

Pflege von Demenzkranken ist sehr belastend

Demenz ist ein Thema, das immer mehr Menschen betrifft. Gegenwärtig leben mehr als eine Million an Demenz erkrankte Menschen in Deutschland und diese Zahl wird sich bis zum Jahr 2030 voraussichtlich annähernd verdoppeln. Mit der heute hohen Lebenserwartung sehen sich auch zunehmend mehr Familien mit der Krankheit konfrontiert. Viele müssen durch die Pflege eines demenzkranken Familienmitglieds – im typischen Fall ist es die Pflege von Vater oder Mutter – ihren Lebensalltag neu ordnen und gestalten.



Nicht nur der an Demenz Erkrankte selbst leidet unter den geistigen und körperlichen Veränderungen, auch sein soziales Umfeld und speziell der pflegende Angehörige müssen sich mit einer neuen, äußerst schwierigen und belastenden Situation auseinandersetzen. „Der Alltag gestaltet sich schwieriger und mit dem Verlauf der Krankheit kommen immer wieder neue Probleme hinzu“, weiß Dr. med. Maria Großfeld-Schmitz. Die Ärztin arbeitet bei der Initiative Demenzversorgung in der Allgemeinmedizin (IDA), die eine Studie zur Versorgungsqualität von Demenzpatienten und ihren Angehörigen in Mittelfranken durchführt. Ein Demenzpatient verliert seine Eigenständigkeit und benötigt bereits bei alltäglichen Dingen wie beim Waschen oder dem Gang zur Toilette Hilfe. Viele Demenzkranke schlafen die Nächte nicht durch und sind auch tagüber von Unruhe geplagt. Das erfordert stets die Aufmerksamkeit und Fürsorge des pflegenden Angehörigen, der auch um die Sicherheit seines Familienmitglieds besorgt ist. Zusätzlich wird Angehörigen mit dem Fortschreiten der Erkrankung schmerzlich bewusst, dass ihr demenzkrankes Familienmitglied sie nicht mehr erkennt und auch sie ihren sonst so vertrauten und geliebten Menschen als sehr fremd empfinden: Er tut sinnlose Dinge, ist ängstlich oder desorien-

tiert. Häufig reagiert er anders als gewohnt und in vielen Fällen sogar aggressiv.

„Angehörige sollten sich frühzeitig über die Erkrankung informieren und sich Hilfe holen“, rät Dr. Großfeld-Schmitz. „Es wäre falsch zu meinen, die Pflegesituation alleine bewältigen zu müssen.“ Leider kommen viele Angehörige aufgrund ihrer Überlastung jedoch nicht dazu, die zahlreichen Unterstützungsangebote und Informationsquellen kennen zu lernen.

Daher ist es wichtig, alle Möglichkeiten einer guten Versorgung und Beratung von Demenzpatienten und ihren Angehörigen zu untersuchen. Hier setzt die Initiative Demenzversorgung in der Allgemeinmedizin an.

IDA hilft Patienten und Angehörigen

Die Initiative Demenzversorgung in der Allgemeinmedizin (IDA) hat sich zum Ziel gesetzt, die Versorgung von Patienten mit Demenz und ihren Angehörigen zu verbessern. Sie führt derzeit eine Studie mit Demenzpatienten und ihren Angehörigen in Mittelfranken durch. Das Projekt soll einen wichtigen Beitrag dazu leisten, dass Demenzkranke möglichst lange in ihrer vertrauten häuslichen Umgebung leben können und dass die körperliche und seelische Belastung der Angehörigen verringert wird. „Wir untersuchen, wie die Betreuung von

Demenzpatienten und ihren pflegenden Angehörigen verbessert werden kann und welche Auswirkungen das auf den Erkrankten hat“, erklärt Privatdozent Dr. Elmar Gräbel, wissenschaftlicher Leiter von IDA. Untersucht werden Versorgungsansätze wie die Unterstützung in angeleiteten Angehörigen-Gruppen oder durch speziell geschulte Demenzberater. Der Hausarzt hat bei der Versorgung von Demenzpatienten eine zentrale Rolle. Auf Basis der Studienergebnisse soll er in die Lage versetzt werden, zusätzlich zu seinen ärztlichen Leistungen Beratungsangebote für Angehörige zu vermitteln. Bereits mehr als 200 engagierte Hausärzte unterstützen das Projekt, das in der Modellregion Mittelfranken durchgeführt wird.

Die Initiatoren der in Deutschland bisher einzigartigen Initiative sind die AOK Bayern, der AOK Bundesverband und die forschenden Unternehmen Pfizer und Eisai, getragen wird sie von Hausärzten in Mittelfranken. Die Universität Erlangen-Nürnberg und das GSF Forschungszentrum für Umwelt und Gesundheit in München begleiten das Projekt wissenschaftlich.

Es können noch Patienten mit ihren pflegenden Angehörigen an der Studie teilnehmen. Wenn Sie Interesse haben, sich an dem Projekt zu beteiligen, informiert Sie unsere Studienärztin Dr. med. Maria Großfeld-Schmitz gerne über wichtige Voraussetzungen und die an IDA teilnehmenden Ärzte aus der Studienregion.



**Kontakt:
Dr. med. Maria Großfeld-Schmitz,
Telefon: 0911/218-567**



Initiative Demenzversorgung
in der Allgemeinmedizin

Angehörigengruppen sind wichtig!

Bei der Pflege von Demenzkranken fühlen sich Angehörige häufig allein gelassen. Die Erkrankung ist noch stark tabuisiert und es fällt den Betroffenen in der Regel nicht leicht, darüber zu sprechen oder Hilfe bei der Pflege anzunehmen. „Der Besuch von Angehörigen-Gruppen ist für die pflegende Person ein äußerst wichtiger Bestandteil im Umgang mit der eigenen schwierigen Situation“, erklärt Privatdozent Dr. Elmar Gräbel.

An erster Stelle steht der Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen, den die Gruppe ermöglicht. Angehörige merken, dass sie nicht allein sind und stützen sich auf diese Weise gegenseitig. In einem Umfeld mit Menschen, die das gleiche Schicksal teilen, fällt es leichter, über die Sorgen und Probleme zu reden. Vielen Betroffenen hilft eine Angehörigen-Gruppe dabei, mit der Empfindung, ein schlechtes Gewissen zu haben, besser umzugehen und gibt ihnen ein Gefühl der Geborgenheit. In praktischer Hinsicht bieten viele Gruppen auch Informationsabende, Vorträge und können häufig beim Erlernen von Pflege-Techniken unterstützen.

„Angehörigen-Gruppen sind dann wirksam“, meint Dr. Gräbel, „wenn die Gruppe mehrfach im Monat zusammentrifft und Angehörige das Angebot regelmäßig nutzen.“ Auf diese Weise könne die subjektive Belastung durch die Pflege signifikant vermindert werden.

Daher informiert im Rahmen von IDA der Hausarzt Angehörige in einem Studienarm über die nächstgelegene Angehörigen-Gruppe. In der auf zwei Jahre angelegten Studie wird unter anderem ermittelt, wie viele Betroffene dieser Empfehlung folgen und welche Veränderungen in der Versorgung von Patient und Angehörigem sich daraus ergeben.

Information: Privatdozent Dr. Elmar Gräbel, Abt. für medizinische Psychologie und Psychotherapie der Universität Erlangen und wissenschaftlicher Leiter von IDA.

Woran erkennt man eine Demenzerkrankung?

Die Anzeichen einer Demenzerkrankung sind von Patient zu Patient verschieden. Sie hängen vom Ausmaß der Veränderungen im Gehirn ab und werden zusätzlich durch die Persönlichkeit, Lebensumstände und körperliche Verfassung beeinflusst. Trotzdem gibt es bei der Krankheit einige typische Anzeichen, die Hinweise auf eine beginnende Demenzerkrankung sein können. Beobachten Sie Ihren Angehörigen genauer:

- **Vergisst Ihr Angehöriger in letzter Zeit häufig kurz zurückliegende Ereignisse?**
- **Hat er Schwierigkeiten, sich in neuer oder sogar in seiner gewohnten Umgebung zurechtzufinden? Findet er bekannte Wege wie den Weg nach Hause plötzlich nicht mehr allein?**
- **Bereiten Ihrem Angehörigen alltägliche Handlungen wie zum Beispiel das Zubereiten von Mahlzeiten, das Baden oder Duschen Probleme?**
- **Bemerken Sie, dass das Interesse an seiner Arbeit oder seinen Hobbys nachlässt, ohne Freude an neuen Aufgaben zu finden?**
- **Hat Ihr Angehöriger Schwierigkeiten, wenn er vor wichtigen Entscheidungen steht?**
- **Zeigt er unerwartete Stimmungsschwankungen, für die Sie keinen Grund erkennen können?**

Diese Veränderungen können erste Hinweise auf eine Demenzerkrankung sein, aber sie können auch viele andere Ursachen haben. Gehen Sie frühzeitig zum Arzt, um sich Klarheit zu verschaffen. Ihr Arzt kann mit großer Sicherheit testen, ob es sich bei dem Problem Ihres Angehörigen um eine Form von Demenz handelt. Eine frühzeitige Diagnose hilft Ihnen, sich rechtzeitig mit der neuen Situation zurechtzufinden und sich über die Krankheit zu informieren.

Weitere Informationen zu IDA finden Sie auch unter: www.projekt-ida.de