

Inhalt

Vorwort	8
KAPITEL 1	
LEBEN MIT DEMENZ: EIN ÜBERBLICK	11
Vergesslichkeit oder Demenz?	12
Demenz ist keine Krankheit	17
Unterschiedliche Formen der demenziellen Veränderung	19
Alzheimer	20
Vaskuläre Demenz	21
Weitere Formen	22
Die Diagnose	24
Der Uhrentest	25
Andere Ursachen ausschließen	25
Mit der Diagnose umgehen	26
Begutachtung durch die Pflegekasse	27
Menschen mit Demenz pflegen und versorgen	29
Pflegerische Angehörige	29
Ambulanter Pflegedienst	30
Tages- oder Nachtpflege	31
24-Stunden-Pflege	31
Demenz-WG	32
Pflegeheim	33
Therapie und Förderung für Ihren Angehörigen	34
Den Betroffenen in seiner Einzigartigkeit erkennen – der personenzentrierte Ansatz	35
Biografische Informationen sammeln und Erinnerungen pflegen	36
Neuronale Verbindungen stärken mit Musiktherapie	39

Snoezelen – Entspannung ermöglichen	40
Die Sinne anregen mit „Basaler Stimulation“	41
Medikamentöse Behandlung	43
Weitere Formen der Therapie und Förderung	44
Die rechtliche Seite	45
Vollmachten	45
Rechtliche Betreuung	47
Selbstbestimmung und Sicherheit des Angehörigen abwägen .	49
Wenn Schaden entsteht: Haftungsfragen	51

KAPITEL 2

HILFE FÜR ANGEHÖRIGE UND FREUNDE VON BETROFFENEN

53

Wie sich das Leben verändern kann	54
Was für Menschen mit Demenz hilfreich ist	56
Gehen Sie offen mit der Veränderung um	56
Fähigkeiten betonen	57
Menschen mit Demenz sind erwachsen	59
Zeigen Sie sich geduldig	60
Formulieren Sie positiv und bildhaft	62
Gute Begleitung bei Ortsveränderungen	63
Wahrhaftig sein	65
Menschen mit Demenz verstehen und unterstützen	66
Validation – eine wertschätzende Haltung einnehmen	66
Therapeutisches Lügen vermeiden	68
Mit Ölen und Düften das Wohlbefinden steigern	69
Orientierungshilfen, technische Unterstützung und Unterhaltungsangebote	71
Sexuelle Bedürfnisse akzeptieren	74

Verschobener Tag-Nacht-Rhythmus	76
Gewohnheiten in der Ernährung berücksichtigen	78
Suchtverhalten sensibel begleiten	81
Schmerz erkennen	82
Aktivitäten mit Menschen mit Demenz	85
Sport beugt körperlicher Unruhe vor	85
Gartenarbeit spricht alle Sinne an	86
Musik und Gesang berühren unmittelbar	86
Ausflüge hellen den Alltag auf	88
Kultur vermittelt sinnhafte Teilhabe	89
Die Perspektiven von Begleitern	92
Das Zusammenleben mit dem Lebenspartner	92
Die veränderte Rolle als Kind annehmen	94
Geschwister und Freunde bringen wichtiges Wissen ein	96
Häufige Fragen von Angehörigen und Freunden	97

KAPITEL 3

GANZHEITLICHE MASSNAHMEN FÜR ANGEHÖRIGE UND FREUNDE 103

Sorgen Sie für sich selbst	104
Über Bewegung und Sport den Körper stabilisieren	105
Genuss in der eigenen Ernährung empfinden	105
Sich Zeit für eigene Hobbys nehmen	107
In sich hineinspüren mit Eurythmie	108
Die inneren Organe unterstützen mit Wickeln und Einreibungen	108
Verspannungen lösen durch Massagen	110
Die eigene Wahrnehmung positiv beeinflussen durch Affirmationen	111

Entlastung für pflegende Angehörige	113
Das persönliche Umfeld einbeziehen	113
Quartiersangebote in der Nähe	114
Selbsthilfe- und Angehörigengruppen für Austausch und Unterstützung	115
Entlastungsleistungen: Betreuungsangebote für den zu Pflegenden	118
Anspruch auf medizinische Rehabilitation	119
Verhinderungs- und Kurzzeitpflege	121
 Zu guter Letzt	122
Hilfreiche Adressen	122
Zum Weiterlesen	124
Empfehlenswerte Filme	125
Register	126