

»Ich will nach Hause!«

## Vom Hin- und Weglaufen

*Anna F. hat Hunger. Angetrieben von diesem Grundbedürfnis, das sie weder formulieren noch zuordnen kann, läuft sie durch ihre Wohnung, öffnet Schränke, räumt Schubladen aus. Als sie ein Foto findet, hält sie inne. »Mein Herbert. Ich weiß noch genau, wie wir uns zum ersten Mal begegnet sind...« So sitzt sie eine Weile in Gedanken versunken, bis sie eine Frage nicht mehr loslässt: »Wo ist er nur?« Anna F. hat vergessen, dass ihr Ehemann vor sechs Jahren gestorben ist.*

*»Herbert? Herbert? Wo bist du?« Anna F. läuft in jedes Zimmer. »Ich muss ihn suchen. Vielleicht ist ihm etwas passiert!« Sie verspürt Sorge und Angst und verlässt schließlich fast panisch die Wohnung – ohne Schlüssel, ohne Jacke, ohne Geldbeutel...*

Die Aufregung ist groß, wenn Menschen mit Demenz allein und orientierungslos unterwegs sind. Wo wollen sie hin? Was könnte ihnen zustoßen? Wie finden sie wieder nachhause? Nicht nur die Angehörigen geraten in Aufruhr, oft auch die ganze Umgebung. Nicht selten muss sich auch die Polizei – mit hohem Aufwand – an der Suche beteiligen.

Aber ab wann muss man sich Sorgen machen, was muss man unternehmen, wie hätte das »Weglaufen« vielleicht verhindert werden können?

### Ursachen und Gründe

Menschen mit fortgeschrittener Demenz sind oft sehr unruhig, innerlich angespannt und getrieben und entwickeln einen ausgeprägten Bewegungsdrang. Die Ursachen dafür sind sehr verschieden,

so kann zum Beispiel eine Unruhe schlicht aus Hunger oder Durst erwachsen, sich steigern und zum »Weglaufen« führen.

Aber auch ohne erkennbaren Grund können Ängste, Unruhe und Getriebenheit auftreten. Der an Demenz erkrankte Mensch verlässt die Wohnung meist aus einem bestimmten Motiv oder mit einem Ziel. Deshalb spricht man oft auch nicht mehr vom **Weglaufen**, sondern vom **Hinlaufen**. Häufige Hintergründe sind das Bedürfnis nach Gesellschaft, die Sehnsucht nach einem vertrauten Ort der Vergangenheit, der Sicherheit und Geborgenheit bedeutet (»Ich will nach Hause«), die Suche nach oder die Sorge um geliebte Menschen aus früheren Zeiten (Partner\*in, Kinder, Eltern) oder das Gefühl einer Verpflichtung (»Ich muss zur Arbeit!«, »Die Kinder sind doch allein zu Hause!«).

### Unruhe erkennen und mindern

*Beobachtung* heißt das Schlüsselwort bei der Suche nach den Gründen für eine wachsende Unruhe: In welchen Situationen tritt die Unruhe besonders auf? Wie unterscheiden sich diese Situationen voneinander? Was ist anders, wenn kein Bewegungsdrang zu beobachten ist? Kennt man die Ursache(n), kann man versuchen, diese Auslöser für Bewegungsdrang und Unruhe zu vermeiden.

Lässt sich die Ursache trotz genauer Beobachtung nicht herausfinden, tritt die Unruhe aber vor allem zu bestimmten Tageszeiten auf, dann sollten diese bewusst gestaltet werden: Aktivität und Be-



schäftigung lenken ab und bieten Menschen mit Demenz Struktur, Orientierung und Sicherheit. Und das wiederum reduziert die innere Unruhe.

#### Prävention:

**Wie lässt sich verhindern, dass der/die Angehörige unbemerkt das Haus verlässt und »verlorengeht«?**

Eine einfache Hilfe sind hier optische und akustische Mittel sowie technische Geräte, die anzeigen, dass die Wohnungstür geöffnet wird.

- **Die Ausgangstür »unsichtbar« machen**  
Außentüren sollten möglichst farbneutral (kein Kontrast zur Wandfarbe) und wenig beleuchtet sein. Die Wohnungstür kann auch hinter einem Vorhang verborgen bzw. wie ein Fenster halb abgehängt sein.

Türen in der Wohnung sollten hingegen möglichst hell beleuchtet sein, durch Farbkontraste ins Auge fallen und zur Benutzung animieren.

- **Akustische Warnungen**

Eine leicht umsetzbare Idee sind Windspiele oder eine Glocke, die melden, wenn die Tür geöffnet wird. Aufwändiger und vielseitiger sind technische Hilfen, die auch eine Warnung an ein entferntes

Empfangsgerät senden können, zum Beispiel eine Alarmtrittmatte, ein Türüberwachungssystem, ggf. mit Bewegungssensoren.

#### Ortungsgeräte:

##### Eine gute Hilfe mit Einschränkungen

Menschen mit Demenz, die noch mobil sind, wollen und sollen so lange wie möglich selbstständig unterwegs sein. Was aber tun, wenn sie nach einem Spaziergang oder Einkauf den Weg nach Hause nicht mehr finden oder in eine hilflose Lage geraten? Nicht immer steht eine Begleitung zur Verfügung, oder sie wird von den Betroffenen abgelehnt.

Ortungsgeräte sind unter bestimmten Voraussetzungen hilfreich, damit Menschen mit Demenz ihre Wohnung selbstständig verlassen können und trotzdem nicht »verloren« gehen. Sie können für eine Weile die Selbstbestimmung erhalten. Angehörige sollten dieser technischen Unterstützung offen begegnen und prüfen, ob Ortungsgeräte in ihrer persönlichen Situation eine Hilfe sein könnten.

- **Ortungsgeräte sind geeignet**
- für Menschen mit beginnender Demenz, die nicht mehr orientierungssicher sind.
- für Menschen mit fortgeschrittener Demenz, die bei völliger Orientierungslosigkeit ggf. leichter aufzufinden sind.
- für Angehörige, die ein Smartphone/einen PC besitzen und gewohnt sind, damit umzugehen.

- wenn die technische Wartung (zum Beispiel das Laden des Akkus) gewährleistet ist.
- wenn die Rufbereitschaft einer Betreuungsperson gewährleistet ist.
- wenn der Betroffene das Tragen/Mitnehmen eines Gerätes akzeptiert.
- wenn es möglich ist, die Anschaffungskosten und ggf. die Folgekosten zu tragen.

- **So funktionieren Ortungsgeräte**

Die meisten handelsüblichen Ortungssysteme funktionieren mit einem GPS-Empfänger (Tracker), der Satellitenfunksignale empfängt. Anhand dieser Signale kann die Position bis auf einen Meter genau bestimmt werden. Die Positionsdaten werden über das Mobilfunknetz an ein anderes Empfangsgerät, zum Beispiel ein Smartphone, übermittelt.

Bei der *Geofence-Funktion* («geografischer Zaun») wird ein Sicherheitsbereich festgelegt – zum Beispiel ein Umkreis von 500 Meter um die Wohnung – in dem sich der Betroffene sicher bewegen kann. Über die automatische Ortung wird die Bewegung überwacht, und es geht eine Benachrichtigung an den Empfänger, zum Beispiel per SMS, sobald der Sicherheitsbereich verlassen wird.

- **Verschiedene Modelle von Ortungsgeräten**

Empfangsgeräte für die Satellitensignale können ganz unterschiedlich aussehen. Sie können zum Beispiel ganz unauffällig als Uhr oder Schmuckstück getragen werden. Wichtig ist, dass das Gerät

akzeptiert wird und nicht leicht abgenommen oder verloren werden kann, bzw. dass es sich unauffällig in der Kleidung oder im Schuh platzieren lässt.

### **Gratwanderung zwischen Selbstbestimmung und Sicherheit**

Die »Überwachung« von Menschen mit Demenz mit Hilfe von Ortungsgeräten berührt deren Persönlichkeitsrechte und ihre in *Art. 1 Grundgesetz* geschützte Menschenwürde.

Andererseits machen es Ortungsgeräte möglich, dass sich Betroffene wie in gesunden Tagen selbstständig und frei bewegen können, ohne befürchten zu müssen, in »peinliche« Situationen zu geraten und auf die Hilfe fremder Menschen oder gar der Polizei angewiesen zu sein.

Menschen mit beginnender Demenz sind sich meist bewusst, dass sie nicht mehr orientierungssicher sind und können das Für und Wider von Ortungsgeräten abschätzen. In einem offenen Gespräch mit ihren Angehörigen können sie selbst entscheiden, ob sie mit dem Einsatz dieser Technik einverstanden sind. Für den Fall der Verschlimmerung der Demenz kann das Einverständnis auch im Voraus in einer *Vorsorgenden Verfügung* erklärt werden.





Eine andere Möglichkeit wäre es, in einer *Vorsorgevollmacht* einem bevollmächtigten Angehörigen ausdrücklich zu erlauben, Ortungsgeräte einzusetzen, falls dies zur Vermeidung einer Gefahr für Leben und Gesundheit notwendig erscheint. Voraussetzung für die Verbindlichkeit ist in beiden Fällen, dass die erforderliche Einsichtsfähigkeit in die Tragweite der Erklärungen gegeben ist.

Liegt keine Vorausverfügung vor und ist die Krankheit fortgeschritten, bleibt den pflegenden Angehörigen die Möglichkeit, sich das Einverständnis der Betroffenen immer wieder neu geben zu lassen, was auch nonverbal geschehen kann.

Ist auch eine solche Verständigung nicht mehr möglich, muss eine gesetzliche Betreuung (meist ein Angehöriger) bestellt werden, die im Rahmen der Aufenthaltsbestimmung zum Einsatz der Ortungsgeräte berechtigt wäre. Mehr unter

[www.alzheimer-bw.de](http://www.alzheimer-bw.de)

- *Infoservice* → *Infomaterial bestellen*
- *Infomaterialien für Angehörige*
- *»Ich will nachhause« – vom Hin- und Weglaufen«*



## Kurz und kompakt

# Hin- und Weglaufen

### Mögliche Ursachen für innere Unruhe, Angst und Getriebenheit

- Hunger und Durst | Schmerzen
- Orientierungslosigkeit (»Wo bin ich hier?«)
- Harndrang, Blähungen/Verstopfung
- Langeweile | Gefühl des Alleinseins
- Sinnestäuschungen (zum Beispiel durch Verknennung von Schatten)
- zu wenig Bewegung

### Das kann helfen,

#### Unruhe und Bewegungsdrang zu mindern

- die Grundbedürfnisse erfüllen – dazu gehört auch Zuwendung!
- Essen und Trinken bereitstellen
- Schmerzen ausschließen
- körperliche Aktivitäten anbieten, zum Beispiel Spaziergänge, Tanzen, Gymnastik, Schwimmen
- den Tagesablauf regeln
- in Haushaltstätigkeiten einbeziehen
- Beschäftigung in Gemeinschaft ermöglichen
- regelmäßige Toilettengänge sicherstellen

### Das kann helfen, nicht »verlorenzugehen«

- Wohnumfeld (Nachbarschaft, Läden) über Demenz informieren, Kontaktdaten hinterlegen
- Ketten- oder Armbandanhänger
- Anschaffung eines Ortungsgerätes prüfen