

Webadresse der Quelle:

<https://www.alzheimer-bw.de/demenz-mehr-erfahren/aus-der-beratung/>

Aus der Beratung

Fragen und Antworten aus unserer Telefonberatung, die wir auch in unserem Magazin **alzheimeraktuell** und unserem Newsletter vorstellen:

[Abschließen der Wohnung](#)

[Alzheimer-Gentest](#)

[Antriebslosigkeit und Rückzug](#)

[Autofahren und Demenz](#)

[Beruhigungsmittel im Pflegeheim](#)

[Demenzprävention](#)

[Frontotemporale Demenz](#)

[Gefährdung durch Vergiftung](#)

[Gibt es Demenz-Tests für zu Hause?](#)

[Herdsicherungssysteme](#)

[Hin- und Weglaufen](#)

[Ist das eine Demenz?](#)

[Informationsmaterial in anderen Sprachen](#)

[Klinische Studien](#)

[Reha für pflegende Angehörige](#)

[Schlafstörungen](#)

[Sexuelle Enthemmung](#)

Urlaub

Verwirrtheit nach Krankenhausaufenthalt

Vorbereitung auf den MDK-Begutachtungstermin

Demenz und Corona

In den Telefonaten mit Angehörigen, die sich an das Beratungstelefon der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg wenden, haben wir seit Frühjahr 2020 häufig erfahren, wie belastend die Corona-Pandemie für Angehörige von Menschen mit Demenz war und ist. Einige Themen, Tipps und Ideen aus diesen Gesprächen haben wir auf dieser Seite zusammengefasst:

Hilfreiches aus der Beratung | 11.11.2020 | Thema: Was jetzt gilt und woran man denken sollte

Was ist erlaubt? Was ist verboten? Ich verliere den Überblick.

Ich hatte gerade wieder eine Beziehung zu meiner Mutter aufgebaut. Jetzt habe ich Angst, dass ich sie wieder für Wochen nicht im Pflegeheim besuchen kann.

Ich war froh, die Betreuung meiner Eltern wieder abgeben zu können, um mehr zu arbeiten. Nun muss ich vielleicht die Pflege erneut anders organisieren. Gibt es weiterhin eine Entlastung berufstätiger pflegender Angehöriger durch den Staat?

Ist es nicht viel zu riskant, den Pflegedienst ins Haus zu lassen? Allein wird es mir aber inzwischen einfach zu viel. Ich bin ratlos.

Seit dem 2. November gelten erneut strengere Regelungen für den Alltag und den Umgang miteinander. Am Beratungstelefon hören wir, wie verunsichert viele Angehörige sind, was erlaubt und was verboten ist. Groß ist auch die Sorge vor erweiterten Besuchseinschränkungen und -verboten der Pflegeheime. Wer einen Angehörigen

zu Hause betreut, ist unsicher, ob Betreuungsgruppen und Tagespflegen geöffnet bleiben und welche Unterstützungsangebote auch weiterhin genutzt werden können. Wir geben einen Überblick über die aktuell wichtigsten Aspekte.

Betreuungsgruppen und Tagespflegen dürfen

geöffnet bleiben Entlastungsangebote wie Betreuungsgruppen und Tagespflegen dürfen weiterhin öffnen, allerdings wie bisher unter Einhaltung strenger Regeln. So werden die Gruppen verkleinert, Zu- und Ausgänge markiert, die Mindestabstände eingehalten und besondere Vorkehrungen für die Mahlzeiten getroffen. Außerdem gehören zu diesem Hygienekonzept, das schriftlich festgehalten wird und einsehbar sein sollte, regelmäßige Befragungen zum aktuellen Gesundheitszustand aller Ehrenamtlichen, Fachkräfte und Gäste.

Trotz der grundsätzlichen Erlaubnis liegt die Entscheidung für oder gegen eine Öffnung allerdings beim jeweiligen Träger. Aktuell stehen einigen Gruppen die bislang genutzten Räumlichkeiten nicht zur Verfügung, so dass keine Treffen stattfinden können. Nach wie vor müssen deshalb mancherorts die Angehörigen wieder oder weiterhin auf diese Entlastungsangebote verzichten.

Besuche im Pflegeheim bleiben erlaubt

Seit den drastischen Regelungen im Frühjahr ist das Bewusstsein dafür gewachsen, wie wichtig, ja unerlässlich, der persönliche, auch körperliche Kontakt ist, gerade für Menschen mit Demenz. Deshalb gelten auch für Besuche im Pflegeheim die seit Juni 2020 gelockerten Regelungen auch im November. **Eine Verschärfung der Regelungen gibt es nicht.** Danach können Besuche stattfinden und es liegt nicht im Ermessen der Heimleitung, diese Besuche zeitlich einzuschränken oder Besuchszeiten vorzugeben.

Die wichtigsten Regelungen (Auswahl):

- Bewohnerinnen und Bewohner können pro Tag

grundsätzlich von zwei Personen besucht werden. Die Einrichtung kann aus besonderen Anlässen Ausnahmen zulassen.

- **Besuche im Bewohnerzimmer sind erlaubt.** In den Gemeinschaftsräumen dürfen keine Besuche stattfinden.
- Besucherinnen und Besucher müssen während des gesamten Aufenthalts in allen geschlossenen Räumen der Einrichtung, **also auch im Bewohnerzimmer**, eine Mund-Nase-Bedeckung tragen.
- Besucherinnen und Besucher müssen einen Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Personen einhalten. **Der Mindestabstand gilt nicht für Angehörige**, sodass der besonders für Menschen mit Demenz wichtige Körperkontakt möglich bleibt.
- Die Leitung der Einrichtung kann insbesondere für Personen, die keine Angehörigen sind, weitere Ausnahmen zulassen, beispielsweise im Rahmen der Sterbebegleitung oder zur Unterstützung der Bewohnerinnen und Bewohner bei der Nahrungsaufnahme.
- Der Besuch von Bewohnerinnen oder Bewohnern, die mit dem Coronavirus infiziert sind oder bei denen ein begründeter Infektionsverdacht besteht, ist nur mit Einverständnis der Einrichtung und unter Einhaltung weiterer gebotener Schutzmaßnahmen wie beispielsweise dem Tragen von Schutzkitteln möglich.
- In den Gemeinschaftsbereichen der Einrichtungen sind Besuche unzulässig, es sei denn, diese Bereiche sind von der Leitung der Einrichtung speziell als Besucherbereiche freigegeben.

Vollständige Corona-Verordnung Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen

Schnelltests auch für Angehörige

Aktuell wird die Umsetzung der Coronavirus-Testverordnung auf den Weg gebracht. Die Eckdaten dazu hat das Bundesministerium für Gesundheit Mitte Oktober in einer Verordnung (Coronavirus-Testverordnung) festgelegt. Danach können sich auch Angehörige von Menschen mit Demenz, welche im Pflegeheim leben, eine

Tagespflege oder eine Betreuungsgruppe besuchen oder Leistungen eines ambulanten Pflegedienstes oder eines Häuslichen Betreuungsdienstes nutzen, kostenlos testen lassen.

Nach aktuellem Stand können die Einrichtungen die Antigen-Tests ab sofort beantragen, beschaffen und nutzen. Informationen zur Beantragung und zur Umsetzung:

Kurzanleitung Wie beantrage ich einen Antigen-Test?

Umsicht und Vorsicht auch zu Hause

Private Besuche gut vorbereiten

Private Besuche sollen im November möglichst eingeschränkt werden, bleiben aber erlaubt, sofern nicht mehr als 10 Personen aus zwei Haushalten zusammenkommen. Um das Infektionsrisiko gering zu halten, sollte jeder, der private Besuche plant, darauf achten, im Vorfeld sein persönliches Ansteckungsrisiko so gering wie möglich zu halten und Kontakte zu vermeiden. Grundsätzlich gilt: Bei Besuchen aus der Familie oder dem Freundeskreis lässt sich das Risiko in der Regel leichter abschätzen als bei Fremden, deren Lebensumstände und Kontakte man nicht kennt.

Hygieneregeln beachten

Auch wenn es im Privaten ungewohnt ist, sollten ausnahmslos alle Besucherinnen und Besucher die Hygienevorschriften einhalten. Hierzu gehören insbesondere gründliches Händewaschen und -desinfizieren und das Einhalten von Abstand. Ob bei privaten Besuchen ein Mund-Nase-Schutz getragen werden soll, muss jeder für sich entscheiden.

Das eigene Risiko reduzieren

Pflegende Angehörige tragen eine besondere Verantwortung. Sie sollten deshalb ihr eigenes Ansteckungsrisiko reduzieren und möglichst auf Einkäufe, nicht notwendige Kontakte und verschiebbare Arzttermine verzichten. Sicher finden sich Angehörige, Freunde oder Nachbarn, die Besorgungen übernehmen können.

Vorsorge treffen

Trotz aller Vorsicht ist niemand vor einer Ansteckung sicher. Pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz sollten deshalb Regelungen für den Fall treffen, dass sie durch Erkrankung oder Quarantäne ausfallen oder eingeschränkt werden. Da es zurzeit kaum möglich ist, Kurzzeitpflegeplätze zu finden, sollte die Notfallregelung privat abgesprochen und organisiert werden. Außerdem empfiehlt es sich, ausreichend Vorräte für eine Quarantänezeit anzulegen.

Auf sich selber achten

Die Herausforderungen und Belastungen für Angehörige von Menschen mit Demenz bleiben hoch. Umso wichtiger ist es, auch an sich selbst zu denken. Deshalb sollten sie Hilfsangebote aus dem Familien- oder Freundeskreis trotz des damit verbundenen Risikos annehmen, sich Ruhezeiten nehmen und neue Kraft tanken.

Masken bleiben ein Problem für Menschen mit Demenz

Viele Menschen mit Demenz können sich nach wie vor nur schwer an das Tragen einer Maske gewöhnen bzw. erkennen ihr Gegenüber mit Maske nicht. Wie man mit Vorbehalten und Ängsten umgehen kann, haben wir im Frühjahr in einem gesonderten [Corona-Newsletter](#) zusammengestellt.

MDK-Prüfung

Der Medizinische Dienst der Krankenkassen (MDK) verzichtet während der aktuellen Kontaktbeschränkungen auf Regelprüfungen in ambulanten und stationären Einrichtungen und auf Hausbesuche zur Feststellung des Pflegegrades. Wie man sich auf eine telefonische Prüfung vorbereiten kann, haben wir bereits im Juni in einem gesonderten [Corona-Newsletter](#) zusammengestellt.

Was, wenn die Pflege zu Hause neu organisiert werden muss?

Viele pflegende Angehörige sind auf Unterstützungs- und Entlastungsangebote

angewiesen, um Berufstätigkeit und Pflege zu koordinieren. Sie befürchten nun, dass sie die Pflege weiterhin oder wieder neu organisieren müssen, weil nicht alle Angebote zur Verfügung stehen. Für diesen Fall bleiben wichtige Regelungen vorläufig bis zum Jahresende bestehen:

- Anspruch auf 20 (statt 10) Freistellungstage für coronabedingte Versorgungsengpässe
- Flexiblere Möglichkeiten zur Inanspruchnahme der Familienpflegezeit
- Erweiterte Nutzung des Entlastungsbetrags
- Erhöhter Erstattungsbetrag für zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel

Detaillierte Informationen zu den Leistungen und Voraussetzungen finden Sie in einer aktuellen [Übersicht der Verbraucherzentrale](#). Eine gute Übersicht gibt auch die [Zusammenstellung der AWO-Pflegeberatung](#).

Corona: Hilfen und Links

In der Informationsflut ist es wichtig, den Überblick zu behalten und sich auf verlässliche Quellen zu konzentrieren. Wir bemühen uns, die für unseren Bereich wichtigen Informationen zu sichten, zu prüfen und bereitzustellen. Eine [Übersicht](#) finden Sie auf unserer Website www.alzheimer-bw.de.

Wenn ein Gespräch helfen könnte

Die erfahrenen Fachkräfte am Beratungstelefon der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg suchen im Gespräch mit den Anrufenden Lösungen für individuelle Konfliktsituationen: Montag - Freitag 0711 24 84 96-63 (auf Wunsch auch anonym). Oder per Mail an beratung@alzheimer-bw.de.

[Nach oben](#)

Dienst der Krankenkassen (MDK) – Vorbereitung ist jetzt besonders wichtig

Ich bin mir unsicher, welche Fragen mir während des Telefonats zur Begutachtung meines Mannes gestellt werden und wie ich mich vorbereiten kann.

Welche Hilfsmittel könnte ich zur Vorbereitung auf das Telefonat nutzen?

Inzwischen liegt uns das Gutachten vor, wir haben aber den Eindruck, dass einige unserer Argumente nicht ausreichend berücksichtigt wurden. Was können wir tun?

Aufgrund der Corona Pandemie hat der Medizinische Dienst der Krankenkassen (kurz: MDK) die persönlichen Begutachtungen im Rahmen der Beantragung eines Pflegegrades bis zum 30.09.2020 ausgesetzt. Die Begutachtung erfolgt derzeit mit Hilfe eines Fragebogens und eines ausführlichen Telefongesprächs, ohne dass der Gutachter den Pflegebedürftigen und das Wohnumfeld persönlich in Augenschein nimmt. Eine gute Vorbereitung auf das Telefonat ist daher umso wichtiger. Wir haben in den letzten Wochen viele Anrufe von Angehörigen erhalten, die wissen wollten, wie sie sich auf ein Telefonat mit dem MDK vorbereiten können, oder uns ihre Erfahrungen mit den telefonischen Begutachtungen geschildert haben.

So bereiten Sie sich auf das Telefonat vor

▪ Sorgen Sie für Ruhe und Ungestörtheit

Für das Telefonat brauchen Sie Ruhe und Konzentration. Sorgen Sie deshalb dafür, dass sich jemand für die Zeit des Gesprächs um den erkrankten Angehörigen kümmert, während Sie dem Gutachter allein und in einem anderen Raum die Situation und den Hilfebedarf schildern. Das Gespräch mit dem Gutachter dauert ca. 45 - 60 Minuten.

▪ Halten Sie den vorab ausgefüllten

Fragebogen bereit

Sie bekommen vorab einen Fragebogen zugeschickt. Füllen Sie ihn sorgfältig aus und halten Sie ihn beim Telefonat bereit. Wenn Sie den ausgefüllten Bogen vor dem Telefonat an den MDK zurückschicken müssen, machen Sie sich für das Gespräch mit dem Gutachter eine Kopie.

▪ Legen Sie alle benötigten Unterlagen zurecht

Nach den folgenden Unterlagen werden Sie während des Telefonats gefragt:

- > aktuelle Krankenhaus- und Arztberichte
- > Medikamentenplan
- > Aufstellung vorhandener/genutzter Hilfsmittel
- > Schwerbehindertenausweis (falls vorhanden)
- > Pflegedokumentation des Pflegedienstes (falls vorhanden)

▪ Machen Sie sich zur Vorbereitung eigene Notizen

Es lohnt sich, etwas Zeit in die eigenen Notizen zur aktuellen Pflegesituation in Ihrem Haushalt zu investieren. Diese Notizen sind hilfreich zur Vorbereitung auf das Gespräch, helfen aber auch dem Gutachter, die Situation richtig einzuschätzen. Da der Gutachter den Betroffenen nicht sieht, ist es umso wichtiger, dass Sie mit Ihren Schilderungen ein realistisches Bild der häuslichen Situation zeichnen.

Eigene Notizen helfen Ihnen zudem, im Gespräch nichts zu vergessen. Während des Gesprächs können Sie abhaken, was Sie bereits geschildert haben. So behalten Sie den Überblick.

▪ Nutzen Sie einen Selbsteinschätzungsbogen

Ein Selbsteinschätzungsbogen ist für die Vorbereitung auf das Telefonat äußerst hilfreich. Mit Hilfe des Bogens gehen Sie alle Lebensbereiche (6 Module der Begutachtung) durch. Wo Sie einen Unterstützungsbedarf

feststellen, notieren Sie jeweils ein Alltagsbeispiel/eine Alltagssituation, die den Unterstützungsbedarf veranschaulichen. Gehen Sie dabei immer von dem aus, was der Betroffene noch selbstständig bewältigen kann, wenn er alleine ist – auch Aufforderungen, Erinnerungen und Motivation sowie die Anleitung zu Verrichtungen im Alltag werden als Unterstützung gewertet!

Einen [Selbsteinschätzungsbogen mit integriertem Pflegegradrechner](#) gibt es z.B. vom VdK.

▪ **Sprechen Sie Hilfsmittel und Reha-Maßnahmen an**

Wenn Sie weitere Hilfsmittel oder eine Reha-Maßnahme beantragen möchten, können Sie dies im Gespräch mit dem Gutachter benennen. Wenn der Gutachter den Bedarf im Gutachten aufnimmt, gilt dies gleichzeitig als Antrag bei der Kasse.

Was tun, wenn Sie mit dem Bescheid nicht einverstanden sind?

Wenn Sie das Gutachten des MDK und den Bescheid über den Pflegegrad von Ihrer Kasse erhalten, schauen Sie sich beides in Ruhe gründlich an. Wurden alle geschilderten Unterstützungsbedarfe aufgenommen? Sollten Sie nicht einverstanden sein, können Sie **innerhalb von einem Monat** Widerspruch einlegen. Dies können Sie formlos tun, indem Sie schreiben, dass Sie dem Bescheid vom (*Datum*) widersprechen. Den Widerspruch müssen Sie begründen. Führen Sie die Hilfe-/Unterstützungsbedarfe auf, die aus Ihrer Sicht nicht ausreichend oder gar nicht im Gutachten berücksichtigt wurden. Um den Bedarf zu veranschaulichen, können Sie hier die Alltagssituationen und Beispiele aus Ihren Notizen für die Vorbereitung des Begutachtungstermins erneut verwenden.

Weitere Informationen

[Ratgeber zur Pflegeversicherung](#) der Deutschen

Alzheimer Gesellschaft

Informationen zur Pflegebegutachtung während der Corona-Epidemie des MDK

Informationen zur Pflegebegutachtung während der Corona-Epidemie der Verbraucherzentrale

Ratgeber zum Pflegegutachten der Verbraucherzentrale

Wenn ein Gespräch helfen könnte

Die erfahrenen Fachkräfte am Beratungstelefon der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg suchen im Gespräch mit den Anrufenden Lösungen für individuelle Konfliktsituationen: Montag - Freitag 0711 / 24 84 96-63 (auf Wunsch auch anonym).

Hilfreiches aus der Beratung | 17.06.2020 | Thema: Umgang mit Abstand – Tipps für Besuche im Pflegeheim

Besuche in Pflegeheimen sind grundsätzlich wieder möglich, jedem Bewohner ist pro Tag ein Besuch durch maximal zwei Personen gestattet. Die Einrichtung kann Ausnahmen zulassen, insbesondere für nahestehende Personen im Rahmen der Sterbebegleitung, und legt in einem Besuchskonzept fest, wie sie Besuche und Zutritte unter Berücksichtigung der örtlichen Gegebenheiten ermöglicht. Uns erreichen viele Anrufe von Angehörigen, die ihre Erfahrungen schildern:

Mein Mann erkennt mich durch die Maske und die spiegelnde Plexiglasscheibe auf die Entfernung nicht.

Meine Mutter ist schwerhörig, sie versteht mich nicht, wenn ich so weit entfernt sitze und spreche.

Mein Vater wurde unruhig, er wollte immer zu mir kommen und rief immer lauter. Wir mussten den Besuch nach ein paar Minuten abbrechen.

Ich war so erleichtert, meine Mutter nach vielen Wochen wieder zu sehen, wenn auch nur durch die Glastür. Sie sah gut aus und auch zufrieden. Ich glaube, ich habe mir zu viele Sorgen gemacht.

Mein Ehemann ist fortgeschritten an Demenz erkrankt. Er reagiert nur noch auf Zuwendungen wie Streicheln oder in den Arm nehmen. Ein Besuch mit Abstand macht keinen Sinn. Er blickt ins Leere.

Ich war beruhigt zu sehen, dass es meiner Schwester gut geht.

Die aktuelle Situation nach Lockerung des strikten Besuchsverbots

Die Besuchsmöglichkeiten sind weiterhin sehr eingeschränkt, sowohl zeitlich, als auch in der Gestaltung der Begegnung. Der Abstand muss gewahrt bleiben. Das heißt in den meisten geschilderten Fällen:

- Besuche nur in Besucherräumen oder im Innenhof im Freien
- Trennung durch Plexiglasscheibe
- häufig keine Privatsphäre, Aufsicht durch das Personal
- zwei Tische als Abstandshalter, man sitzt jeweils an einem Ende, d.h. weit auseinander
- keine Berührung möglich bzw. erlaubt

Deshalb haben Menschen mit Demenz große Probleme mit den Abstandregeln

Menschen mit Demenz bleiben nicht unbedingt am Tisch oder hinter der Plexiglasscheibe sitzen. Sie stehen auf und gehen herum oder sie werden unruhig. Häufig erkennen sie ihre Angehörigen auf die Entfernung oder durch die Maske nicht. In der langen Trennungszeit sind zudem manche dementiellen Erkrankungen vorangeschritten und das Wiedererkennen ist nur noch eingeschränkt möglich.

Vorschläge für Kompromisslösungen

- Bei ausreichendem Abstand kann der Angehörige kurz die Maske abnehmen ohne zu sprechen, damit er erkannt wird, danach setzt er sie wieder auf. ersuch eines spielerischen Umgangs: Begrüßung mit der Geste einer Umarmung und den Worten "Hallo Mama, wir umarmen uns heute von Weitem. Komm mach mit!" Umarmungsgeste nochmal wiederholen, verbunden mit einem Lächeln.
- Bei noch mobilen Menschen mit Demenz können die Besuche in den Garten des Pflegeheims verlagert werden. Beim gemeinsamen Spaziergang kann der Abstand eingehalten werden und eine Unterhaltung ist trotzdem gut möglich.
- Die Pflegekraft könnte mit dem Bewohner gehen und der/die Angehörige mit Abstand folgen.
- Wenn der erkrankte Angehörige offensichtlich nicht vom Besuch profitiert, sondern dadurch zusätzlichem Stress ausgesetzt ist, weil er die Situation nicht verstehen und damit nicht umgehen kann, sollte man als Angehöriger versuchen, die eigenen Wünsche etwas zurücknehmen. Hier ist es vielleicht besser, das Treffen abubrechen und mit einem weiteren Besuch noch etwas zu warten.
- Bei fortgeschritten Erkrankten kann man das Gespräch mit der Einrichtung suchen und fragen, ob es vielleicht doch möglich ist, kurze Zeit die Hand zu halten, wenn zuvor die Hände desinfiziert werden. Über einen Tisch hinweg gelingt dies evtl. auch mit Abstand.

An die Angehörigen

- Verlieren Sie grundsätzlich nicht das Vertrauen in die Einrichtungen, die vielerorts ihr Möglichstes tun, in den letzten Monaten auch viel auf die Beine gestellt haben und denen das Gleiche am Herzen liegt wie Ihnen, nämlich das Wohlergehen ihrer Bewohnerinnen und Bewohner.
- Bedenken Sie, dass die Einrichtungen die Besuche unter Berücksichtigung der aktuellen Vorgaben mit hohem Aufwand organisieren müssen, ohne dafür zusätzliches Personal zu haben.
- Die momentanen Einschränkungen sind für Sie und Ihren Angehörigen schmerzlich. Dennoch

sollten Sie versuchen, auch die Verantwortung zu sehen, die Sie nicht nur für Ihren eigenen Angehörigen tragen, sondern für alle Bewohner in der Einrichtung, die ebenfalls durch das Virus gefährdet werden könnten.

Wenn ein Gespräch helfen könnte

Die erfahrenen Fachkräfte am **Beratungstelefon der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg** suchen im Gespräch mit den Anrufenden Lösungen für individuelle Konfliktsituationen: Montag-Freitag 0711 / 24 84 96-63 (auf Wunsch auch anonym).

Hilfreiches aus der Beratung | 12.05.2020 | Thema: Wenn Einsicht fehlt und Zorn wächst

Eine Ehefrau möchte ihren an Demenz erkrankten Mann aus Angst vor Ansteckung am Einkaufen und Spaziergehen hindern. Darauf reagiert er mit Unruhe und wachsender Feindseligkeit. Seine Frau weiß sich der inzwischen oft auch handfesten Angriffe nicht mehr zu erwehren.

Eine an Demenz erkrankte Frau weigert sich, nach dem Spaziergang die Hände zu waschen, da sie ja nichts angefasst habe. Hinweise auf Aufzugknöpfe und Türklinken kann sie nicht nachvollziehen. Der Ehemann fürchtet nun um die Gesundheit beider.

Ein im Pflegeheim lebender Vater wird nach Wochen ohne Besuch immer unruhiger, sucht seine Frau und nach Auswegen aus dem Heim. Er läuft in andere Zimmer und ruft panisch um Hilfe. Die Pflegekräfte und die Angehörigen wissen sich keinen Rat mehr. So kann es nicht weitergehen.

Nachdem die Beschränkungen nun schon seit Wochen bestehen, melden sich vermehrt Angehörige, die mit den zunehmend heftigeren Reaktionen von Menschen mit Demenz auf die Regelungen, Einschränkungen und Veränderungen nicht mehr zurechtkommen. Zuhause sind sie oft alleiniges Ziel für Ärger, Anschuldigungen und

Angriffe.

Wie können Angehörige auf zunehmenden Zorn oder sogar körperliche Übergriffe reagieren bzw. sie möglichst im Vorfeld verhindern?

Wut und Aggression verstehen

Menschen mit Demenz sind mehr als andere auf Ruhe und Gleichmaß in ihrem Alltag angewiesen. Die Vertrautheit mit den tagtäglichen Abläufen gibt ihnen Sicherheit. Die aktuellen tiefgreifenden Veränderungen belasten sie deshalb umso mehr, je länger sie andauern:

- feste Termine (Betreuungsgruppe) und regelmäßige Besuche fehlen
- Rituale und Gewohnheiten müssen entfallen
- der Bewegungsspielraum ist erheblich eingeschränkt
- dabei ist die Gefahr durch ein unsichtbares Virus ist nicht nachvollziehbar
- Anordnungen wie Abstandsregel, Hygienevorschriften, Besuchsverbot sind unverständlich
- es herrscht allgemeine Unruhe und Unsicherheit

Menschen mit Demenz spüren die Anspannungen um sie herum, verstehen aber die Gründe für die Veränderungen nicht. In der Folge wachsen innere Spannung, Unbehagen und Unsicherheit. Diese äußern sich unter Umständen in aufbrausendem Verhalten, in Ärger und Anschuldigungen oder sogar in Tätlichkeiten.

Anspannungen und Konflikten vorbeugen

Es ist einfacher, Konflikte zu vermeiden, als sie beizulegen. Dazu kann die Gestaltung des Alltags ebenso beitragen wie das eigene Verhalten. Gerade jetzt ist es wichtig, dass die Angehörigen

- möglichst klare und ruhige Abläufe und Rituale schaffen
- für ausreichend Bewegung und Beschäftigung sorgen, dabei die vorhandenen Fähigkeiten berücksichtigen, um Frustration und Ärger zu vermeiden

- das Selbstwertgefühl stärken ("Ich bin froh, dass ich jetzt nicht alleine bin!")
- Situationen, die regelmäßig für Ärger sorgen, möglichst vermeiden oder versuchen, von ihnen abzulenken
- Gefühle spiegeln und Verständnis zeigen ("Ich kann verstehen, dass dich das ärgert. Im Moment müssen sich aber alle gründlich die Hände waschen.")
- die eigenen Sorgen mit anderen besprechen und zuhause nicht thematisieren
- erkennen, wann die eigene Belastungsgrenze erreicht ist und man deshalb selbst nicht mehr ruhig agiert und reagiert

Konflikte entschärfen

Konfliktträchtige Situationen lassen sich manchmal dennoch nicht vermeiden, eine Eskalation kann aber unter Umständen noch verhindert werden:

- die Bedürfnisse und Gefühle ernst nehmen, die sich in den Beschimpfungen oder Tätlichkeiten äußern
- vermeiden zu schimpfen oder zu widersprechen
- durch Mimik, Gestik, Stimme und Körperhaltung Zuwendung ausdrücken
- das Gefühl vermitteln, dass man gemeinsam eine Lösung finden wird
- von dem konfliktträchtigen Thema ablenken
- sich ggf. kurz zurückziehen und nach der Rückkehr das Thema erneut ansprechen
- Gefährliches und Gefährdendes außer Reichweite bringen
- möglichst jemanden hinzuholen, wenn sich eine Eskalation nicht vermeiden lässt

Wenn ein Gespräch helfen könnte

Die erfahrenen Fachkräfte am **Beratungstelefon der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg** suchen im Gespräch mit den Anrufenden Lösungen für individuelle Konfliktsituationen: Montag-Freitag 0711 / 24 84 96-63 (auf Wunsch auch anonym).

(aktualisiert 01.02.2021) | Thema: Umgang mit Alltagsmasken bei Demenz

"Mein Mann weigert sich, einen Mundschutz zu tragen. Kann ich ihn jetzt nicht mehr zum Einkaufen mitnehmen?"

"Wie soll ich denn bloß anderen erklären, dass meine Mutter einfach nicht versteht, dass sie den Mundschutz tragen muss?"

"Aus dem Pflegeheim höre ich, dass mein Vater niemanden erkennt, der einen Mundschutz trägt. Das macht ihm einfach Angst."

In den Gesprächen mit Angehörigen, die sich an das Beratungstelefon der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg wenden, erfahren wir täglich, wie belastend die aktuelle Situation für Angehörige von Menschen mit Demenz ist.

Die nun schon seit Ende April 2020 geltende Verpflichtung zum Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes führt immer wieder zu Problemen. Menschen mit Demenz verstehen die Regelung nicht, wollen die Masken nicht tragen oder sind durch den Anblick möglicherweise beunruhigt.

Nun wurde die Maskenpflicht in einzelnen Bereichen verschärft: In öffentlichen Verkehrsmitteln, beim Einkaufen, in Arztpraxen und an weiteren Orten müssen medizinische Masken (OP, KN95 oder FFP2) getragen werden. Für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ist dies nach wie vor eine Herausforderung und nicht immer leicht zu bewältigen, auch wenn sich viele inzwischen an das Tragen einer Maske gewöhnt haben.

Die Ausgangslage

Die anhaltend schwierige Situation mit vielen Regeln, Einschränkungen und auch dem Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes ist für Menschen mit

Demenz sehr verunsichernd. Sie können die Notwendigkeit nicht verstehen, behalten die Informationen nicht im Gedächtnis und sind stetig aufs Neue damit konfrontiert.

Für sie ist die Umwelt befremdlich, Routinen sind unterbrochen, das aktuelle Geschehen können sie nicht einordnen. Es entstehen Ängste, Unruhe und Sorgen. Daher ist es umso wichtiger, Menschen mit Demenz Normalität, Sicherheit und Ruhe zu vermitteln, auch im Umgang mit dem Tragen einer Maske.

Einsatz eines Mund-Nasen-Schutzes - Tipps und Anregungen

Es ist nicht grundsätzlich davon auszugehen, dass sich Menschen mit Demenz an eine Maske, an die spezielle Handhabung und den richtigen Umgang damit ‚gewöhnen‘. Die folgenden Hinweise können dennoch hilfreich sein, um die Akzeptanz eines Mund-Nasen-Schutzes – vielleicht über kleinere Zeitspannen – zu erhöhen.

Sicherheit und Ruhe durch gute Vorbereitung

- Im Rahmen der aktuellen Regelungen – in vielen Bereichen sind weiterhin einfache Masken erlaubt – kann der Mund-Nasen-Schutz nach den Vorlieben der Menschen mit Demenz (Art, Design, möglichst mit einfacher Handhabung mit Gummi, nicht zum Binden) gestaltet werden. Bei Stoffmasken können die Betroffenen zum Beispiel die Farbe oder das Muster auswählen.
- Auch medizinische Masken wie OP-Masken und FFP2-Masken sind farbigerhältlich.
- Die Masken sollten gut angepasst werden, damit das Tragen keine unangenehmen Gefühle verursacht (bei Gummizug auf Hörgeräte achten).
- Für Brillenträger ist das Tragen einer Maske durch das Beschlagen der Gläser besonders schwierig.
- Zu enge Masken können zu Hitze- oder Engegefühl, erschwertem Ein- und Ausatmen führen. Folgen sind Übelkeit, Unruhe und auch herausforderndes Verhalten.

Normalität und Gelassenheit vermitteln

- Mit der eigenen Maske umgehen, als sei es ‚das Normalste der Welt‘: Vorbild sein, vormachen und mitmachen lassen.
- Selbstverständlichkeit übermitteln: „Alle tragen das jetzt.“ Immer wenn man aus dem Haus geht: Schuhe, Jacke, Maske an, sozusagen als ‚Eintrittskarte‘ für den Bus, den Supermarkt – Mit Humor geht bekanntlich vieles besser.
- Es ist wichtig, (sich selbst) keinen Druck zu machen, wenn ein Betroffener eine Maske anziehen soll – man kann das Tragen nicht erzwingen! Die Betroffenen spüren diesen Druck über ihre ‚feinen Antennen‘ und reagieren möglicherweise abwehrend.

Verweigert ein Mensch mit Demenz das Tragen in der Öffentlichkeit komplett

- sollte, soweit möglich, der Besuch von Geschäften und die Fahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln vermieden werden
- helfen Verständniskärtchen mit dem Hinweis, dass die/der Betreffende eine Demenz hat, im Bus oder Supermarkt etc. Die Kärtchen können bei der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg **bestellt** werden
- können Menschen mit Demenz, die ohne Maske einkaufen gehen oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren, rechtlich nicht zur Verantwortung gezogen werden.
- ist es möglich, dass der Arzt dem Patienten attestiert, dass ihm aus medizinischen Gründen das Tragen einer Maske nicht zumutbar ist (Ausnahmen von der Maskenpflicht siehe z.B. Corona-Verordnung des Landes Baden-Württemberg): **Muster-Attest** der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg.

Besondere Hinweise für Betreuung und Pflege

Die gesamte Tagesgestaltung und das aktuelle Befinden von Menschen mit Demenz spielen eine große Rolle. Eine ausgeglichene Stimmung erhöht den Erfolg, dass Pflege-/ Betreuungskräfte mit Gesichtsmaske toleriert werden oder gar das

Tragen einer eigenen Maske erlaubt wird. Dafür ist es nötig, dass Menschen mit Demenz durch ihren Alltag gut und sicher begleitet, beschäftigt und geduldig während behandelt werden.

Sind Menschen mit Demenz von vornherein schon unruhig und unausgeglichen, wird es kaum gelingen, ihnen eine Maske anzuziehen, bzw. eine Betreuungskraft mit Maske wird sie noch mehr beunruhigen und verunsichern. Im schlechtesten Fall möchte der/die Betroffene dieser Situation entfliehen und äußert den Wunsch zu gehen.

Menschen mit Demenz können außerdem ihr Gegenüber in der Kommunikation häufig emotional nicht mehr richtig wahrnehmen und einschätzen. Dies wird durch einen den Gesichtsausdruck ‚versteckenden‘ Mundschutz (der Betreuungsperson, der Pflegekräfte) zusätzlich verstärkt, es entstehen Unsicherheit und Ängste.

So unterstützen Sie die Akzeptanz

- Es kann helfen, den Mund-Nasen-Schutz unter Beachtung der Abstandsregel erst nach der Begrüßung anzuziehen – der Betroffene erkennt zunächst ein bekanntes Gesicht und kann daraufhin mit der Maske des Besuchers besser umgehen.
- Eine angenehme Raumtemperatur (nicht zu warm) fördert das Wohlbefinden der Betroffenen und erleichtert das längere Tragen einer Maske.
- Menschen mit Demenz brauchen Hilfe mit der Maske, insbesondere beim Essen und Trinken (richtiges Abnehmen, Aufbewahren, wieder Anziehen).
- Wenn Menschen mit Demenz ängstlich reagieren: schräg gegenüber setzen, so dass der Blick nicht frontal auf die Maske fällt und sie so vielleicht weniger (ver-)stört.
- Langsamer werden, Gesichtsausdruck halten und wirken lassen – hinter einer Maske ist ein Lächeln für Menschen mit Demenz nicht ganz so schnell zu erkennen.

Wenn Betroffene das Anlegen von Masken abwehren, sollte man sofort einlenken bzw. aufhören. Eine Diskussion oder vehemente

Überzeugungsversuche verschlimmern die Situation eher, als dass sie helfen. Wenn es nicht gelingt, sollte man dies zunächst akzeptieren und später evtl. noch einmal versuchen.

Hilfreiches aus der Beratung | 16.04.2020 | Thema: Anregungen für Angehörigengruppen

"Mir fehlt der Austausch gerade jetzt sehr und ich fühle mich zunehmend allein."

"Ich bekomme immer wieder einen Anruf oder finde einen Gruß im Briefkasten. Es tut mir gut, dass jemand an uns denkt."

"Es hat doch tatsächlich mit der Videokonferenz geklappt! Zuerst war es etwas ungewohnt, aber dann hat es richtig Spaß gemacht, dass wir uns sehen konnten."

Wie kann es trotz der Einschränkungen gelingen, miteinander im Kontakt zu bleiben?

Neben vielen anderen Einschränkungen ist auch der Austausch in Angehörigengesprächskreisen nicht mehr möglich. Zurzeit sind die meisten in der Betreuung und Pflege ihres an Demenz erkrankten Angehörigen mehr oder minder auf sich selbst gestellt. Versorgungs- und Betreuungsangebote haben geschlossen, Besuche im Pflegeheim sind nicht mehr gestattet.

Gerade in dieser schwierigen Zeit brauchen Angehörige aber eine Möglichkeit, sich Sorgen und Nöte von der Seele zu reden und gemeinsam mit anderen nach Lösungen für die großen und kleinen Alltagsprobleme zu suchen. Gespräche und Austausch sind wichtig, um neue Ideen und Impulse zu bekommen, sich Kraft und Mut zum Durchhalten zuzusprechen und vor allem, um zu spüren, dass man nicht allein ist. In normalen Zeiten ermutigen und stützen sich Angehörige in der Selbsthilfegruppe gegenseitig. Die Unterstützung, die sie sich dort geben, sollte nun nicht auch noch komplett wegbrechen.

Wie aber kann es gelingen, miteinander im Kontakt zu bleiben, wenn regelmäßige Treffen vorerst nicht mehr möglich sind? Dazu einige Vorschläge:

- **Telefonisch Kontakt halten:** Die Gruppenleitung telefoniert regelmäßig mit den Angehörigen, erkundigt sich nach deren Befinden und nimmt Anteil an Sorgen und Ängsten. Wo dies nötig ist, können Lösungen vorgeschlagen oder Anregungen gegeben werden.
- **Vernetzung fördern:** Die Gruppenleitung bietet Unterstützung bei der Vernetzung der Angehörigen untereinander an. Nach Rücksprache und Einwilligung (Datenschutz beachten!) könnten zum Beispiel die Telefonnummern von Angehörigen in ähnlicher Situation weitergegeben werden. So könnten etwa Angehörige zusammengebracht werden, die vom Besuchsverbot im Pflegeheim betroffen sind. Sie könnten sich gegenseitig Mut machen und sich darüber austauschen, wie sie mit der Situation umgehen und was ihnen hilft.
- **Virtuelle Gesprächsrunden einrichten:** Die Gruppenleitung lädt zu einer virtuellen Gesprächsrunde ein. Angehörige, die über die technischen Voraussetzungen verfügen und Interesse haben, können sich per Telefon- oder Videokonferenz in der Gruppe treffen. Zu Möglichkeiten, wie Gesprächskreise virtuell stattfinden können, hat die Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart auf ihrer Webseite umfangreiche Informationen zusammengestellt:
www.kiss-stuttgart.de/austausch-alternativen.
Hier finden Sie neben technischen Angaben auch Anregungen für die inhaltliche Gestaltung virtueller Gesprächsrunden, etwa Impulse für positive Blitzlichter zu Gesprächsbeginn ("Heute habe ich mich gefreut über ...") oder für weitere Gesprächsinhalte ("Welche meiner Fähigkeiten sind zurzeit besonders wertvoll?").
- **Positive Gedanken teilen:** Die Gruppenleitung schickt den Angehörigen per Post, per Mail, SMS oder WhatsApp Grüße und kleine Texte, die Mut

zusprechen. Wir machen die Erfahrung, dass Angehörige dies sehr schätzen und dankbar dafür sind. Sie melden zurück, dass es guttut und auch beruhigt, zu wissen, dass man an sie denkt und sie sich jederzeit melden können. Als Anregung einige Beispiele für ermutigende Texte:

- *Oft muss man stark sein,
wenn man etwas verändern möchte.
Aber noch stärker muss man sein,
wenn man akzeptieren muss, wie es ist
oder warten, dass es vorübergeht.*
- *Positiv zu denken bedeutet nicht,
dass man immer glücklich und zufrieden sein
muss.
Es bedeutet, dass man auch an schweren
Tagen weiß,
dass es wieder bessere Tage geben wird.*
- *Das Grün der Wiesen erfreue deine Augen,
das Blau des Himmels überstrahle deinen
Kummer,
die Sanftheit der kommenden Nacht
mache alle dunklen Gedanken unsichtbar.
(Irischer Segenswunsch)*

Eine Frage zum Schluss:

Wie geht es Ihrer Angehörigengruppe zurzeit?
Gehen Sie neue Wege der Kommunikation? Dann
erzählen Sie uns davon. Wir geben Ihre Ideen
gerne über unsere Website weiter.

Hilfreiches aus der Beratung | 06.04.2020 | Themen:
Kontakt zu Ehrenamtlichen und Gästen der
Betreuungsgruppe | Frühling und Ostern gestalten:
zu Hause und bei Besuchsverbot im Pflegeheim

*"Ich habe jetzt mehr Zeit, weil wir keine Termine
mehr haben und nichts schnell gehen muss. Das
scheint auch meinem Mann gut zu tun."*

*"Die Angehörigen und auch einige Gäste der
Betreuungsgruppe freuen sich, wenn wir
miteinander telefonieren. Sie spüren dann, dass
sie nicht ganz allein sind."*

"Ich habe meiner Mutter einen Brief geschrieben und ihr erzählt, dass die Tulpen blühen und dass wir unsere Spaziergänge bald nachholen werden."

Was kann Angehörigen helfen, im Kontakt zu bleiben, für Abwechslung zu sorgen und Spannungen abzubauen?

Und wie können Fachkräfte und Ehrenamtliche aus Betreuungsgruppen und Tagespflegen den Kontakt zueinander und zu ihren Gästen halten und sie trotz der Beschränkungen unterstützen?

Anregungen für Ehrenamtliche und Fachkräfte

Ehrenamtliche und Fachkräfte sind durch ihre Mitarbeit in der Betreuung verbunden. So bleiben sie auch jetzt untereinander in Kontakt:

- durch regelmäßige Telefonate den Zusammenhalt stärken
- Möglichkeiten zum Video-Chat nutzen
- über einen Gruppen-Chat, den viele Messenger-Diensten wie z.B. Whatsapp, Signal oder Telegram anbieten, gleichzeitig mit allen Mitgliedern der Gruppe im Kontakt sein (Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Smartphone).

Menschen mit Demenz können ihre vertraute Betreuungsgruppe oder Tagespflege zurzeit nicht besuchen. So halten die Mitarbeitenden jetzt den Kontakt zu ihnen und den Angehörigen:

- mit den Angehörigen telefonieren, zuhören, Verständnis zeigen, anregen (evtl. feste Kontaktzeiten vereinbaren)
- soweit ein Telefonat noch möglich ist, auch die Gäste selbst anrufen, um ein wenig zu plaudern
- kleine schriftliche Grüße schicken oder in den Briefkasten werfen
- Beschäftigungsanregungen geben und/oder Beschäftigungsmaterial schicken oder als Überraschung in den Briefkasten werfen. Einige

Ideen:

- Wachsplatten für eine Osterkerze
 - buntes Papier samt Anleitung für eine Bastellei
 - Färbetabletten für Ostereier
 - Samentütchen etc.
-
- ggf. aktive Unterstützung anbieten (Botengänge, Einkäufe, evtl. sogar Mahlzeiten)
 - falls beidseitig gewünscht und möglich, einen persönlichen Besuch machen oder Spaziergänge anbieten (nur für Ehrenamtliche, die nicht zur Risikogruppe gehören)

Anregungen für Angehörige

Zuhause Ruhe und Sicherheit vermitteln

- die vertraute Tagesstruktur soweit wie möglich beibehalten
- die Zeit mit weniger Aufgaben und Verpflichtungen als Chance sehen, den Alltag ruhiger anzugehen
- die aktuelle Situation in einfachen Worten erklären, dabei Zuversicht vermitteln und signalisieren: es gibt zwar ein Problem, aber es geht vorüber und wir meistern es gemeinsam.
- positive Botschaften geben ("Wir machen es uns heute drinnen gemütlich") statt Verbote und Beschränkungen auszusprechen ("Du darfst jetzt nicht spazieren gehen")
- die eigenen Sorgen und Befürchtungen ("Was soll bloß werden, wenn ...") nicht thematisieren und Beunruhigung vermeiden
- nur einmal am Tag Nachrichten anschauen, ggf. alleine, da die Häufung schlechter Nachrichten (nicht nur) Menschen mit Demenz beunruhigt
- aus Alltäglichem etwas Besonderes machen: Lieblingsessen kochen, außer der Reihe einen Kuchen backen, den Tisch besonders decken
- gemeinsam ein Bewegungsprogramm absolvieren, z.B. nach Anleitung von **Älter werden in Balance**
- an gemeinsamen Spaziergängen festhalten, sie sind weiterhin erlaubt (eher morgens, wenn weniger Menschen unterwegs sind).

Frühling und Ostern zum Thema machen

- über Osterbräuche und den Frühling sprechen

und Erinnerungen an frühere Osterfeste wecken:

- Eiersuche mit Kindern und Enkelkindern
 - Osterlämmchen
 - Ostergottesdienst, Osternacht, Osterkerze
 - Osterfrühstück (gefärbte Eier, Tischdeko, besonderes Gebäck
 - Osterspaziergang (besondere Kleidung, Blumen, Wetter)
-
- gemeinsam Ostern vorbereiten (Osternest, Osterkranz, Backen, Dekorieren, Geschenke verpacken, Eier färben)
 - zusammen Frühlingslieder singen oder anhören
 - Zeit zum Vorlesen nehmen: Frühlingsgedichte, Märchen, Die Häschenschule
 - einen Online-Gottesdienste verfolgen, vielleicht sogar aus der Kirche am Ort

Ostern im Pflegeheim

- fragen, was zur Weitergabe abgegeben werden darf (Blumen, Süßigkeiten, Pflegeprodukte, Geschenke)
- Postkarten oder Briefe schreiben (zum Vorlesen) und erklären, dass in diesem Jahr alle vertrauten Bräuche ausfallen müssen (Familien-Brunch, Gottesdienst, Osterspaziergang) und sich niemand treffen darf.
- Weitere Möglichkeiten zur Kommunikation: siehe [Corona Sonder-Newsletter vom 25.03.2020](#).

Für sich selber sorgen und Vorsorge treffen

- rechtzeitig erkennen, wenn die eigene Kraft und/oder Geduld an Grenzen kommt und nach Entlastungsmöglichkeiten suchen.
- für den Ernstfall (Erkrankung/Quarantäne des Pflegenden) vorsorgen:
 - Notfall- bzw. Vertretungsplan erstellen
 - Ansprechpartner und Hausarzt notieren (Name, Telefonnummer)
 - wichtige medizinische und pflegerische Informationen zusammenstellen
 - einen Vorrat der benötigten Medikamente anlegen
 - ggf. Essen vorkochen und einfrieren
 - [Informationsbogen](#) ausfüllen

Hilfreiches aus der Beratung | 25.03.2020 | Themen: Besuchsverbote in stationären Einrichtungen | Situation in der häuslichen Betreuung

"Mein Mann versteht doch nicht, warum ich nicht mehr zu ihm ins Pflegeheim komme, es geht ihm schlecht, er weint am Telefon."

"Meine Mutter kann nicht mehr telefonieren, wir können überhaupt keinen Kontakt mehr halten, ich weiß nicht mal wie es ihr geht, das lässt mich verzweifeln."

"Seit mein Mann nicht mehr in die Tagespflege gehen kann, will er ständig aus dem Haus. Er würde aber nicht mehr zurückfinden. Wenn ich ihn nicht gehen lasse, reagiert er zunehmend aggressiv. Ich bin einfach ratlos."

Angehörige von Menschen mit Demenz im Pflegeheim leiden vor allem unter dem Besuchsverbot, denn sie wissen jetzt oft nicht, wie es ihrem Angehörigen geht und wie er auf die fehlende Zuwendung und Unterstützung reagiert. Sie machen sich große Sorgen, dass Fähigkeiten rapide abgebaut werden, wenn ihre regelmäßige Anregung und Zuwendung fehlt. Viele fragen sich auch, ob sie nach einer längeren Besuchspause überhaupt noch erkannt werden. All dies ist für Angehörige extrem belastend, zumal zurzeit noch völlig unklar ist, wie lange die Einschränkungen nötig sind.

Die persönlichen Besuche können durch nichts ersetzt werden. Vielleicht ist es aber doch möglich, einen gewissen Ausgleich zu schaffen und dabei sowohl die Bedürfnisse der Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen als auch die Abläufe im Pflegeheim zu berücksichtigen:

- Mit dem Pflegeheim könnte zum Beispiel abgesprochen werden, wann es am besten in den Ablauf passt, sich telefonisch nach dem Angehörigen zu erkundigen. Das Pflegeheim könnte in dieser Zeit eine Erreichbarkeit sicherstellen.
- Beruhigend ist eine Zusicherung des

- Pflegeheims, dass sofort mitgeteilt wird, wenn es dem Angehörigen schlecht(er) geht.
- Eine gute Idee für eine möglichst direkte Kommunikation ist die Fenster-Telefonie: Heimbewohner telefonieren in einem Raum am Fenster, wo sie nach draußen zu ihren Angehörigen vor dem Fenster schauen können. So können sich beide gefahrlos sehen, miteinander sprechen und gestikulieren und einander nah sein.
 - Heimbewohner, die nicht mehr mobil genug sind, können vielleicht dennoch vom Zimmer oder Bett aus telefonieren, wenn sie das Pflegepersonal dabei unterstützt.
 - Technisch sind auch bildunterstützte Telefonate, zum Beispiel über Skype, möglich, sie erfordern aber mehr Begleitung durch das Pflegepersonal und ein Tablet oder Smartphone im Pflegeheim und zuhause.

Sicher haben die Pflegeheime Verständnis für die Sorgen der Angehörigen. Diese sollten bei allen Anfragen aber immer bedenken, dass auch das Pflegepersonal erheblich belastet ist, nicht zuletzt durch den Wegfall jeglicher Unterstützung durch die Angehörigen. Wenn also nicht jedem Wunsch sofort entsprochen werden kann, so liegt das zumeist nicht an der fehlenden Bereitschaft zu helfen, sondern an der hohen Arbeitsbelastung.

In der häuslichen Betreuung fehlt Menschen mit Demenz das Verständnis für die aktuelle Krise und die nötigen Einschränkungen. Sie verstehen nicht, warum Einkäufe, Spaziergänge oder Besuche nicht in gewohnter Weise möglich sind und reagieren mit Unverständnis und werden teils sehr ungehalten und wütend. Es fehlen zudem alle Entlastungsangebote wie Tagespflegen oder Betreuungsgruppen, gleichzeitig entfallen Besuche, etwa der Enkel, von denen ja auch offiziell abgeraten wird. Dies alles ist für die Angehörigen außerordentlich belastend, die sich alleingelassen und überfordert fühlen. Menschen mit Demenz wiederum reagieren äußerst sensibel auf die sie umgebende Grundstimmung. Die Unruhe und Unsicherheit, die sie spüren, überträgt sich auf ihr eigenes Verhalten.

In dieser angespannten häuslichen Situation ist ein möglichst ruhiger, geregelter Tagesablauf mit festen Routinen ebenso wichtig wie Beschäftigungsangebote, die Leerlauf vermeiden und Ablenkung bieten:

- Eine klare Tagesstruktur mit festen Zeiten für Mahlzeiten, Ruhephasen und Beschäftigungszeiten hilft Menschen mit Demenz, sich zu orientieren.
- Trotz der eigenen Anspannung sollten Angehörige versuchen, ihre Sorgen und Befürchtungen gegenüber dem erkrankten Familienmitglied nicht offen zu zeigen, um zu vermeiden, dass sich ihre Unruhe überträgt.
- Abwechslung schafft die aktive Einbeziehung in den Haushalt. Bei welchen alltäglichen Aktivitäten können die Betroffenen mitmachen? Lob und Unterstützung sind dabei wichtiger als ein perfektes Ergebnis.
- Wichtig ist ein privates Netz an Unterstützenden, die stundenweise Verantwortung übernehmen und für Beschäftigung und Entlastung sorgen.
- Vielleicht gibt es einen Gärtner in der Nachbarschaft, der Unterstützung braucht? Im Frühling gibt es im Garten immer etwas zu tun.
- Oder der Nachbar braucht eine Begleitung, wenn er mit dem Hund Gassi geht? Spaziergänge zu zweit bleiben erlaubt und sind das beste Ventil für wachsende innere Unruhe.
- Angehörige sollten unbedingt dafür sorgen, zumindest kleine Pausen für sich selbst zu schaffen, in denen sie die Verantwortung abgeben können. Pflegedienste und Häusliche Betreuungsdienste sind größtenteils noch nicht eingestellt und können Entlastung schaffen.
- Soziale Kontakte sind gerade jetzt wichtig und sollten gepflegt werden. Ein Telefonat oder eine ausführliche Mail können helfen, die eigenen Gedanken zu ordnen, Sorgen und Probleme zu benennen und Lösungen zu finden.

Das Thema Corona beherrscht die Medien. In der Informationsflut ist es wichtig, den Überblick zu behalten und sich auf verlässliche Quellen zu konzentrieren. Wir bemühen uns, die für unseren Bereich wichtigen Informationen zu sichten, zu

prüfen und bereitzustellen.

Wie lange die Beschränkungen nötig bleiben, lässt sich vorläufig nicht sagen. Deshalb sind alle aufgefordert, sich so gut es geht zu arrangieren. Vielerorts entstehen zur Zeit Angebote für Austausch und Unterstützung. Einige davon finden Sie auf unserer Startseite.

Menschen mit Demenz im Pflegeheim und Corona

[Informationen zu
Besuchseinschränkungen in
Pflegeheimen](#)