

Teilhabe schaffen

Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen, Museumsbesuche, Gottesdienste u.a.

Psychosoziale Therapieansätze für An- und Zugehörige

Zu den psychosozialen Therapieansätzen gehören auch Ansätze, die auf die pflegenden Angehörigen ausgerichtet sind und deren Zielsetzung es ist, die eigene Gesundheit zu schützen und zu fördern, denn gute Pflege kann nur gelingen, wenn die Pflegeperson gesund bleibt.

- **Edukation**, Schulung zu der Erkrankung sowie Behandlungs- und Unterstützungsangeboten
- **Verhaltensmanagement**, für einen adäquaten Umgang mit der erkrankten Person
- **Bewältigungsstrategien**, für den Umgang mit Krisen und Belastungen
- **Entlastungsmöglichkeiten**, zur Gewinnung und Erhaltung der eigenen Energie
- **Angehörigengruppen**, zum Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen

Quellen:
Landesfachstelle Demenz Saarland (2022): Demenzratgeber Saarland.
Deutsche Alzheimer Gesellschaft (2020): Informationsblatt: Die nicht-medikamentöse Behandlung von Demenzerkrankungen.

Ein Projekt der Landesfachstelle Demenz Saarland mit der Landesärztin für an Demenz erkrankte Menschen und der Ärztekammer des Saarlandes. Mit freundlicher Unterstützung des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit.

Ärztekammer
des Saarlandes



Landesärztin für an Demenz
erkrankte Menschen
Frau Dr. R.A. Fehrenbach



Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen
und Gesundheit

SAARLAND



Landesfachstelle Demenz Saarland

Ludwigstraße 5
66740 Saarlouis

Telefon: 0 68 31 / 4 88 18 0
Telefax: 0 68 31 / 4 88 18 -23

landesfachstelle@demenz-saarland.de
www.demenz-saarland.de

LANDESFACHSTELLE
DEMENZ



LANDESFACHSTELLE
DEMENZ



Wissenswertes für
pflegende Angehörige

Psychosoziale Therapien bei Demenz

in Kooperation mit dem Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit, der Landesärztin für an Demenz erkrankte Menschen und der Ärztekammer des Saarlandes.

Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen
und Gesundheit

SAARLAND



Es ist stets von großer Bedeutung bei jedem **Demenzverdacht eine diagnostische Abklärung** einzuleiten, um primär behandelbare Ursachen einer Demenzerkrankung (bis zu 10%) zu erkennen und folglich auch behandeln zu können. Auch **unzureichend behandelte internistische Erkrankungen** können ein Demenzsyndrom verschlechtern und sollten deshalb ausreichend behandelt werden, wie z.B.:

- Herzerkrankungen
- Zuckerkrankheit
- Schilddrüsenerkrankungen
- Vitaminmangel u.a.

Des Weiteren sollte regelmäßig die Medikation überprüft werden und ungeeignete Medikamente, wenn möglich, durch geeignetere Präparate ersetzt werden.

Psychosoziale Behandlungsansätze

Darüber hinaus gibt es **psychosoziale Behandlungsansätze**, die die Lebensqualität von Betroffenen erhöhen und eine medikamentöse Therapie unterstützen können. Empfohlen werden:

- **Ergotherapie** – Übungen von Alltagstätigkeiten
- **Logopädie** – Übungen für das Sprachvermögen und bei Schluckstörungen

- **Physiotherapie** – Übungen zu Ausdauer, Kraft und Balance
- **Kunsttherapie** – Förderung von Wahrnehmung, Erinnerung und Kommunikation, Ausdrucksfähigkeit
- **Basale Stimulation** – Förderung von Wahrnehmung durch sensorische Verfahren
- **Gedächtnistraining** – Aktivitäten oder Aufgaben zur Förderung von Gedächtnis, Aufmerksamkeit, Problemlösen und Kommunikation
- **Musiktherapie** – Förderung der Erinnerung durch Hören, Singen oder Spielen von Liedern

Diese Interventionen dienen zum Erhalt und zur Verbesserung der Funktionsfähigkeit. Außerdem wirkt sich eine **gute Tagesstrukturierung** und die **Förderung von Aktivitäten** günstig auf den Krankheitsverlauf aus.

Um einen geeigneten psychosozialen Behandlungsansatz zu finden, sollten der **behandelnde Arzt**, an der **Pflege** beteiligte Fachkräfte oder aber auch eine qualifizierte **Demenzfachberatung** eingebunden werden.

Der Einsatz des jeweiligen Therapieansatzes ist **abhängig vom Schweregrad** der Demenzerkrankung, der individuellen Präferenz des Betroffenen und sein Ansprechen auf die Therapieform.

Biografiearbeit

Menschen mit Demenz sind geprägt durch ihre Lebensgeschichte, ihre Beziehungen, ihre Erfahrungen, ihre Interessen, ihre Bedürfnisse, ihre Defizite und ihre Ressourcen. Diese Kenntnisse ermöglichen einen **leichteren Zugang zum Erkrankten**. Das Ausfüllen eines **Biografiebogens** sollte zu einem frühen Zeitpunkt der Erkrankung erfolgen, um Willensäußerungen aufnehmen zu können, ein gemeinsames Erinnern zu ermöglichen und zu einem Austausch anzuregen.

Schaffen von Bewegungsangeboten

Die positive Wirkung von Bewegung ist unter anderem die Förderung der Mobilität, die zugleich einen Beitrag zur Sturzprävention leistet.

Tanzen

Bewegung und Musik haben eine positive Wirkung auf Menschen mit Demenz. Tanzen kann dazu führen, dass Menschen mit einer Demenz Fähigkeiten wieder aktivieren können, die verloren geglaubt schienen und ihre Motorik schulen. Gemeinsames Tanzen bereitet Freude und schafft schöne Momente für die Erkrankten und deren Partner.

Reha-Sport in Einrichtungen

Bewegungs- und Sportangebote in Einrichtungen ermöglichen es, trotz eingeschränkter Mobilität, in der gewohnten Umgebung aktiv zu sein.