

Demenz

Überblick und Unterstützungsmöglichkeiten

Eine Publikation des Seniorenbeirates und
der Sozialen Fachberatung für Senioren

Demenz

Überblick und Unterstützungsmöglichkeiten

Ein Ratgeber für Senioren | Stand: 2017 | Herausgeber: Stadt Augsburg
Verantwortlich für den Inhalt: Seniorenbeirat & Soziale Fachberatung für Senioren

Diese Broschüre ist Teil einer Ratgeberserie für Augsburger Senioren. Die Inhalte wurden gemeinsam von Seniorenbeirat und Sozialer Fachberatung für Senioren erarbeitet. Die Ratgeber verschaffen Überblick und beinhalten praktische Hinweise zu häufigen Situationen und Herausforderungen im Alter.

Weitere, bereits erschienene Ratgeber für Senioren:

Vorsorge und Absicherung

- Der Krankenhausaufenthalt
- Vorsorge treffen
- Der Todesfall

Wohnen

- Zu Hause alt werden
- Wohnformen im Alter
- Wohnungsanpassung

Finanzen

- Soziale Leistungen und Vergünstigungen
- Behinderung und Nachteilsausgleich

Pflege und Betreuung

- Pflegebedürftig – was nun?
- Entlastung im Pflegefall
- Demenz

Freizeit und Engagement

- Aktiv im Ruhestand

Was tun bei Demenz?

In Deutschland sind rund 1,6 Millionen Menschen an Demenz erkrankt. In Augsburg leben derzeit etwa 5500 Betroffene. Mit zunehmendem Alter erhöht sich das Risiko an Demenz zu erkranken. Der Krankheitsverlauf ist dabei sehr unterschiedlich.

Es ist wichtig, gut über Demenz informiert zu sein. Mit dem Wissen über medizinische Möglichkeiten, Unterstützung und Alltagsbewältigung ist auch mit Demenz eine hohe Lebensqualität möglich.

Dieser Ratgeber vermittelt Ihnen wichtige Informationen darüber, was Demenz bedeutet und gibt Ihnen Tipps zu Unterstützungsmöglichkeiten für einen angemessenen Umgang mit dieser Erkrankung.

Demenz – was ist das?

Demenz zeigt sich in mehreren Symptomen. Sie kann viele verschiedene Ursachen haben und durch unterschiedliche Krankheiten ausgelöst werden. Die bekannteste Erkrankung mit dem Symptom Demenz ist Alzheimer. Die Alzheimer-Demenz ist auch die häufigste Form, sie macht vermutlich über 60 % der Krankheitsfälle aus.

Etwa 10 bis 20 % der Demenzen haben sekundäre Ursachen wie z. B. Bluthochdruck, Durchblutungsstörungen oder Vitamin- und Hormonmangelzustände, die meist gut behandelbar sind. Eine genaue und möglichst frühe Diagnostik durch den Arzt ist ein erster wichtiger Schritt.

Bei Demenz kommt es zu Beeinträchtigungen von Gedächtnis, Orientierung, Verhalten, Denkvermögen und Sprache. Warnhinweise können unter anderem sein, Vergesslichkeit und Orientierungslosigkeit, Wortfindungsstörungen, Veränderung der Persönlichkeit und Stimmungsschwankungen, Veränderung des sozialen Verhaltens, Verminderter Antrieb, Probleme bei der Alltagsbewältigung und/oder Verlust des Urteilsvermögens.

Gehen Sie bei einem Verdacht an Demenz erkrankt zu sein, rechtzeitig zum Arzt. Denn grundsätzlich gilt, dass die medizinischen Behandlungsmöglichkeiten umso besser sind, je früher die Erkrankung festgestellt wurde.

Risikofaktoren

Demenz gilt im Allgemeinen als Erkrankung des Alters. Neben dem Alter gibt es viele andere Umstände, die das Demenz-Risiko erhöhen, wie zum Beispiel, Rauchen, übermäßiger Alkoholkonsum, Übergewicht, Gefäßerkrankungen wie Bluthochdruck, erhöhtes Cholesterin und Diabetes, Einnahme verschiedener Medikamente, geringe soziale, geistige und körperliche Aktivitäten, Depressionen oder nicht behandelte Schwerhörigkeit.

Demenz vorbeugen

Eine gesunde Lebensweise kann das Risiko an Demenz zu erkranken vermindern:

- Körperlich und geistig aktiv bleiben
- soziale Kontakte pflegen
- auf gesunde Ernährung und ausreichend Trinken achten
- Vitamin- und Hormonmangel vermeiden
- psychische Erkrankungen und Durchblutungsstörungen des Gehirns medizinisch behandeln lassen

Tipps für Betroffene

Unsicherheiten, ob dement oder nicht, können Betroffene rechtzeitig medizinisch abklären lassen um möglichst frühzeitig ärztliche Behandlungsmöglichkeiten zu nutzen. In die Auseinandersetzung mit der Situation sollten Angehörige und Freunde miteinbezogen werden. Beratungs- und Hilfsangebote unterstützen bei Angelegenheiten, wie zum Beispiel Vorsorgevollmachten, Testament oder Betreuungsverfügungen.

Schreiben Sie eine Demenzerklärung, in der Sie Ihre Vorlieben und Abneigungen, Werteeinstellungen und Wünsche formulieren. Nähere Informationen zu Demenzerklärungen finden Sie im Ratgeber „Vorsorge treffen“.

Tipps für Angehörige

Angehörige, Nachbarn und Freunde erleben die Lebenssituation von Menschen mit Demenz aus nächster Nähe. Um das Alltagsleben für alle Betroffenen gut zu gestalten und Überforderungen zu vermeiden, gibt es verschiedene Möglichkeiten:

Generelle Verhaltensweisen

- die Würde des Menschen mit Demenz wahren und ihn ernst nehmen
- die Weltsicht des Erkrankten respektieren und darauf eingehen
- den Betroffenen nicht mit W-Fragen konfrontieren (Was? Warum? Wann? Wo? Wie?)
- kurze Sätze bilden und Blickkontakt halten
- auf die eigene Gestik, Mimik und Körpersprache achten
- nicht auf Fehler hinweisen
- verbliebene Fähigkeiten erkennen und fördern
- Sinne aktivieren
- eigene Grenzen erkennen

Umgang mit Aggressivität

- Ursachen erkennen
- nichts persönlich nehmen
- auf eigene Sicherheit achten
- Diskussionen durch Ablenkung vermeiden
- Arzt informieren

Umgang mit Ruhelosigkeit

- Ablenken, z. B. Trinken
- Beschäftigung anbieten, z. B. Musik, Singen, Ergotherapie, Spiele
- Ursache finden
- Rituale schaffen

Beständigkeit schaffen

- Altbewährtes beibehalten
- festen Tagesablauf planen
- Neues mit angenehmer Situation verbinden (z. B. Duft)

Finanzielle Unterstützung

Pflegeversicherung

Leistungen können bei der Pflegeversicherung beantragt werden. Diese Leistungen richten sich nach der Beeinträchtigung der Selbständigkeit und werden nach fünf Pflegegraden bemessen. Pflegebedürftig im Sinne der Pflegeversicherung sind Personen, die körperliche, kognitive oder psychische Beeinträchtigungen oder gesundheitlich bedingte Belastungen nicht selbständig kompensieren oder bewältigen können.

Weitere Informationen finden Sie auch in unserem Ratgeber „Pflegebedürftig – was nun?“.

Sozialhilfe

Wenn die eigenen finanziellen Mittel für die Pflege, inklusive der Leistungen aus der Pflegeversicherung nicht ausreichen, kann beim Amt für Soziale Leistungen, Stadt Augsburg, Hilfe beantragt werden. Im Falle einer Heimunterbringung ist der Bezirk Schwaben zuständig. Die Gewährung einer finanziellen Unterstützung ist einkommens- und vermögensabhängig.

Schwerbehindertenausweis

Demenz erkrankte können beim Zentrum Bayern Familie und Soziales einen Schwerbehindertenausweis beantragen. Je nach Grad der Behinderung und zuerkannten Merkzeichen werden z. B. Freifahrten im öffentlichen Nahverkehr mit Begleitperson gewährt.

Weitere Informationen finden Sie auch in unserem Ratgeber „Behinderung und Nachteilsausgleich“.

Steuerliche Vorteile

Sofern Einkommenssteuerpflicht besteht, wird je nach Grad der Schwerbehinderung ein Steuerfreibetrag gewährt. Angehörige von Pflegebedürftigen können zudem eine Pflegepauschale bei der Steuererklärung geltend machen.

Anpassung des Wohnraums

Verschiedene praktische Möglichkeiten helfen Betroffenen sich zu Hause wohl zu fühlen und Gefahrenquellen in der eigenen Wohnung zu erkennen:

- Ausreichend beleuchten
(nachts indirekte Beleuchtung, Bewegungsmelder)
- Gefahrenquellen ausschalten
(Einsatz von Zeitschaltuhren, Herdsicherungen, Brand- und Rauchmelder, giftige Pflanzen entfernen)
- Orientierung bieten
(farbliche Markierungen wie Symbole und Fotos statt Beschriftung)
- Reizüberflutung verhindern
(reduzierte Gestaltung des Wohnbereichs)
- Erinnerungsecken schaffen
(Fotos, alte Gebrauchs- und Lieblingsgegenstände)
- Beständigkeit bieten
(alles hat seinen Platz)
- Küche und Bad anpassen
(Haltestangen, eingefärbtes Toilettenwasser)

Weitere Informationen finden Sie auch in unserem Ratgeber „Wohnungsanpassung“.

Spezielle Einrichtungen und Angebote für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Zur Unterstützung der Betroffenen und Entlastung der pflegenden Angehörigen gibt es verschiedene Angebote in Augsburg:

- Einrichtungen für Tagespflege und Pflege bei Nacht (Nachtcafé)
- Niedrigschwellige Betreuungsgruppen
- Offener Treff für Angehörige mit Patientenbetreuung (Café Malta)
- Besuchsdienste
- Pflegekurse für Angehörige
- Ambulantes Therapieangebot (Picasso.2)

Beratungsstellen, Selbsthilfeorganisationen und spezialisierte Fachabteilungen

Augsburger Senioren-Telefon

Das Senioren-Telefon vermittelt zur zuständigen Beratungsstelle.

Tel. 0821 65080777

Soziale Fachberatungen für Senioren

Siehe Rückseite.

Fachstellen für pflegende Angehörige und gerontopsychiatrische Fachstellen

Westliches und nördliches Augsburg (AWO)
Kirchbergstr. 15, 86157 Augsburg
Tel. 0821 22792-511

Östliches Augsburg (Caritas)
Kantstr. 4, 86167 Augsburg
Tel. 0821 72055-18

Südliches Augsburg (Malteser)
Tel 0821 25850-48
Werner-v. Siemens-Str. 10, 86159 Augsburg

Stadtmitte Augsburg (Diakonie)
Inneres Pfaffengäßchen 12, 86152 Augsburg
Tel. 0821 45019-3311

Alzheimer-Telefon der Alzheimer-Gesellschaft Augsburg

Die Alzheimer-Gesellschaft Augsburg e.V. bietet mit dem Alzheimer-Telefon eine niedrighschwellige Informations- und Gesprächsmöglichkeit an.

Beim Rabenbad 6, 86150 Augsburg
Tel. 0821 3193-110

Hessing Memory Klinik

Für Patienten mit Gedächtnisproblemen aller Art.

Butzstr. 27, 86199 Augsburg
Tel. 0821 909-424

Gerontopsychiatrische Institutsambulanz am BKH

Hier werden Menschen ab dem 65. Lebensjahr behandelt, die wegen ihrer Erkrankung auf eine multiprofessionelle Versorgung angewiesen sind. Bei Bedarf sind Hausbesuche möglich.

Dr.- Mack-Str. 1, 86156 Augsburg
Tel. 0821 4803-4100

KompetenzNetz Demenz

Bürger engagieren sich als Demenzpaten für Menschen mit Demenz und informieren über die Krankheit. Sie halten Vorträge und führen Schulungen durch.

Wilhelm-Hauff-Str. 28, 86161 Augsburg
Tel. 0821 56881-81

Nützliche Links

www.mit-alzheimer-leben.de

www.alzheimer-augsburg.de

www.wegweiser-demenz.de

Weitere Informationen bei der Sozialen Fachberatung für Senioren:

Stadtmitte

Altenhilfezentrum der
Diakonie
Alte Gasse 12
86152 Augsburg
Tel.: 0821 50943-50

Hochzoll

Sozialstation Hochzoll
Watzmannstraße 1
86163 Augsburg
Tel.: 0821 2637526

Hochfeld/

Universitätsviertel
Sozialzentrum Hochfeld
Hochfeldstraße 52
86159 Augsburg
Tel.: 0821 2594511

Herrenbach/Spickel

Sozialzentrum Herrenbach
Wilhelm-Hauff-Str. 28
86161 Augsburg
Tel.: 0821 56881-21

Oberhausen

Sozialstation St. Peter
und Paul
Hirblinger Straße 3
86154 Augsburg
Tel.: 0821 418543

Haunstetten

Sozialzentrum Haunstetten
Johann-Strauß-Straße 11
86179 Augsburg
Tel.: 0821 8087733

Hammerschmiede/ Firnhaberau

Sozialzentrum Hammer-
schmiede
Marienbader Straße 29a
86169 Augsburg
Tel.: 0821 70021-742

Bärenkeller

Sozialzentrum Bärenkeller
Amselweg 32
86156 Augsburg
Tel.: 0821 4604030

Göggingen/Inningen/ Bergheim

Sozialstation Göggingen
Römerweg 18
86199 Augsburg
Tel.: 0821 93415

Lechhausen

Sozialstation Lechhausen
Kantstraße 4
86167 Augsburg
Tel.: 0821 7205520

Kriegshaber

Ulmer Straße 199
86156 Augsburg
Tel.: 0821 439833-12

Soziale Fachberatung für Senioren mit Migrations- hintergrund

SchwabenCenter
Wilhelm-Hauff-Straße 28
86161 Augsburg
Tel.: 0821 5688182

Pfersee

Seniorenzentrum
Christian-Dierig-Haus
Kirchbergstraße 15
86157 Augsburg
Tel.: 0821 22792-510

Geschäftsstelle des Seniorenbeirates

Schießgrabenstraße 4
2. Stock, Zimmer 204
86150 Augsburg
Tel.: 0821 324-4325
Fax: 0821 324-4346
E-Mail: seniorenbeirat@augzburg.de

Fachstelle für Seniorenarbeit

Schießgrabenstr. 4
2. Stock, Zimmer 205 und 206
86150 Augsburg
Tel.: 0821 324-4318
Fax: 0821 324-4323
E-Mail:
fachstelle-seniorenarbeit@augzburg.de