

Newsletter Alzheimer Gesellschaft RLP Q4/23

Liebe Mitglieder,

geht es Ihnen auch so: der lichtarme Winter, die nebligen Tage und die Kälte lassen uns im Inneren frösteln, wir fühlen uns müde und oft befällt einen auch eine depressive Stimmungslage. Was hilft Ihnen, den Winterblues gut zu überstehen? Ich gehe gerne raus in die Natur, gerade auch an diesen grauen Tagen. Da fällt das noch leuchtende Herbstblatt besonders auf oder die wunderschöne vereiste Blume im Garten:



Hoffnung schöpfen

Aus dem Blau des Himmels, dem Glanz der Natur, der Schönheit eines Lächelns... Hoffnung schöpfen, ist auch in neblig trüben Tagen ein Lichtblick für die Seele.

(© Monika Minder)

In der neuesten Ausgabe der **Mitgliederzeitung** der Deutschen Alzheimer Gesellschaft Alzheimer Info 4/2023 im Anhang geht es um das Thema „Sexualität und Intimität“.

Das erwartet Sie in dieser Ausgabe:

- Projekte der Alzheimer Gesellschaft RLP
 - Über die Schwierigkeit, ein Spendenprojekt zu starten
 - Projekt „Ehrenamtliche Erstbegleitung“
- Veranstaltungen und Vorträge im Q4/23
- Studie vom Deutschen Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen: Umfrage zu sozialen Kontakten bei Demenz
- Fallbeispiele aus der Praxis: Angst vor Delir bei OP
- Selbsthilfeangebote der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz



Über die Schwierigkeit, ein Spendenprojekt zu starten

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Sehr nachdenklich saß ich nach unserer Vorstandssitzung im Herbst 2022 noch lange am Schreibtisch. Mein Vorschlag, für unser Programm zur Demenzprävention ein online-Spendenprojekt zu starten, war vom Vorstand einstimmig angenommen worden. Aber mir war auch klar, dass ich dies als Projektkoordinatorin weitgehend allein würde umsetzen müssen. Wir sind einfach zu wenig Ehrenamtliche für die vielfältigen anstehenden Aufgaben.

Hatte ich mir Zuviel vorgenommen? „online-Fundraising“, also über das Internet Spenden zu sammeln, war Neuland für mich. Es galt, unser Projekt auf der **Internet-Spendenplattform Betterplace** zu präsentieren, Wissen aufzubauen und passendes Bildmaterial zu erstellen. „Wie bringt man ein Spendenprojekt zum Laufen?“ und „Wie überzeugt man Menschen von der Wichtigkeit eines Projekts?“ waren Fragen, die mir **schlaflose Nächte** bereiteten. Aber dann zeigte sich, dass ich nicht allein war: mein Mann gab mir durch sein Feedback zu den Texten wertvolle Tipps, mein Sohn sorgte für meine Weiterbildung bei kniffligen IT-Problemen, Freunde und Bekannte leisteten mit ersten Spenden „Starthilfe“. Phänomenal und eine totale Überraschung war die **spontane Weihnachts-Spendenaktion 2022** eines Unterstützers, bei der 725 Euro zusammenkamen. **Das war sehr bewegend!**

Im nächsten Schritt musste ich lernen, um Spenden zu bitten. Am Anfang war dies für mich wie „**Betteln**“. Aber dann habe ich erkannt, dass die Begegnung mit Spendern immer eine Begegnung auf Augenhöhe ist, und man muss ein „Nein“ verkraften können, wenn jemand vom Projekt nicht überzeugt ist. Durch Vorträge, Gespräche über unser Projekt, Knüpfen von Kontakten zu potenziellen Förderern und Spendenaktionen kam unser Vorhaben langsam ins Rollen: Wir haben nach einem Jahr mit über 35.000 Euro einen großartigen Start hingelegt. Mit diesem Geld konnten **23 Menschen** mit hohem Risiko für die Alzheimer Demenz in unser Projekt aufgenommen werden. Das ist beachtlich und hat meine **Erwartungen weit übertroffen!** Das Projekt wachsen zu sehen, macht mir großen Spaß. Motivierend sind auch die Rückmeldungen von Menschen, die durch uns angefangen haben, ihren Lebensstil im Sinne der Prävention zu ändern.

Wie wird es 2024 mit unserem Spendenprojekt weitergehen?

Die Zeit drängt: Mit dem demographischen Wandel wird ein massiver Anstieg an Demenzerkrankungen vorausgesagt. Dabei gibt es weltweit umfangreiches Wissen zur Demenz-Prävention – warum erhalten die Menschen in Deutschland nicht diese wissenschaftlich fundierten Informationen, wie sie ihr Risiko wirksam senken können? **Das treibt mich um!** Mit unserem Projekt sind wir proaktiv, denn wir alle sollten, wenn es brennt, tätig werden und nicht auf staatliche Maßnahmen warten.

Meine Motivation etwas zu ändern ist sehr hoch, gleich 3 mir nahestehende Menschen von mir sind/waren von Demenz betroffen. Deshalb werde ich mich auch 2024 wieder voll für dieses Projekt einsetzen. Dafür braucht es viele Unterstützer:

Mein 🎄 **Weihnachtswunsch** 🎄 ist, dass unser Projekt durch viele Weihnachtsspenden weiterwächst!❤️

Bist **DU** von unserem Projekt überzeugt? Dann **Spende jetzt für Demenz-Prävention** über

www.betterplace.org/p116660

oder über das Spendenkonto der Alzheimer Gesellschaft RLP (**Stichwort: Vorbeugung**):

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/spenden/>

PS: Jede Spende kommt zu 100% dem Projekt zugute.

Meine Botschaft habe ich überbracht. Jetzt werde ich ganz im Sinn des Demenz-Präventionsprojekts meinen Computer herunterfahren und eine Walking-Runde drehen ...

Projekt „Ehrenamtliche Erstbegleitung“

Ein Beitrag von Claudia Hufnagel (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Die Diagnose einer Demenz im frühen Stadium ist für betroffene Menschen ein großer Einschnitt. Die bisherige Lebensplanung wird durch die Diagnose komplett in Frage gestellt und nicht selten macht sich ein Gefühl von Hilflosigkeit breit. Hier setzt die Idee der „Ehrenamtlichen Erstbegleitung“ als ein niedrigschwelliges Vor-Ort-Angebot an, um die Betroffenen in den ersten Monaten nach der Diagnose nicht allein zu lassen und ihnen Hilfestellungen zu geben, um sich im Versorgungs- und Unterstützungssystem zurecht zu finden.

Die Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. beteiligt sich an dem Projekt, das im Rahmen der Nationalen Demenzstrategie der Bundesregierung ins Leben gerufen wurde. Auch wir wollen ehrenamtliche Begleiterinnen und Begleiter, anhand eines Curriculums, das von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft erstellt wurde, schulen und sie auf die Aufgaben vorbereiten. Hierzu suchen wir aktuell noch ehrenamtliche Mitarbeiter*innen. Bei einer Informationsveranstaltung in den Räumen unserer Gesellschaft konnte bereits eine Interessentin gewonnen werden. Sobald genügend Teilnehmer*innen gefunden sind, werden wir mit der ersten Schulung beginnen.

Über das Fortschreiten des Projektes werden wir hier regelmäßig berichten.

Haben Sie Lust, dieses Projekt zu unterstützen? Dann nehmen Sie doch bitte Kontakt mit uns auf. Wir freuen uns auf Sie!

Unsere Aktivitäten im Q4/23

„Rund um den Welt-Alzheimertag 2023“

Ein Beitrag von Christoph Prost (Vorstand Alzheimer Gesellschaft RLP)

Zwischen dem 16. und dem 30. September 2023 gab es 22 Veranstaltungen zum Thema Demenz in den Städten Pirmasens, Zweibrücken und dem Landkreis Südwestpfalz. Unsere Alzheimer Gesellschaft Rheinlandpfalz, speziell die Gruppe in Pirmasens und dem Landkreis Südwestpfalz, organisierte mehrere Veranstaltungen aktiv mit und unterstützte zusätzlich durch Infostände.

Neben vielen Vorträgen, z.B. über den Umgang mit Menschen mit Demenz, gab es weitere „Highlights“. Sehr gut besucht war die Kinoveranstaltung „Honig im Kopf“, zu der auch viele Senioren kamen, die eigentlich nicht so eilig auf die Thematik Demenz sind. Im Anschluss an den Film wurden Austausch und Beratung angeboten und auch die neue „Gemeindegewest Plus“ stellte ihr für diese „Zielgruppe“ interessantes Angebot vor.

Bei der Vielzahl der Angebote sei auch der aus unserer Sicht Höhepunkt der Aktionen benannt:

Am Sonntag, dem 24.09.2023 luden die Familienbildungsstätte Pirmasens, die Alzheimer-Gesellschaft-Rheinlandpfalz, die Lokale Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Südwestpfalz und die Pfarrei St. Elisabeth zu „Begegnung – Stärkung - Information“ von 09:00 bis 13:00 Uhr ein.



Der Tag startete mit einem Gottesdienst unter dem Motto „Das Herz wird nicht dement“, zu dem auch Teilnehmer*innen aus den Selbsthilfegruppen Pirmasens und Rodalben gekommen waren. Menschen mit Demenz waren ebenfalls dabei.

Der wohl bestbesuchte Vortrag der 14 Tage war der Vortrag von Professor Adler von der Alzheimer-Gesellschaft über das ganz aktuelle Thema: „Neue

Methoden der Demenzbehandlung“ (s. Bild).

Tiefgründige Gespräche an den Infoständen unserer Alzheimer Gesellschaft Rheinlandpfalz (vlnr: Christoph Prost, Dr. Claudia Krack, Edda Mertz, Ute Wilhelm und Claudia Hufnagel), dem AWO-Betreuungsverein und den Pflegestützpunkten, Fingerfood-Verpflegung und eine Ausstellung mit Bildern von Peter Gaymann „De Mensch“ rundeten den Tag ab.



Infostand der AlzGesRLP, vlnr: Christoph Prost, Dr. Claudia Krack, Edda Mertz, Ute Wilhelm und Claudia Hufnagel)

Nicht vergessen werden sollte auch das Tanzcafé im Caritas-Altenzentrum St. Anton, welches am Welt-Alzheimertag veranstaltet wurde. Bei Live-Musik hatten viele hochbetagte Senioren, Menschen mit Demenz und Angehörige Freude.

Die Kooperation von Familienbildungsstätte, Diakoniezentrum Pirmasens + AWO-Betreuungsverein, Caritas-Zentrum, Caritas Altenzentrum St. Anton, Gemeindegewerkschaft Plus, Netzwerk 60 Plus, und Städtischem Krankenhaus Pirmasens, unserer Alzheimer Gesellschaft Rheinlandpfalz mit den Selbsthilfegruppen verdient Anerkennung. Das Ziel der bundesweiten Veranstaltung von Welt-Alzheimertagen wurde erreicht: Viele Menschen beschäftigten sich mit der Situation von Menschen mit Demenz. Menschen mit Demenz und ihre versorgenden Angehörigen verdienen Aufmerksamkeit und Unterstützung.

Schade: die Lokale Presse nahm so gut wie keine Notiz von den Veranstaltungen.

Vortrag „Diagnose Demenz – was tun?“ für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Dank einer Erweiterung des Rahmenvertrags mit der Barmer Pflegekasse können wir seit diesem Jahr auch zweistündige Vorträge zum Thema Demenz anbieten. Diese umfassen das Krankheitsbild, Auswirkung der Diagnose auf die Betroffenen und die Familie, Umgang und Kommunikation, Entlastungsmöglichkeiten sowie Rat und Hilfe vor Ort und ist für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen gedacht. Besonders hilfreich ist dieser Vortrag auch für Betroffenen direkt nach der Diagnose („Wie geht es jetzt weiter?“).

Diese Vorträge finden nun regelmäßig in unserer Geschäftsstelle in Ludwigshafen im kleinen Kreis mit maximal 10 Betroffenen statt. Das vermittelt ein wenig das Gefühl, in einer Selbsthilfegruppe zu sein. So unbefangen und intensiv ist dann auch der Austausch untereinander. In der Veranstaltung am 25.10.23 ging es z.B. auch um Themen wie Demenzzuhr, Alltagsbegleiter, Tagespflege (wie kann es gelingen) und was ist eine Pflege-WG.

Eine Angehörige war mit ihrem an Demenz erkrankten Ehemann gekommen. Dadurch wurden wir auf ein großes Problem aufmerksam: unsere Geschäftsstelle im zweiten Stock ist nicht barrierefrei erreichbar. Zwar gibt es einen Fahrstuhl, aber zuvor müssen mehrere Stufen überwunden werden.

Aus diesem Grund werden wir in Zukunft hinterfragen, ob Teilnehmer auf einen Rollstuhl angewiesen sind und individuell klären, ob es möglich ist, in unsere Geschäftsstelle zu gelangen. Zusätzlich bieten wir diesen Vortrag auch an anderen (barrierefreien) Orten an wie z.B. am 9.10. an der VHS Worms mit 24 TN. Weitere Veranstaltungen fanden am 07.12. in der Geschäftsstelle und am 12.12.23 im DRK Pflegeheim in der Melm, Ludwigshafen statt.

Weitere Schulungsangebote finden Sie hier:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/schulungen/>

21.09.23

Infoabend zum Thema Demenz im Ignatius-Lötschert-Haus in Horbach

Ein Beitrag von Monika Bechtel (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)



Thema des Abends war „Mein Heute ist Euer Gestern! Ein Leben mit Demenz“. Der Förderverein für das Ignatius-Lötschert-Haus e.V. veranstaltete diesen Abend in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V., dem Senioren- und Behindertenrat (SBR) WW und dem Demenz-Netzwerk Montabaur-Wirges-Wallmerod.

In ihrem Vortrag schilderte Monika Bechtel mögliche Verlaufsformen der Krankheit und zeigte Wege im Umgang mit den betroffenen Menschen auf. Anschaulich beschrieb sie schwierige Situationen, die typisch im Kontakt mit Demenzkranken sind, und stellte mögliche Lösungsansätze vor. Dabei wurde deutlich, wie man an die Erlebniswelt des Kranken anknüpfen und ihn in seinen Bedürfnissen verstehen kann. Ein thematischer Schwerpunkt des auf persönlichen Erfahrungen beruhenden Vortrags waren die Herausforderungen durch einen stationären Krankenhausaufenthalt von Menschen mit einer Demenz. „Die Kranken fühlen sich von den komplexen Stationsabläufen häufig überfordert und es fällt ihnen schwer, den Sinn medizinischer Maßnahmen zu verstehen“, erklärte Fr. Bechtel. Durch die unbekannte Umgebung seien sie beunruhigt und beängstigt, abwehrendes Verhalten ist oft die Folge. Der Klinikaufenthalt führe bei Menschen mit Demenz häufig zu einer Verschlechterung des Zustandes. „Das ist auch für Ärzte und Pflegerinnen meist eine schwierige Situation“ erläuterte Fr. Bechtel, die dringend empfahl, schon bei der Einweisung darüber zu informieren, dass eine Demenz vorliegt.

Die Möglichkeit für einen Austausch mit der Referentin wurde rege genutzt.

Kurz vorgestellt wurde auch die Demenzarbeit nach Prof. Böhm im Ignatius-Lötschert-Haus und das regionale Demenz-Netzwerk. Als fachkundige Ansprechpartner/innen waren neben Frau Bechtel auch Vertreter/innen des regionalen Demenznetzwerkes, des Pflegestützpunktes, der Seniorenleitstelle des Kreises sowie die Gemeindegeschwister anwesend und kamen gerne ins Gespräch mit den Teilnehmenden. An einem Infotisch konnten sich alle mit Broschüren und Flyern zum Thema eindecken.

24.10.2023

Gespräche am Abend zum Weltalzheimerstag im Casimirianum, Neustadt

Demenz – die Welt steht Kopf: Durch Perspektivwechsel zum besseren Verständnis

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Mit der Diagnose Demenz steht die Welt erst einmal Kopf. Alltagsroutinen, das Miteinander und die Wahrnehmung der Umwelt verändern sich. All das fordert heraus und verunsichert Betroffene ebenso wie Angehörige, aber auch die Gesellschaft: Viele Menschen wissen noch immer zu wenig über das Krankheitsbild und reagieren verständnislos auf das in ihren Augen mitunter wunderliche Verhalten von Menschen mit Demenz.

An diesem Abend ging es um einen Perspektivwechsel – also den „Kopfstand“ einzunehmen – um mit Hilfe einer neuen Sichtweise zu verstehen, welche Einschränkungen mit der Erkrankung einhergehen und wie wir Menschen mit Demenz als selbstverständlichen Teil unserer Gesellschaft wahrnehmen können. Auch die Frage „Gibt es ein gutes Leben mit Demenz?“ wurde in diesem Zusammenhang diskutiert. Die unterschiedlichen Facetten einer Demenz fanden Ausdruck in den vielen Fragen: Eine junge Frau, deren Mutter früh an der erblichen Form der Alzheimer Demenz erkrankt ist, sprach über ihren Konflikt, ob sie einen Gentest machen lassen soll. Oder ein älterer Herr erzählte, dass seine Ehefrau mit Alzheimer Demenz immer Geschichten erzählt, die nicht wahr sind und er und seine Kinder damit einfach nicht umgehen können. Nach diesem Abend konnte er durch den Perspektivwechsel seine Frau besser verstehen und entspannter mit der Situation umgehen.

Das war ein emotionaler Abend zusammen mit 26 Teilnehmern, darunter Menschen mit Demenz, Angehörige und Interessierte.

29.10.2023

6. Mannheimer Pflegeforum: Die Networking- und Informationsplattform für pflegende Menschen und Pflegeinteressierte!

Ein Beitrag von Monika Bechtel (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Diese kostenfreie und gut besuchte Veranstaltung richtete sich an alle, die sich für das Thema Pflege interessieren – sei es, weil sie selbst betroffen sind oder sich auf eine zukünftige Pflegesituation vorbereiten möchten. Das Pflegeforum bietet immer die gute Gelegenheit, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen, wertvolle Kontakte zu knüpfen und von Experten aus der Branche zu lernen. Eine Plattform zum Netzwerken und Lernen durch spannende Vorträge.

Monika Bechtel (Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz) hielt einen Fachvortrag zum Thema Demenz. Im Anschluss konnten die Besucher des Pflegeforums am Informationsstand der Alzheimer Gesellschaft Broschüren mitnehmen und Fragen stellen. Am Stand war auch Ute Hufnagel vertreten (Beirat Alzheimer Gesellschaft RLP).

Online-Seminar für versorgende Angehörige von Menschen mit Demenz

Ein Beitrag von Dr. Claudia Krack (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Neben Präsenzkursen bieten wir auch online-Kurse an. Gerade haben wir ein Hilfe-beim-Helfen-online-Seminar abgeschlossen. Nach 8 Seminarabenden lernt man sich etwas kennen und dadurch rückt man auch im virtuellen Raum ein Stück zusammen. Dass man nicht gemeinsam in einem Seminarraum sitzt spielt dann keine Rolle mehr. Der Austausch untereinander war offen und ungezwungen, man spricht auch über schwierige Alltagssituationen, über Sorgen und Frust, aber auch lustige Situationen werden erzählt. Und vor allem werden neben viel Wissen auch viele Erfahrungen weitergegeben und geteilt, am Ende war dieses Seminar für mich eine große Bereicherung. Ein herzliches Dankeschön nochmals an alle Teilnehmer für die aktive Mitarbeit und die wertvollen Beiträge!

27.10.23

„Demenz – Beziehung und Begegnung“

Lesung und Vortrag mit Monika Bechtel im Evangelischen Gemeindehaus Maxdorf

Frau Monika Bechtel referierte über die Verlaufsformen einer Demenz sowie über den Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen. Die Lesung aus ihrem Buch über die eigenen Erfahrungen mit ihrer an Demenz erkrankten Mutter gibt Einblick in den



Pflegealltag. Die Veranstaltung im Anhang war mit ca. 35-40 Pers. gut besucht. Alle Zuhörer waren sehr aufmerksam und haben nach dem Fachvortrag teilweise noch das Beratungsangebot angenommen.

Weitere Lesungen aus dem Buch von Monika Bechtel fanden am 29.9.23 in Neustadt an der VHS und am 26.10.23 in der Christlichen Sozialstation Bad Dürkheim.

Weitere Veranstaltungen der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. finden Sie hier:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/termine-der-alzheimer-gesellschaft/>

09.11.23

Besuch in der Pflegeschule Ludwigshafen

Ein Beitrag von Claudia Hufnagel (Vorständin Alzheimer Gesellschaft RLP)

Im Oktober erreichte uns eine Anfrage der Pflegeschule und staatlich anerkannte Fachschule für Altenpflegehilfe in Ludwigshafen. Eine Fachlehrerin lud uns ein, mit Pflege-Auszubildenden ins Gespräch zu kommen. Frau Hufnagel nahm den Termin am 09.11.2023 wahr.

Der Lehrplan der Auszubildenden sieht vor, dass unter anderem auch die Arbeit der Alzheimer Gesellschaft vorgestellt wird. In jeweils eine Unterrichtsstunde in zwei Klassen konnte unser Engagement für Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen berichtet werden. Zudem fand ein reger Austausch mit den Schülerinnen und Schülern, die im Rahmen des Unterrichtes bereits ausreichend Kenntnisse zu dem Thema Demenz erlangt hatten, statt.

Weiter Besuche sind geplant.

Weitere Vorträge der Alzheimer Gesellschaft RLP im Q4/23:

26.10.2023, „**Mein Heute ist Euer Gestern! Ein Leben mit Demenz**“, Bad Dürkheim, Referentin Monika Bechtel

28.9.23 „**Demenz – aktueller Stand der Forschung**“, Inner Wheel Club Ettlingen (Geschlossene Veranstaltung), Referentin Dr. Claudia Krack

29.09.2023, „**Mein Heute ist Euer Gestern! Ein Leben mit Demenz**“, Neustadt, Referentin Monika Bechtel

5.10.23 VHS Frankenthal „**Demenz verstehen**“, Referentin Dr. Claudia Krack

Freitag 03.11.2023, „**Im Alter sicher mobil sein und bleiben – Autofahren mit und ohne Demenz**“, Lu-Ruchheim, Referentin Dr. Claudia Krack

30.11.2023, „**Mein Heute ist Euer Gestern! Ein Leben mit Demenz**“, Schifferstadt, Referentin Monika Bechtel

Studie vom Deutschen Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen

Ein Beitrag von Dr. Francisca S. Rodriguez (DZNE und Mitglied der Alzheimer Gesellschaft RLP)

Umfrage zu sozialen Kontakten bei Demenz

Wir (Forschungsgruppe des Deutschen Zentrums für Neurodegenerative Erkrankungen) möchten soziale Kontakte von Menschen mit Demenz erforschen.

Insbesondere interessieren uns Ihre Erfahrungen dazu, wie soziale Interaktionen helfen können, den Alltag zu erleichtern und das Wohlbefinden zu stärken. Wir laden Sie ein, uns in einer Umfrage Ihre Erfahrungen mitzuteilen. Das geht ganz einfach online www.dzne.de/soredem. Alternativ können wir Ihnen genau dieselben Fragen aber auch auf einem Papierfragebogen zuschicken (dafür kontaktieren Sie uns unter Tel.: +49 3834 86-7606 oder per E-Mail HannaLea.Knecht@dzne.de). Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!

Fallbeispiele aus der Praxis

Demenzsprechstunde: Angst vor Delir bei OP

Eine Angehörige wendet sich in der Demenzsprechstunde an Monika Bechtel mit der (berechtigten) Sorge, dass ihr Ehemann (83 J.) mit Alzheimer Demenz durch den bevorstehenden Krankenhausaufenthalt, OP und Narkose ein Delir (akute Verwirrtheit) erleiden könnte. Sie möchte wissen, was sie im Vorfeld tun kann, um das Risiko zu reduzieren: „Was nützt mir eine gute OP, wenn mein Mann anschließend nicht mehr ansprechbar ist.“

Monika Bechtel gibt folgende Tipps:

- Im Vorfeld hinterfragen, ob es sich um ein „demenzsensibles Krankenhaus“ handelt. Mittlerweile erarbeiten immer mehr Krankenhäuser Konzepte für die Versorgung von Patienten mit Demenz, ein deutschlandweit einheitliches Konzept (oder eine Liste) für demenzsensible Krankenhäuser gibt es bisher nicht. Hilfreich bei der Suche nach einer geeigneten Klinik ist der AOK-Klinikfinder:
- <https://www.aok.de/pk/cl/uni/medizin-versorgung/krankenhaussuche/>
- Wichtig ist, bei der Aufnahme und im Gespräch mit dem Narkosearzt die dementielle Erkrankung nochmals zu benennen und auf deren Dokumentation in der Patientenakte zu bestehen.
- Gewohnte Gesichter schaffen Orientierung in ungewohnter Umgebung. Besuchen Sie Ihren Angehörigen daher so oft wie möglich (besser: Rooming-In nutzen, falls möglich)
- Wenn Ihnen neu auftretende Veränderungen im Verhalten Ihres Angehörigen auffallen, teilen Sie dies bitte dem Fachpersonal der Station mit.
- Sprechen Sie in einfachen Sätzen. Formulieren Sie Fragen so, dass sie mit Ja/Nein beantwortet werden können.
- Informieren Sie bei Bedarf über Ort, Tag und Uhrzeit (z.B. Demenzuhr auf Nachttisch)
- Sorgen Sie für aktivierende Beschäftigung, beispielsweise durch Gespräche, Vorlesen von Zeitungen oder gemeinsame Spiele.

- Schaffen Sie eine angenehme Umgebung mit vertrauten Gegenständen wie Fotos, Lieblingskissen, Kalender o.ä.
- Bringen Sie Lieblingslektüre oder Musik mit.
- Nehmen Sie verletzende Aussagen oder Aggressionen nicht persönlich.
- Bleiben Sie nach Möglichkeit an der Seite Ihres Angehörigen.

Selbsthilfeangebote der Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz

Sehr gerne können Sie unsere kostenfreien Selbsthilfeangebote nutzen und anderen Betroffenen davon erzählen:

a) Demenzsprechstunde:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/demenzsprechstunde/>

Die Demenzsprechstunde findet nach vorheriger Terminvereinbarung in der Geschäftsstelle, aber auch telefonisch statt. Das Beratungsangebot umfasst z.B. Fragen zu Diagnose, den Umgang mit schwierigen Verhaltensweisen und bietet auch die Möglichkeit, über persönliche Dinge zu sprechen.

b) Demenzsprechstunde Region Südwestpfalz:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/demenzsprechstunde-region-suedwestpfalz/>

c) Schulungsangebote:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/schulungen/>

d) Selbsthilfegruppen:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/selbsthilfegruppen/>

Der Austausch mit Gleichbetroffenen tut gut. Eine Selbsthilfegruppe (SHG) ist eine gute Möglichkeit ins Gespräch mit anderen Angehörigen eines Menschen mit einer Demenz zu kommen. Zurzeit gehören 23 aktive SHGs zur Alzheimer Gesellschaft RLP, vielleicht ist eine in Ihrer Nähe (oder sie finden andere SHGs über die Suchoption über o.g. Internetlink).

e) Tanzcafés und Stammtische (diese Veranstaltungen sind für die Erkrankten und ihre Angehörigen gedacht):

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/tanzcafesundstammtische/>

f) Kommen Sie mit Ihren Fragen oder zum Stöbern zu verschiedenen Themen auch gerne in unser

„online-Forum Selbsthilfe Demenz“ der Alzheimer Gesellschaft RLP:

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/internet-forum/>

a) Lernvideos zum Thema Demenz und Pflege

<https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/lernvideos-zum-thema-demenz-und-pflege/>

Mit Videos kann man sehr gut Theorie und Praxis verbinden, dieses „Lernen am Modell“ ist besonders effizient und man erhält zu einzelnen Themen sehr schnell einen Überblick. Das gilt auch für Lernvideos zum Thema Demenz, wodurch diese zu einer wertvollen Ergänzung zu Schulungskursen werden. In der Linksammlung haben wir für Sie eine Vorauswahl von sehenswerten Lernvideos zusammengestellt.

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen in Kontakt zu kommen:

Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.
Mundenheimer Straße 239
67061 Ludwigshafen
Tel.: 0621 – 56 98 60
E-Mail: info@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de
Web: www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de
Facebook: <https://www.facebook.com/AlzGesRLP/>

Sie erreichen uns persönlich zu folgenden Zeiten:

Montags von 13:00 bis 16:00 Uhr (Frau Hufnagel)
Dienstags von 09:00 bis 13:00 Uhr (Frau Krumhaar)
Mittwochs von 13:00 bis 16:00 Uhr (Frau Wilhelm)
Donnerstags von 09:00 bis 13:00 Uhr (Frau Krumhaar)
Außerhalb dieser Zeiten ist der Anrufbeantworter geschaltet. Wir freuen uns auf Sie!

Übrigens: der neue **Demenz-Podcast ist da, Folge 57 „Resilienz für pflegende Angehörige“:**

<https://www.demenz-podcast.de/>

Ich wünsche Ihnen einen ein wunderschönes
Weihnachtsfest, einen guten Rutsch ins neue Jahr 2024,
bleiben Sie gesund und voller Zuversicht!

Herzliche Grüße
Claudia Krack
Vorstandsmitglied Alzheimer Gesellschaft Rheinland-Pfalz



PS: Falls Sie diesen Newsletter nicht länger erhalten möchten, senden Sie mir bitte eine kurze E-Mail.