

Jeder kann „Demenz Partner“ werden – über 23 600 Personen bundesweit sind bereits zertifiziert

„Demenz braucht Dich!“ geht alle an

1,6 Millionen Menschen in Deutschland sind demenzkrank. Forscher rechnen damit, dass die Zahl bis zum Jahr 2050 doppelt so hoch sein wird. Weil das Thema alle angeht, hat die Deutsche Alzheimer Gesellschaft im September 2016 die Kampagne „Demenz Partner“ gestartet. Der SoVD unterstützt die Aktion. SoVD-Redakteurin Dagmar Möbius hat das Zertifikat erworben.

Jeder kann „Demenz Partner“ werden, lädt die gleichnamige Initiative ein: ob Berufstätige, Seniorinnen und Senioren, Schülerinnen und Schüler, Auszubildende oder Studierende. Über 520 Organisationen und Einrichtungen haben sich bereits registriert und können Basiskurse anbieten. Mehr als 23 600 Personen besuchten einen Kurs.

Ich melde mich zum Kompaktkurs in der Geschäftsstelle des AWO Bundesverbandes in Berlin-Kreuzberg an. Zwei Stunden sind für den kostenfrei zu besuchenden Kurs anberaumt. Für den Termin an einem Dienstagnachmittag haben sich 80 Interessierte angekündigt. Fast alle erscheinen. Frauen und Männer jeden Alters, Deutsche und Menschen mit Migrationshintergrund. Es ist der erste öffentliche Kompaktkurs der AWO überhaupt. Zuvor wurden die Mitarbeitenden intern geschult.

In 90 Minuten zum Demenz Partner werden

Brigitte Döcker, seit 2010 Vorstandsmitglied des AWO Bundesverbandes e.V., ist positiv überrascht vom großen Interesse. Sie erklärt das Ziel der Initiative: „Wir wollen die Krankheit Demenz bekannter machen und Berührungspunkte im Umgang mit Demenzerkrankten abbauen. Sie können Sicherheit gewinnen.“ Der Kompaktkurs versteht sich nicht als Fachveranstaltung. „Es ist unser Beitrag für mehr Inklusion in der Gesellschaft. Wir lassen Demenzerkrankte nicht im Stich“, so Döcker.

Anna Gausmann spricht über die 1989 gegründete Deutsche Alzheimer Gesellschaft, die

Trägerin der bundesweiten Aufklärungskampagne. Einleitend zeigt sie ein kurzes Video: Die Kegeltruppe Silberkugel wartet auf Herbert. Der kommt viel zu spät und hat die falschen Schuhe an. Seine Sportfreunde wundern sich. Einige Wochen später erscheint Herbert wieder zu spät. Zwei Stunden. Seinen Kegelkameraden wirft er vor, den Termin verlegt zu haben. „Ihr wollt wohl ohne mich spielen“, sagt er vorwurfsvoll. Aggressiv verlässt er die Kegelbahn. Seine Sportgruppe bleibt ratlos zurück. Sie ahnt nicht, dass Herberts Verhalten auf eine beginnende Demenz hinweisen kann.

Vergleichbar mit einer defekten Lichterkette

Demenz entsteht, wenn Hirnareale durch Krankheiten geschädigt werden. „Das kann man sich wie eine Lichterkette vorstellen, bei der einige Lämpchen nicht funktionieren“, erklärt Anna Gausmann. „Bei Demenz werden massiv Nervenzellen abgebaut. Wenn Störungen des Gedächtnisses, der Sprache oder der Orientierung über sechs Monate hinweg auffallen und gewohnte Alltagstätigkeiten nicht wie üblich ausgeübt werden können“, sollte man daran denken. Die Referentin spricht über Häufigkeit, Arten, Definitionen, Ursachen und Prävention der Erkrankung. Momentan leiden rund 1,6 Millionen Menschen an einer Demenz. Jedes Jahr kommen rund 40 000 hinzu. 41 Prozent sind älter als 90 Jahren, weitere 26 Prozent zwischen 85 und 90 Jahre. Wichtig: „Es gibt nicht die Demenz, sondern

verschiedene Ursachen.“ Der mit 70 Prozent größte Anteil der Demenzerkrankungen fällt auf die Alzheimer-Krankheit. „Eine Diagnose durch einen Facharzt ist Voraussetzung für einen Behandlungsplan und die weitere Lebensplanung – auch für Angehörige“, sagt Gausmann und nennt mögliche Anlaufpunkte. In Berlin gebe es beispielsweise neun Gedächtnissprechstunden.

„Wo beginnt die Grenze zwischen Vergesslichkeit und Demenz?“, will ein Mann wissen. Anna Gausmann antwortet: „Das eine Muster gibt es nicht. Es wird brenzlich, wenn jemand Termine vergisst und sich so etwas häuft. Demenzerkrankte können sich an kurz zurückliegende Ereignisse nicht erinnern.“ Projektmitarbeiterin Saskia Weiß knüpft an: „Menschen mit Demenz wollen sozial eingebunden sein und sich nützlich und sicher fühlen. Sie wollen in vertrauter Umgebung bleiben und sich selbstständig und selbstbestimmt fühlen.“

Klassiker der täglichen Herausforderungen

An Beispielen bespricht sie angemessene Reaktionen auf heikle Situationen. „Stellen Sie sich vor, Ihr betagter Angehöriger steht mitten in der Nacht in der Haustür und will zur Arbeit.“ Sie gibt mehrere Varianten vor. „Was soll denn das? Jetzt hast du mich aufgeweckt“ provoziere Aggression. Besser sei: „Lass uns vorher noch einen Kaffee zusammen trinken.“ Warum? „Es lenkt ab und hilft, einen Fuß in die Tür zu bekommen, aber Garantien



Internet:

www.demenz-partner.de
www.deutsche-alzheimer.de
www.wegweiser-demenz.de



Foto: Dagmar Möbius/Redaktion

Über 520 Organisationen bieten Demenz-Partner-Kurse an.

gibt es nicht.“ Weiß ermuntert zum Ausprobieren und verweist zum Vertiefen auf die Broschüre, die alle „Demenz Partner“ mit nach Hause nehmen dürfen, und auf weiteres Schulungsmaterial.

„Kurz den Raum zu verlassen und tief durchzuatmen, kann die Situation ändern“, so die Sozialpädagogin. Prinzipiell hilfreich sei, Demenzerkrankte ernst zu nehmen, sie nicht auf Defizite hinzuweisen und ihnen Ruhe und Sicherheit zu vermitteln. Besonders bei Erlebnissen wie „Meine Geldbörse ist weg!“, die viele Angehörige schon erlebt haben. „Die Rolle der Familie ist enorm wichtig“, betont Weiß. Sie rät, Menschen mit

Demenz nicht alle Alltagsverrichtungen abzunehmen, auch wenn diese anders ausgeführt werden, als man es selbst tut. Können Menschen mit Demenz noch Neues lernen? Wie lange dauert die Eingewöhnung im Pflegeheim? Müssen Betroffene ihre Diagnose wissen? Was ist mit der Fahrtauglichkeit? Wie wird Familien geholfen? Die Referentinnen geben Tipps, wie man mit Demenzerkrankten plaudern kann, und informieren über (auch ehrenamtliche) Unterstützungs- und Pflegeangebote.

„Es geht um das Miteinander, um Dinge, die nicht viel kosten“, sagt Saskia Weiß. „Jeder, der ein bisschen aufmerksam ist, ist hilfreich.“



Interview

Kooperationen erwünscht

Sabine Jansen, Geschäftsführerin der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz, stellte das Projekt „Demenz Partner“ im SoVD-Arbeitskreis Pflege vor. Die Redaktion fragte sie.

Wie kann der SoVD mit Ihrem Projekt kooperieren?

Da sehe ich viele Möglichkeiten. Der SoVD kann mit seinen Gliederungen bei der bundesweiten Aufklärung über Demenz sehr gut helfen und sowohl auf die Initiative aufmerksam machen als sich auch aktiv beteiligen. Registrierte „Demenz Partner“ können online Kursmaterial, Banner, Logos und Fotos sowie Presstexte herunterladen.

Wer kann „Demenz Partner“ werden?

Jeder, der Grundwissen über Demenz erwerben möchte, an Demenzerkrankte Angehörige hat, sich für Menschen mit Demenz engagiert oder ein gesellschaftliches Zeichen setzen möchte. Außerdem hilft jede Organisation, die Basiskurse zum Thema Demenz anbietet, Wissen zu verbreiten und das Verständnis für Erkrankte und ihre Familien zu fördern.

Was bietet die Deutsche Alzheimer Gesellschaft für Erkrankte und Angehörige?

In 134 regionalen und örtlichen Alzheimer-Gesellschaften bundesweit werden kompetente Beratung und umfangreiche Informationen angeboten, insbesondere zum Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen, aber auch zu Diagnose und Therapie, zu rechtlichen Fragen oder einfach zum persönlichen Austausch. Zudem kann das Alzheimer-Telefon (030/259 37 95 14) aus dem gesamten Bundesgebiet angerufen werden.

Interview: Dagmar Möbius



Foto: Dagmar Möbius/Redaktion

Saskia Weiß, Brigitte Döcker und Anna Gausmann (von links) hatten zum Kompaktkurs „Demenz Partner“ eingeladen.