagesablauf
- Betroffene in tägliche Hausarbeit mit einbeziehen (z.B. Kartoffeln schälen, Staub saugen etc.)
- Rituale (z.B. Musik vorm Schlafengehen)
- Biographie berücksichtigen (z.B. Beschäftigung mit Erinnerungswert aus der Vergangenheit anbieten)
- Lauf- und Bewegungsmöglichkeiten schaffen
- Beschäftigungsecken (z.B. Wäsche zusammenlegen, Kramkiste o.ä.)
- Plätze zum Ausruhen ((z.B. Fotoalben, Erinnerungsalbum, Lieblingsmusik)
- Fensterplatz zur belebten Straße
- Feste Aufbewahrungsorte für alle wichtigen Dinge, wichtige Dinge offen und sichtbar lagern
- Räume möglichst offen und übersichtlich
- Keine Reizüberflutung (z.B. ständig laufender Fernseher/Radio)
- Steckdosensicherung, Rauchmelder, Fenstersicherung, Kantenschutz
- Stolperfallen (Teppiche, Telefonkabel, Türschwellen etc. entfernen)
- Helle Ausleuchtung der Wohnung (optimal 500 Lux)

### **Wohnberatung W-R-B RHEIN BERG**

Es gibt viele Möglichkeiten, die das Leben mit Demenz in der eigenen Wohnung erleichtern können. Wichtig ist, dass Hilfsmittel oder Umbaumaßnahmen gewählt werden, die zur individuellen Situation passen und die das Leben für den Demenzkranken und die Angehörigen sicherer und bequemer machen.

Die WohnberaterInnen der Wohnberatung W-R-B RHEIN BERG bieten eine trägerneutrale und kostenfreie Wohnraumberatung auf Wunsch an und beraten umfassend und gezielt bei allen Fragen, die mit einer Wohnungsanpassung zusammenhängen, auch bei Fragen möglicher Finanzierungshilfen. Sie suchen mit den Betroffenen und Angehörigen gemeinsam nach der besten Lösung. Sie stehen als Ansprechpartner zur Verfügung.

Darüber hinaus können Sie von den MitarbeiterInnen auch aktuelle Informationen über speziell geschulte Handwerksbetriebe erhalten.

Die Wohnberatung hat jedoch auch Grenzen. Der Verbleib in der eigenen Wohnung auf Dauer ist nur möglich, wenn ein soziales Netz aufgebaut werden kann. Dazu gehören ein ambulanter Pflegedienst, Nachbarn, Ehrenamtliche, geschulte Betreuerinnen, großer Einsatz der pflegenden Angehörigen und komplementäre Hilfen zur Entlastung der pflegenden Angehörigen (Mahlzeitendienst, Kurse für pflegende Angehörige, Gesprächskreise, Tages-, Kurzzeit-, und Verhinderungspflege).

Eine Übersicht der WohnberaterInnen erhalten Sie [unter Broschüren](#) oder beim Amt für Soziales – Koordinierungsstelle – Refrather Weg 30 – 51469 Bergisch Gladbach, Tel.: 02202 13 6474, [www.wohnberatung@rbk-online.de](mailto:www.wohnberatung@rbk-online.de).