



## Ver-irren ist menschlich - ein Leitfaden für Angehörige

Menschen mit Demenz finden sich oft in ihrer Umgebung nicht mehr zurecht. Mit fortschreitender Erkrankung werden auch Gefahrensituationen, z.B. im Straßenverkehr, nicht mehr richtig eingeschätzt. Das Problem spitzt sich zu, wenn zusätzlich Unruhe und ein besonderer Bewegungsdrang auftreten.

Es kann verschiedene Gründe haben, wenn orientierungslose Demenzerkrankte allein das Haus verlassen; in jedem Fall ist es ein Rest von selbstbestimmtem Handeln. Für Angehörige und Pflegepersonal bedeutet es jedoch Stress, weil man davon ausgehen muss, dass die Betroffenen nicht wieder zurückfinden und sich in Gefahr bringen. Erkrankte, die dazu neigen, allein das Haus zu verlassen, brauchen eine 24-Stunden-Beaufsichtigung. Nicht selten kommt es vor, dass sie eingesperrt oder - bei Sturzgefahr - sogar fixiert werden. Das offenbart jedoch nur die Hilflosigkeit der Pflegepersonen. Die Notwendigkeit einer Fixierung muss rechtlich im Einzelfall geklärt werden. Da dies und auch die Ruhigstellung mit Medikamenten das Leiden für die Erkrankten erhöhen, sollte alles getan werden, was möglich ist, um das Verhalten zu verstehen und die Kranken in ihren Bedürfnissen zu unterstützen. Dieser Leitfaden möchte Anregungen dafür geben, was getan werden kann. Es gibt jedoch kein Patentrezept. Was die beste Lösung für alle beteiligten Seiten ist, muss in jedem Fall individuell entschieden werden.

<p><b>Allgemeines</b></p>	<p>Der Wunsch nach Selbständigkeit und eigene Wege gehen zu wollen, bleibt meist erhalten, auch wenn der Mensch orientierungslos und auf Hilfe angewiesen ist. Die Begleitung von Menschen mit Demenz wird dadurch immer wieder zu einer Gratwanderung zwischen Autonomie und Sicherheit. Suchen Sie nach praktischen Lösungen, die dem/der Erkrankten so viel Freiheit, wie möglich und so viel Sicherheit, wie nötig geben.</p>
<p><b>Erkennen Sie die Ursache für das Verhalten</b></p>	<p><b>Mögliche Ursachen sind z.B.:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>körperliche Bedürfnisse</b>, wie der einfache Wunsch nach Bewegung an frischer Luft oder auch Harndrang, Hunger, Durst oder <b>Beschwerden</b>, z.B. Schmerzen, Kälte, Hitze,</li> <li>• <b>starke Gefühle</b>, wie Angst oder ein ausgeprägtes Pflichtbewusstsein und Verantwortungsgefühl; jemand meint vielleicht, etwas Dringendes erledigen zu müssen,</li> <li>• <b>die Suche</b> nach einem Zuhause, nach Geborgenheit und Sicherheit, nach bestimmten Räumen oder Gegenständen,</li> <li>• <b>die Flucht</b>, z.B. vor Einsamkeit, Langeweile oder auch unangenehmen bzw. fremdartigen Geräuschen und Stimmen, z.B. Dauerbeschallung durch Radio oder Fernsehen,</li> <li>• <b>die Nebenwirkungen von Medikamenten</b>, z.B. kann die Langzeiteinnahme einiger Neuroleptika zu einem regelrechten Bewegungszwang führen.</li> </ul>

<p><b>Überlegen Sie</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie ist der <b>Tagesablauf</b> zu gestalten, damit Zeit für einen regelmäßigen Spaziergang bleibt? Kann der/die Erkrankte im <b>Garten</b> gefahrlos herumlaufen und sich aktiv betätigen?</li> <li>• Was kann man in Phasen von besonderer Unruhe als Alternative anbieten? Vielleicht kurze Wege mitgehen und dann wieder umkehren oder mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken ablenken.</li> <li>• Da eine ständige Rund-um-die-Uhr-Beaufsichtigung auf Dauer allein nicht zu leisten ist, sollten Sie <b>frühzeitig nach Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten bei der Betreuung</b> suchen.</li> </ul>
<p><b>Sorgen Sie dafür,</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dass täglich <b>ausreichend Bewegung</b> ermöglicht wird. Achten Sie dabei auf besondere Neigungen, z.B. Lieblingswege, -plätze und Richtungen, in die er/sie bevorzugt strebt.</li> <li>• dass die <b>Grundbedürfnisse</b> (Essen, Trinken und Toilettengang) zufriedengestellt und mögliche Schmerzen behandelt werden.</li> <li>• dass die <b>Nebenwirkungen von Medikamenten</b> das Problem nicht verschlimmern; sprechen Sie darüber mit einem Facharzt (Neurologe, Psychiater).</li> <li>• <b>dass Nachbarn</b> (ggf. auch Geschäftsleute) wissen, dass der/die Erkrankte aus dem Haus geht und nicht von allein zurückfindet, so dass diese angemessen reagieren können (ggf. Tel. Nr. hinterlegen).</li> <li>• dass Sie selbst, möglichst vor dem Eintreten von Problemen, alle notwendigen <b>Informationen</b> und praktische Tipps bekommen. Wenden Sie sich an Ihre Pflegekasse, Beratungsstellen, Angehörigengruppen, schauen Sie im Internet ...</li> </ul>
<p><b>Passen Sie den Wohnraum ggf. den besonderen Bedürfnissen an</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lassen Sie genügend <b>Freiflächen</b> in der Wohnung. Sorgen Sie für eine gute, schattenfreie <b>Innenbeleuchtung</b> und ggf. für ein Nachtlicht oder Bewegungsmelder auf dem Weg zur Toilette.</li> <li>• <b>Gestalten Sie den Garten</b> so, dass der/die Demenzkranke darin interessante Rundwege, Ruheplätze und auch Beschäftigungen findet.</li> <li>• Geben Sie <b>Orientierungshilfen</b>, mit klaren Schildern (Bilder werden eher verstanden als Worte) oder markanten Gegenständen.</li> <li>• <b>Verstecken</b> Sie den <b>Zugang zu gefährlichen Bereichen</b>, etwa durch Vorhänge an Keller- oder Ausgangstür.</li> <li>• In größeren Häusern können <b>Bewegungsmelder</b> an der Ausgangstür angebracht werden, die über Funk eine Alarmglocke betätigen. Bei kleineren Wohnungen reicht evtl. ein Glockenspiel.</li> <li>• Lassen Sie sich im individuellen Fall von Experten bezüglich der <b>Wohnraumgestaltung beraten</b>, z.B. durch einen erfahrenen Pflegedienst, spezialisierte Ergotherapeuten oder die Berater der Pflegeversicherung. Bei der Finanzierung der Wohnraumanpassung kann ein Zuschuss der Pflegeversicherung einkalkuliert werden.</li> </ul>

<p><b>Wenn ein Heimaufenthalt notwendig wird</b></p> <p><i>(siehe auch: Checkliste der Alzheimer Gesellschaft Oldenburg e.V. für die Heimplatzsuche)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Das Fremdgefühl gehört zu den wesentlichen Symptomen</b> der Demenz. Die Suche nach dem Zuhause ist sehr häufig der Antrieb für das Fortlaufen. Daher wird diese Tendenz durch eine große Einrichtung mit Hotel- oder Krankenhaus-Charakter mit großer Wahrscheinlichkeit verstärkt. Das Heim sollte deshalb <b>kleine und gemütliche Wohneinheiten</b> bieten. Es sollte die Atmosphäre einer <b>normalen, familienähnlichen Gemeinschaft</b> vermitteln.</li> <li>• Besonders wichtig ist für viele Erkrankte ein freier Zugang zu einem <b>geschützten Garten</b>.</li> <li>• Einige Pflegeheime haben mittlerweile <b>ein Chip im Schuh-System</b>, das dem Pflegepersonal meldet, wenn ein/e orientierungslose/r Bewohner/in das Gebäude verlässt – sofern diese/r die Schuhe mit dem Chip trägt.</li> <li>• <b>Treffen Sie klare Absprachen</b> mit der Heimleitung, so dass Sie über jeden besonderen Vorfall informiert werden; prüfen Sie gelegentlich die Pflegedokumentation (als gesetzliche Betreuungsperson oder Bevollmächtigte/r haben Sie das Recht dazu). Vereinbaren Sie im Pflegeheim klare Handlungsstrategien, wie mit den Weglauftendenzen umgegangen werden soll.</li> <li>• <b>Haben Sie keine falschen Hemmungen</b>, das Heim zu wechseln, wenn Sie im Laufe der Zeit zu der Einsicht gelangen, dass Ihr/e Angehörige/r in einer anderen Einrichtung besser versorgt wäre. Die Umstellungsprobleme bestehen i.d.R. nur kurzfristig, langfristig werden bessere Bedingungen auch zu einer Verbesserung des problematischen Verhaltens führen.</li> </ul>
<p><b>Rüsten Sie sich für den Notfall</b></p> <p><b>Achtung: rechtliche Voraussetzungen zum Schutz der persönlichen Freiheit der Erkrankten beachten!</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bringen Sie die Adresse</b> an einem Schmuckstück (Kette oder Armband) an, bzw. deponieren Sie Adress-Kärtchen in Jacken- oder Manteltaschen (diese können allerdings verlegt werden und müssen immer wieder kontrolliert werden).</li> <li>• Wenn Erkrankte ein <b>Handy</b> bei sich tragen, sollte eine Notfall-Nummer eingespeichert werden, die auch von Fremden auf dem Display erkannt werden kann. Moderne Handys können zudem schon relativ gut geortet werden. Bitte erkundigen Sie sich beim Handy-Kauf.</li> <li>• Halten Sie ein aktuelles <b>Ganzkörper- sowie Portrait-Foto</b> und eine <b>Personenbeschreibung</b> bereit, und achten Sie möglichst täglich auf die Bekleidung des/der Erkrankten.</li> <li>• Erkundigen Sie sich auch über die <b>technischen Möglichkeiten</b>, die ein Verirren verhindern oder das Wiederauffinden erleichtern können. Es gibt z.B. kleine GPS-Geräte, die den Standort der vermissten Person übermitteln können. Außerdem gibt es auch kleine, einfache Peilsender, die dabei helfen, die orientierungslose Person im Notfall wiederzufinden. Eine individuelle Anpassung dieser Hilfsmittel an die erkrankte Person (z.B. Einnähen des Peilsenders in einen Stoffgürtel) ist wichtig.</li> </ul>

Dieser Leitfaden ist entstanden in Kooperation mit: betroffenen Angehörigen, der Polizeidirektion Oldenburg/Ammerland, dem Gerontopsychiatrischen Dienst im Gesundheitsamt der Stadt Oldenburg, der JUH, Hausnotrufzentrale Ortsverband Stedingen, dem Gesundheitshaus des Klinikums Oldenburg, dem Pflegedienst Ambulant und der Deutschen Alzheimer Gesellschaft.