



**Stadt Zürich**  
Schulungszentrum Gesundheit

## HERZLICH WILLKOMMEN zum öffentlichen Demenz-Referat in Richterswil Heutiges Motto: «In Kontakt treten und bleiben»



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren



**Stadt Zürich**  
Schulungszentrum Gesundheit

## Inhaltsübersicht zum heutigen Referat

- Zahlen und Fakten zum Thema
- Demenz, ein gesellschaftliches Tabu?
- Die Gedächtnisfunktionen
- Was ist eine Demenz und wie zeigt sie sich?
  - Definition
  - Risikofaktoren
  - Ursachen und Symptome
- Die Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- Herausforderndem Verhalten konstruktiv begegnen



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Hinschauen lohnt sich

Hinschauen lohnt sich... immer!  
Denn, Demenz geht uns alle etwas an.



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Ein paar Zahlen und Fakten



- Aktuell sind 144'000 Menschen erkrankt
- Prognose für das Jahr 2040  $\Rightarrow$  300'000 Betroffene



- Im Kanton Zürich: 24'005 Betroffene (2016)
- über 50 % leben zu Hause



© Can Stock Photo

- 38 % Betroffene leben mit einer Betreuungsperson zusammen
- 62 % leben alleine, teilweise völlig alleine...

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Demenz, ein gesellschaftliches Tabu...?

### «Der Rumpelstilzchen-Effekt»



Betroffene

An- und  
Zugehörige

Fachpersonen

Gesellschaft

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Die Perspektive eines Angehörigen

«Die Person sickert Tropfen für Tropfen,  
aus der Person heraus»

(Zitat von Arno Geiger, Schriftsteller und Angehöriger)



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Die Rolle der An- und Zugehörigen

- Erleben belastende Momente, wenn die Bedürftigkeit einsetzt
- Erhalten eine völlig neue (unfreiwillige und belastende) Rolle
- Erleben eine «Rollenumkehrung»
- Spielen eine besondere Rolle für Betroffene
- Sind das Bindeglied zwischen innen und aussen
- Sind die Brücke zur Vergangenheit
- Sind eine wichtige Informationsquelle



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Wie funktioniert unser Gedächtnis?



Ultrakurzzeitgedächtnis



Kurzzeitgedächtnis

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Wie funktioniert unser Gedächtnis?



Unser Langzeitgedächtnis ist eine Bibliothek oder Kommode, mit unermesslicher Speicherkapazität!

Episodisches Gedächtnis (Biografie)  
 Semantisches Gedächtnis (Wissen)  
 Prozedurales Gedächtnis (komplexe Fertigkeiten)



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Wie funktioniert Ihr Gedächtnis?

Bitte übersetzen Sie dieses arabische Sprichwort

الْحَكِيمُ لَا يَشْبَعُ مِنَ الْأَقْوَالِ الْجَمِيلَةِ

alchakimu la yaschba 'u minal aqwal al-gamila

Oder: Red Eesw dirw tichn tats na nchönes Nprüches.

**Der Weise wird nicht satt an schönen Sprüchen.**

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Erinnerungsfähigkeit

Vergangenheit – Gegenwart – Zukunft



«Lerne von der Vergangenheit, baue an der Zukunft und lebe in der Gegenwart!»

Rainer Kaune

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Die Erinnerungsfähigkeit von Menschen mit Demenz

Menschen mit Demenz leben «im Hier und Jetzt» und, in ihrer persönlichen Vergangenheit!

Sie haben einen Koffer voller Erinnerungen – ihre Lebensgeschichte!

Doch die lebendigen Erinnerungen an früher sind in dieser Welt nur beschränkt nützlich...



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren



Stadt Zürich  
Schulungszentrum Gesundheit

## Erinnerungsstörungen; Zeichen nach aussen...

Antwort einer Dame die gefragt wird, wie viele Kinder Sie hat:

«Ich glaube, ich habe drei Kinder, oder wissen Sie vielleicht noch von mehreren?»



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren



Stadt Zürich  
Schulungszentrum Gesundheit

## Erinnerungsstörungen; Zeichen nach aussen...

Nach der Predigt in der Kirche sagt die Dame  
«Darf ich mir Ihr schönes Kleid ausleihen?»



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Definition und geschichtliche Aspekte

### Wortbedeutung

DE → WEG VON, VERLOREN GEGANGEN

MENS → GEIST, ETWAS HÖHERES

Demenz ist ein Oberbegriff für alle hirn-organischen Erkrankungen (ca. 60 Arten)

Neue Wortdefinition (WHO)

Neurokognitive Beeinträchtigung



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Was ist eine Demenz?

### Störungen des Gedächtnisses

- Beeinträchtigung der Aufnahme, Speicherung und Wiedergabe von neuen Informationen
- Der Verlust von früher Erlerntem

### Beeinträchtigung des Denkvermögens

- Einschränkung der Urteilsfähigkeit
- Verminderung von Ideenfluss
- Störung der Informationsverarbeitung



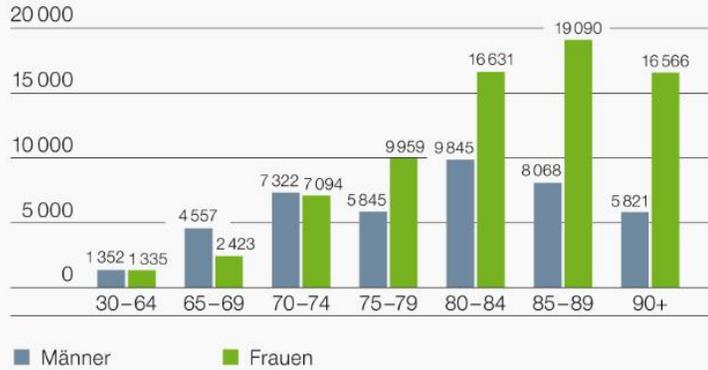
Dies führt zu alltagsrelevanten Einschränkungen

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Risikofaktoren

### Altersspezifische Prävalenz von Demenzerkrankungen

Anzahl Demenzerkrankte pro Altersgruppe, 2014<sup>1</sup>

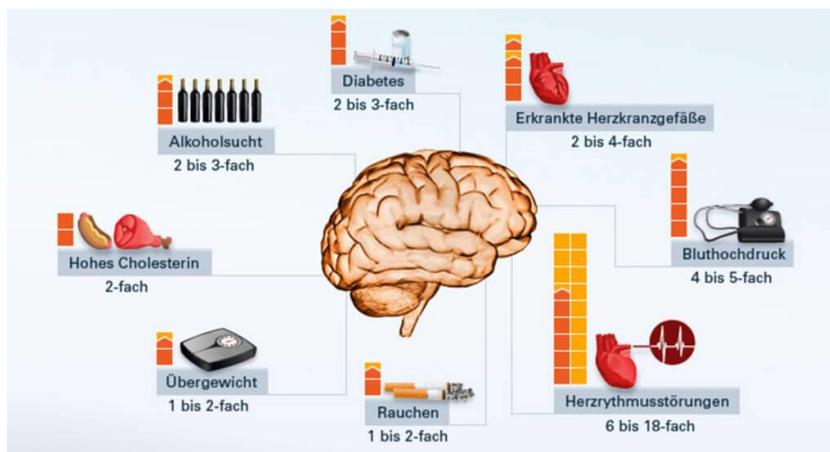


Quelle: Schweizerische Alzheimervereinigung, 2014.

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren. Schätzung.

© Interpharma

## Risikofaktoren



Hier nicht ersichtlich sind weitere Risikofaktoren wie: Parkinson, MS und Depressionen

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Zuordnung der Demenzarten

### Unterscheidung in drei Gruppen



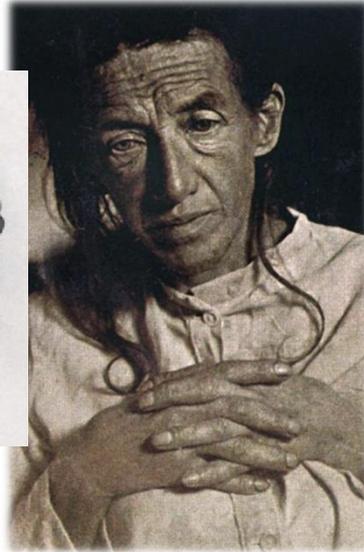
Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Demenzformen

Demenzform	Anfangssymptome
Alzheimerdemenz	Gedächtnis- und Orientierungsstörung, Wortfindungsstörungen
Vaskuläre Demenz	Verlangsamung im Denken und Handeln, Stimmungsschwankungen
Frontallappendemenz	Kontrollverlust, Enthemmung, Persönlichkeitsveränderung, Sprachstörung
Lewy-Körperchen Demenz	Fluktuierende kognitive Störungen, parkinsonähnliche Symptome, Halluzinationen
Korsakow-Syndrom	Gedächtnisverlust, Schwierigkeiten Neues zu lernen, Konfabulation, fehlende Einsicht
Creuzfeldt-Jakob-Krankheit	Gedächtnis- und Orientierungsstörung, neurologische Störungen, psychische Veränderungen

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Alois Alzheimer und Auguste Deter

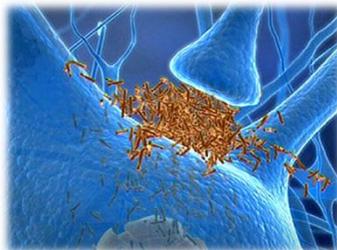


Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

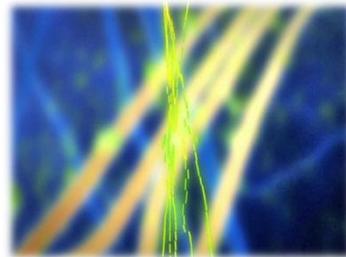
## Ursachen der Alzheimer-Demenz



Botenstoffmangel (Acetylcholin)



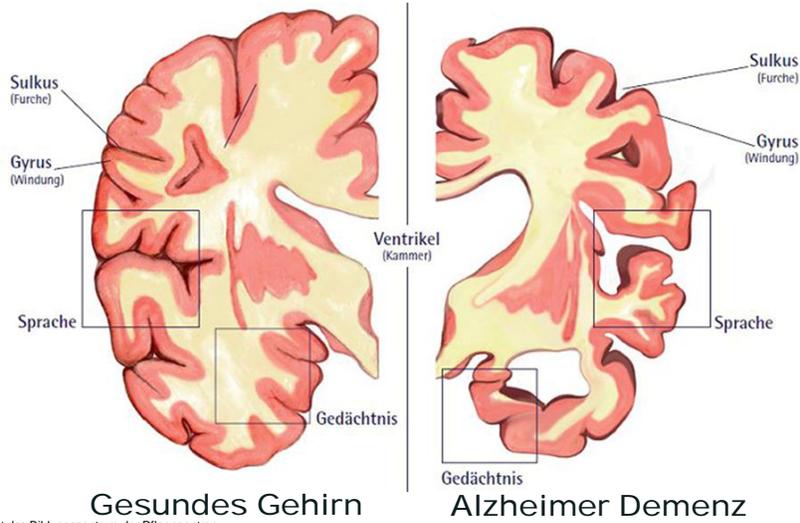
Bildung von Amyloid-Plaques



Bildung von Tau-Proteine

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Querschnittvergleich eines Gehirns



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Krankheitszeichen



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Andere Krankheitszeichen

- ✓ Wahrnehmungsstörungen
- ✓ Ängste
- ✓ Misstrauen, Eifersuchtsideen
- ✓ Tag - Nacht - Umkehr
- ✓ Wiederholungszwang
- ✓ Erregungszustände
- ✓ Feindseliges Verhalten



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Lewy - Körperchen - Demenz

### Fakten

- Erste Krankheitszeichen meistens erst nach den 65. Lebensjahr
- Männer sind häufiger betroffen
- Bis zu 15 % aller Menschen mit Demenz leiden unter DLB
- Bisher sind keine Risikofaktoren bekannt



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren



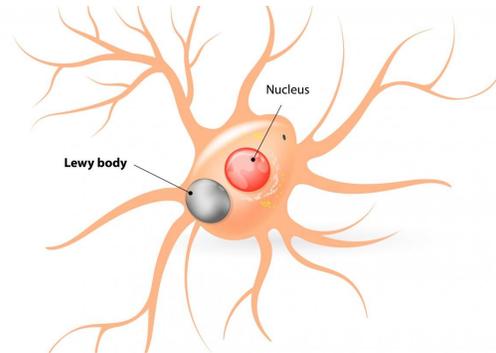
## Lewy - Körperchen - Demenz

### Ursache

- Bildung von Einweissablagerungen in der Grosshirnrinde und im Hirnstamm
- Die Verklumpungen (Lewy - Body - Körperchen) behindern den Austausch von Botenstoffen zwischen den Hirnnervenzellen

### Symptome (Krankheitszeichen)

- Hirnleistungsstörungen
- Bewegungsstörungen
- Optische Halluzinationen
- Verhaltensstörungen im Schlaf
- Neuroleptika - Überempfindlichkeit
- Neurovegetative Störungen
- Psychische Symptome



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren



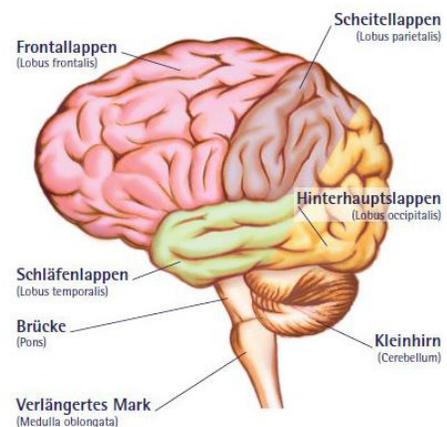
## Frontotemporale Demenz

### Fakten

- Mehrere degenerative Erkrankungen im Stirn- und Schläfenlappen des Hirns
- Ursachen sind noch unbekannt, familiäre Häufung
- Krankheitsausbruch zwischen 45. und 60. Lebensjahr

### Symptome (Krankheitszeichen)

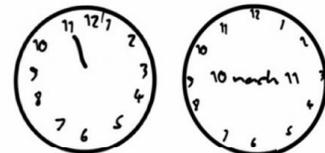
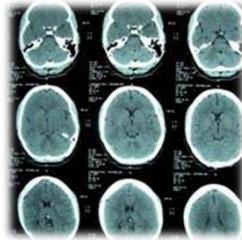
- Verminderte Selbstkontrolle und Enthemmung
- Selbstbezogenheit
- Störung der Planungs-, Organisations- und Urteilsfähigkeit



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Früherkennung durch Diagnosestellung

Abklärungen durch Fachteams in den Memory-Kliniken  
 Memory-Klinik Zimmerberg in Sanatorium Kilchberg



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Gemeinde Richterswil

1. Instanz und Anlaufstelle für Beratung und Steuerungsmöglichkeiten  
 Frau Gabriela Giger, Altersbeauftragte (Tel: 044 687 13 32)



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

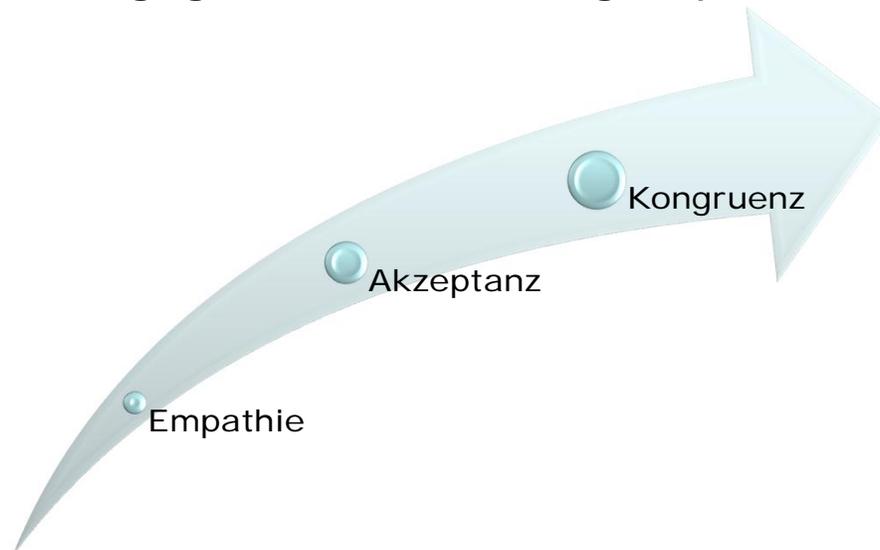
## Die psychischen Grundbedürfnisse

Person – zentrierter Ansatz nach Tom Kitwood  
 Ich begleite eine PERSON mit Demenz



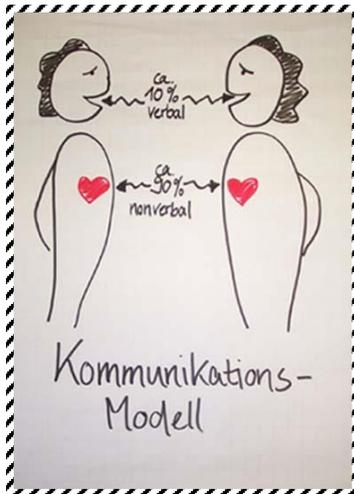
Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Haltungsgrundsätze für Begleitpersonen



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

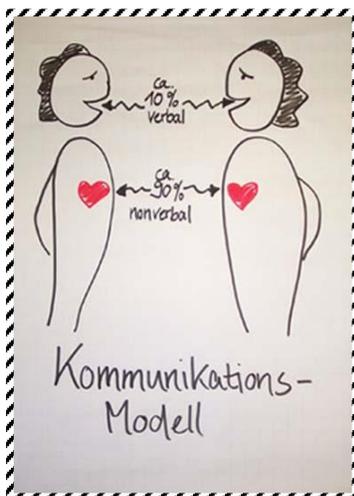
## Die Kommunikation mit Menschen mit Demenz



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

- Bewusst in Kontakt treten und bleiben
- Blickkontakt  $\Rightarrow$  Mimik und Gestik sind identisch mit den Aussagen
- Körpersprache einsetzen, zeigen, was man meint!
- Taktvoll berühren  $\Rightarrow$  Berührungen vermeiden, bis bekannt ist, ob diese geschätzt sind!
- Akzeptieren und anerkennen der Gefühle von Menschen mit Demenz
- Da sein  $\Rightarrow$  präsent sein

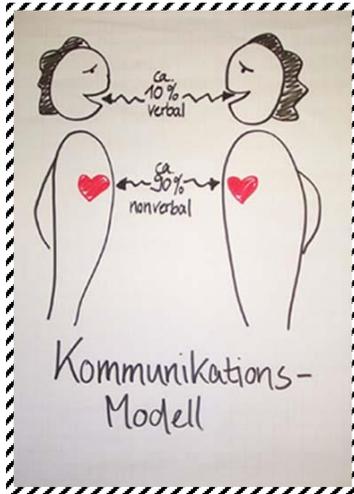
## Die Kommunikation mit Menschen mit Demenz



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

- Lärmquellen ausschalten (Reizüberflutung)
- Deutliche Aussprache, normale Stimmlage und «auf gleicher Augenhöhe sprechen»
- Nicht zu viel auf einmal sagen
- Fragen mit mehreren Auswahlmöglichkeiten vermeiden
- Mehrheitlich geschlossene Fragen stellen und Zeit für die Antwort geben
- Geduld ist eine wichtige Tugend! Aussagen müssen bei Bedarf wiederholt werden

## Die Kommunikation mit Menschen mit Demenz



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

- Themen meiden, die in der jüngsten Vergangenheit liegen
- Sprechen über Sichtbares («im Hier und Jetzt»)
- Sprechen Sie über Themen bei denen die Person Bescheid weiss
- Oder über Vergangenes, aus der eigenen Biografie der Person
- Sprechen Sie nicht von «wir» oder «man», wenn nur die andere Person gemeint ist

## Was Sie vermeiden sollten...

- Keine Antworten mehr geben (ignorieren)
- Babysprache (ist entwürdigend)
- Streiten/kritisieren/bestrafen/zurechtweisen und konfrontieren
- Mit mehreren Personen gleichzeitig reden
- Über den Demenzbetroffenen in seinem Beisein mit anderen sprechen und ihn nicht miteinbeziehen...



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Und hier noch eine weitere Anmerkung...

Vermeiden Sie Verneinungen!



Download from [Dreamstime.com](http://Dreamstime.com)

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Herausforderndes Verhalten-Reaktion mit ABC - Schema

Eine demenzbetroffene Person, die Sie kennen, kommt Ihnen entgegen und sucht jemanden, der nicht mehr am Leben ist...

„Peter ist schon lange tot, das solltest du doch wissen!«

**A** Avoid confrontation ⇒ **DIREKTE KONFRONTATION VERMEIDEN**

Eine direkte Konfrontation

- ist verletzend
- oder gar entwürdigend
- kann eine Krise hervorrufen



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren



Stadt Zürich  
Schulungszentrum Gesundheit

## Herausforderndes Verhalten-Reaktion mit ABC - Schema

Eine Person, die Sie kennen, kommt Ihnen entgegen und sucht jemanden, der nicht mehr am Leben ist...

«Peter war eine ganz wichtige Person für dich, das ist mir ganz klar. Ich weiss noch wie ihr damals gemeinsam....»

**B** Be practical ⇒ **PRAKTISCH SEIN**

- Sprechen Sie über die Person, die nicht da ist
- über gemeinsame Erlebnisse mit Peter, die der demenzbetroffenen Person präsent sind



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren



Stadt Zürich  
Schulungszentrum Gesundheit

## Herausforderndes Verhalten-Reaktion mit ABC - Schema

Eine Person, die Sie kennen, kommt Ihnen entgegen und sucht jemanden, der nicht mehr am Leben ist...

«Peter war eine ganz wichtige Person für dich, das ist mir ganz klar. Ich sehe, dass du ihn sehr vermisst, dass kann ich gut verstehen. Es tut weh, einen Menschen zu verlieren.»

**C** Clarify feelings ⇒ **Gefühle benennen**

- Akzeptieren Sie Gefühle/Emotionen
- sprechen Sie davon
- die Person fühlt sich ernst genommen und verstanden



Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren



Stadt Zürich  
Schulungszentrum Gesundheit

## Herausforderndem Verhalten begegnen Reaktion mit ABC - Schema

Frau Bachmann sitzt im Aufenthaltsbereich und ist ungehalten. Sie sagt zu Ihnen: «Es ist Zeit für das Mittagessen, ich will jetzt endlich essen!»

**A** Avoid confrontation

**Direkte Konfrontationen vermeiden**

„Sie sind ja ganz falsch heute!  
Es ist erst 10.30 Uhr, sie müssen sich  
noch 1½ Stunden gedulden!“



**B** Be practical

**Praktisch sein**

„Haben Sie hunger Frau Bachmann? Hunger ist keine gute  
Sache, sondern unangenehm! Das habe ich auch nicht  
gerne. Dem können wir Abhilfe schaffen.“

**C** Clarify feelings

**Gefühle benennen**

„Das Warten auf das Essen ist sehr ärgerlich, das verstehe  
ich!“

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren



Stadt Zürich  
Schulungszentrum Gesundheit

## Reaktion mit ABC - Schema

Menschen mit Demenz beginnen zu erzählen und wissen dann  
nicht weiter...

**A** Avoid confrontation

**Direkte Konfrontationen vermeiden**

„Denken Sie nach!“

**B** Be practical

**Praktisch sein, versuchen Sie zu helfen**

„Sie haben von Felix erzählt“

**C** Clarify feelings

**Gefühle benennen**

„Es ist ärgerlich, wenn man den Faden  
verliert, nicht wahr?“

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist das Bildungszentrum der Pflegezentren

## Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

