



VERWIRRT IN PLOCHINGEN



**Informationen und Tipps für
Angehörige, Freunde und Nachbarn**

www.demenz.plochingen.de

	Seite
Einleitung	03
Information ist wichtig! Wissenswertes zum Krankheitsbild	04
Demenz oder „Wie kommen die Schuhe in den Kühlschrank?“	04
Erste Anzeichen	05
Warnsignale	06
Wichtige Daten vergessen	07
Auffallende Verhaltensweisen	08
In Erinnerung leben	09
Was können wir tun? / Anstöße für ein Umdenken	10
An wen können Sie sich wenden? Die wichtigsten Ansprechpartner in Plochingen	12
Information und Beratung	12
Ärztliche Beratung	13
Unterstützungs- und Betreuungsangebote	14
Pflegerische Versorgung	15
Stationäre Versorgung	15
Rechtliche Fragen	16
Kontaktdatenverzeichnis alphabetisch	17
10 Tipps für Angehörige, Freunde und Nachbarn	18

Herausgeber
Plochinger Verbund

Konzeption und Gestaltung
mediapowder – MEDIENKONZEPTE
www.mediapowder.com

Auflage: 7.500 Stück
Stand: 08/2013

Kontakt
Informations- und Koordinationsstelle Plochingen
Schulstraße 7, 73207 Plochingen
Telefon 07153 7005-214
Telefax 07153 7005-199
E-Mail k.kraemer@plochingen.de

www.plochingen.de

Liebe Leserinnen und Leser,

das Thema Demenz ist eines der zentralen Themen unserer Zeit. Fast jede(r) von uns kennt aus dem eigenen Familien-, Freundes- oder Bekanntenkreis Menschen, die betroffen sind. Im Umgang mit ihnen sind wir alle gefordert.

Menschen mit Demenz begegnen uns nicht nur in der Familie und in Pflegeheimen. Gerade bei einer beginnenden Demenzerkrankung begegnen wir ihnen auch im Alltag und im Beruf. Die Demenzerkrankung und ihre Auswirkungen auf die Umgebung, auf pflegende Angehörige, Freunde, Nachbarn, auf die Kontakte in der Gesellschaft sind gravierend.

Das, aus unserer Sicht, oft wunderliche Verhalten der Erkrankten löst häufig Unverständnis, Kopfschütteln, Mitleid oder Ärger, aber auch Ängste bei uns aus. Viele fühlen sich in dieser Situation hilflos und überfordert. Aus Unsicherheit und Unwissenheit begegnen wir daher bestimmten Verhaltensweisen und Situationen mit Ignoranz und Unverständnis. Diese kleine Broschüre will dazu anregen, die Welt aus Sicht der demenziell erkrankten Menschen zu sehen. Durch Informationen über die Krankheit wird manches im Verhalten der Erkrankten nachvollziehbar und verständlich. Außerdem möchte die Broschüre aber auch Hilfestellungen und einen ersten Überblick über Anlaufstellen und Angebote in Plochingen geben.

Wir bedanken uns bei der Demenzkampagne Ostfildern, die uns die Texte dieser Broschüre zur Verfügung gestellt hat.



Wolfgang Raisch
Plochinger Verbund

Eine Fallbeschreibung

Frau Huber ist 72 Jahre alt und lebt allein in ihrer Wohnung. Tochter Eva und Sohn Karl schauen oft bei ihr vorbei und sie freut sich über den guten Kontakt zu ihren Kindern. Da sie noch sehr rüstig ist, kam sie bisher mit etwas Hilfe ganz gut allein zurecht. In letzter Zeit fällt Tochter Eva jedoch auf, dass die Mutter viel zu viele Lebensmittel im Kühlschrank aufbewahrt und Verdorbenes nicht mehr entfernt. Überhaupt vergisst Frau Huber oft Dinge, sie bringt die Namen der Enkelkinder durcheinander, kauft manchmal sogar doppelt ein. Als sie letztens ihre Schwester in Esslingen besuchte, fand sie den Weg vom...

...Bahnhof nicht mehr nach Hause und musste ein Taxi nehmen. Erst kürzlich hat der Nachbar erzählt, die Mutter lasse die ganze Nacht über das Licht brennen und geistere in der Wohnung herum. „Ein bisschen wunderlich wird Mutter schon“, denken sich die Kinder. Als Eva bei einem Besuch jedoch ein paar Schuhe im Kühlschrank findet, ist sie beunruhigt. So kann das nicht weitergehen! Eva und Karl reagieren inzwischen häufig recht ungeduldig darauf, dass ihre Mutter immer wieder mit den gleichen Geschichten von früher anfängt: „Das hast du doch...“

Gedächtnisabbau

Es gibt viele Krankheiten, die zu einer Demenz führen können. Die bekannteste und häufigste Form ist die Alzheimer-Demenz. Das auffälligste Symptom, das die meisten Menschen mit einer Alzheimer-Demenz verbindet, ist der im Lauf der Jahre zunehmende Abbau des Gedächtnisses. Dabei ist zunächst das Kurzzeitgedächtnis betroffen, immer mehr wird jedoch auch das Langzeitgedächtnis in Mitleidenschaft gezogen, bis hin zum fast totalen Erlöschen jeder Erinnerung. Ein Mensch, der an einer Alzheimer-Demenz leidet, kann sich ab einer bestimmten Phase seiner Erkrankung auch mit viel Anstrengung nicht daran erinnern, dass er z. B.

- heute schon Besuch gehabt hat,
- vor kurzem bereits zu Mittag gegessen hat,
- erst vor 4 Wochen ein Enkelkind bekommen hat,
- vormittags schon beim Einkaufen war,
- die Wohnung, in der er sich befindet, sein Zuhause ist,
- jetzt im Pflegeheim wohnt oder – in einer späteren Krankheitsphase – je verheiratet war.

Wie kommen die Schuhe in den Kühlschrank?

Weniger bekannt und doch auch sehr belastend sind eine ganze Reihe von weiteren Symptomen, die für das Verständnis der Erkrankung wesentlich sind:

So ist meistens schon im frühen Krankheitsstadium die Fähigkeit zum komplexen und logischen Denken gestört. Es können keine sinnvollen Zuordnungen mehr gebildet werden, etwa: Schuhe gehören in den Schuhschrank. Die Kategorie Schrank wird nicht weiter unterteilt: Schrank ist Schrank – und so können die Schuhe eben auch im Kühlschrank landen oder die Geldbörse, oder der Schmuck.

Die selbständige Alltagsbewältigung wird schwerer

Erkrankten fällt es zunehmend schwerer, vorausschauend zu planen und richtige Reihenfolgen einzuhalten:

- Kommt die Bluse über oder unter die Jacke?
- Welche Lebensmittel müssen zuerst verbraucht werden?
- Kommen erst die Nudeln in den Topf oder das Wasser?

Sprachstörungen erschweren die Kommunikation und isolieren

Die meisten Menschen, die an Demenz erkrankt sind, haben im Laufe der Zeit mit Störungen der Sprache zu kämpfen. Es kann sein, dass ihnen die richtigen Worte nicht einfallen, es kann aber auch sein, dass sie den Sinn von Worten nicht mehr erfassen können. Sie sprechen umständlich und weitschweifig, weil sie immer mehr fehlende Worte umschreiben müssen. Dies und auch die nachlassenden Fähigkeiten, sich zu konzentrieren und Wesentliches von Unwesentlichem zu unterscheiden, führen dazu, dass Menschen mit Demenz Gesprächen nicht mehr folgen können, irgendwann abschalten, sich zurückziehen und ganz die Lust an gewohnten Tätigkeiten verlieren. Sie fühlen sich „draußen“, ausgeschlossen, isoliert.

Sprache ist ein wesentlicher Faktor für die Teilnahme an der Gemeinschaft. Es ist wichtig, im Gespräch auf demenzkranke Menschen Rücksicht zu nehmen, d. h. sie nicht zu überfordern und sich auf ihr Tempo einzustellen.

Die Welt der Demenzkranken ist oft beängstigend und chaotisch

Abstraktes Denken fällt immer schwerer, insbesondere der Umgang mit Zahlen und daraus resultierend der Umgang mit Geld, Kontoauszügen, Bank- oder Behördenangelegenheiten. Die Orientierung wird zunehmend schlechter, der Mensch mit Demenz findet sich immer weniger in seiner Umgebung zurecht.

...schon hundert Mal erzählt, ich kann's jetzt nicht mehr hören", ist die häufige Reaktion. Auch an den Termin beim Hausarzt hat Frau Huber nicht gedacht. Das wäre früher nie vorgekommen. „Mutter lässt jetzt ganz schön nach“, denken sich die Kinder, „das bringt eben das Alter so mit sich“. Frau Huber geht nun immer weniger aus dem Haus, bei Zusammenkünften mit der Familie wirkt sie seltsam abwesend und uninteressiert. Man hat den Eindruck, als wüsste sie oft gar nicht, wovon gerade die Rede ist. An viele Begebenheiten kann sie sich offensichtlich nicht mehr erinnern.

Schließlich nimmt sie auch nicht mehr an ihren früher so heiß geliebten Treffen in ihrer Seniorengruppe teil: „Das ist nichts mehr für mich“, meint sie, als Eva sie darauf anspricht. Die Kinder sind auch besorgt, weil Frau Huber immer seltener richtig kocht: „Ich brauche nicht mehr so viel“, sagt sie immer. Geduldig versuchen sie, mit den Eigenheiten ihrer Mutter umzugehen. Aber dass sie den Geburtstag ihrer einzigen Tochter vergessen hat, nimmt ihr Eva wirklich übel – noch dazu, wo sie sich fast täglich um ihre Mutter kümmert. In den Augen der Kinder wird Frau Huber immer „komischer“. Man kann gar nicht...

Frühe Diagnose ist wichtig

Es gibt viele Krankheiten, die zu einer Demenz führen können. Einige wenige davon sind heilbar. Deshalb ist eine genaue Diagnosestellung durch den Arzt zu einem möglichst frühen Zeitpunkt sinnvoll.

Leider ist die am häufigsten vorkommende Demenz-Erkrankung, die Demenz vom Alzheimer-Typ, nicht heilbar. Trotzdem sind Früherkennung und ein möglichst früher Behandlungsbeginn auch hier wichtig, denn durch medikamentöse Behandlung und der Krankheit angepasste Verhaltensweisen und Betreuung kann der Krankheitsverlauf deutlich verzögert und abgemildert werden

Hinweise auf eine Demenzerkrankung

Der Arzt kann schon durch sehr einfache Tests Hinweise auf das mögliche Vorliegen einer Demenz erhalten.

Bei Vorliegen folgender Symptome ist der Gang zum Arzt auf alle Fälle sinnvoll, um eine Demenz oder andere Erkrankungen (z. B. Depression) rechtzeitig diagnostizieren zu können. Hinweise auf eine Demenz sind:

- **Gedächtnisstörungen**
Termine, Namen, kürzlich Erlebtes werden vergessen, gleiche Begebenheiten werden immer wieder erzählt, Gegenstände werden häufig verlegt.
- **Sprachschwierigkeiten**
Es wird immer öfter nach bestimmten Worten gesucht, die Sprache wird umständlich, weitschweifig, der Sinnzusammenhang von Gesprächen wird nicht erfasst, der rote Faden geht verloren.
- **Rückzug aus sozialen und geselligen Bezügen**
Der Betroffene meidet immer öfter Gesellschaft, geht nicht mehr in seinen Verein...
- **Gewohnte, früher gekonnte Tätigkeiten gelingen nicht mehr**
z. B. Kochen, Einkaufen, Organisieren des Haushalts...
- **Interessen lassen nach, Hobbys werden aufgegeben**

- **Probleme, sich auf eine Sache zu konzentrieren**

Tätigkeiten werden begonnen, aber nicht zu Ende gebracht, die Aufmerksamkeit lässt nach.

- **Probleme beim Abwägen und Beurteilen von Situationen**

Welche Kleidung passt zum heutigen Wetter? Einschätzen von Situationen im Straßenverkehr u. a.

- **Die Stimmung ändert sich auffallend oder schwankt stark**

- **Die Orientierung wird schlechter**

örtlich: man findet sich in fremder oder vertrauter Umgebung nicht zurecht; zeitlich: man weiß das Jahr, den Monat nicht mehr

- **Die Persönlichkeit ändert sich auffallend.**

Auffallende Verhaltensweisen

Das Leben eines Menschen, der an Demenz erkrankt ist, ist enorm kompliziert, chaotisch und oft beängstigend. Er bemerkt meist selbst, vor allem aber auch an den Reaktionen seiner Umwelt, dass etwas mit ihm nicht mehr stimmt. Der an Demenz erkrankte Mensch versucht auf seine Weise, Erklärungen zu finden, bzw. das erlebte Chaos in den Griff zu bekommen. Da er infolge seiner Gedächtnisstörung einen anderen Informationsstand hat als seine Umwelt, kommt er auch zu anderen Deutungen und Schlüssen, die aus seiner Sicht betrachtet völlig in Ordnung sind. Er lebt mehr und mehr in seiner eigenen Welt.

Aggressives Verhalten

Im Einzelfall reagiert ein Demenzkranker auch ungehalten auf seine Umgebung. Es ist sinnvoll, zunächst nach Auslösern für dieses Verhalten zu suchen. Hat der Kranke Schmerzen? Fühlt er sich bedroht, weil er eine Person nicht erkennt und sich durch ihr Verhalten brüskiert fühlt, z. B. weil diese ihn duzt, Vorschriften macht, einfach in sein Zimmer kommt oder ihn gar waschen will? Aus den Gefühlen von Überforderung, Beschämung oder Ohnmacht heraus kommt es dann immer wieder zu impulsiven Reaktionen seitens der Betroffenen.

...mehr vernünftig mit ihr reden. Besonders viel Ärger gibt es, wenn Eva ihre Mutter darauf hinweist, dass sie sich wieder einmal duschen oder die verschmutzte Kleidung wechseln sollte. Dabei hat sie doch immer so viel Wert auf ein gepflegtes Äußeres gelegt. Die Auseinandersetzungen häufen sich. Frau Huber ist ständig in Sorge um ihr Geld. Es fällt schon auf, dass sie fast täglich zur Bank geht, um sich zu vergewissern, dass mit den Finanzen alles seine Ordnung hat. Oft hebt sie Geldbeträge ab und versteckt sie dann bei sich zu Hause, wo sie es nicht mehr findet. Neulich hat sie sich bei Eva beklagt, dass Sohn Karl...

...ihr Geld gestohlen habe. Als Eva mit Karl darüber spricht, ist er über die ungerechtfertigten Vorwürfe sehr erbost. Seitdem ist er mit seiner Mutter im Streit. Der Familienfrieden ist dahin. Eines Abends wird Frau Huber von der Polizei nach Hause gebracht, nachdem sie im Viertel nur mit Nachthemd und Pantoffeln bekleidet herumgeirrt war. Den Kindern ist das sehr peinlich, sie sind besorgt und wissen sich nichtmehr zu helfen. Um eine umfassende Beratung zu erhalten, meldet sich der Sohn bei der „Beratungsstelle für ältere Menschen“ an.

Depressive Verstimmungen

Viele Demenzkranke leiden, insbesondere im Frühstadium der Erkrankung, auch an tiefen depressiven Verstimmungen. Wenn auch unregelmäßig und mit schwankender Deutlichkeit, so nehmen die Erkrankten ihre Einbußen sehr wohl wahr. Rückzug, Trauer, Depression sind nicht selten die Folge davon.

Misstrauen, Beschuldigungen

Viele Missgeschicke im Alltag kann sich der Demenzkranke aufgrund fehlender Krankheitseinsicht nicht anders erklären, als dass Dritte, oft auch nächste Angehörige oder Vertraute, ihn bestehlen, belügen oder sich unberechtigt in seine Angelegenheiten mischen. Wer sonst sollte für das Verschwinden der Geldbörse verantwortlich sein, wenn nicht derjenige, der gerade im Raum ist? Warum möchte der Sohn oder die Tochter auf einmal Einblick in die Kontoauszüge?

Unruhe, Bewegungsdrang

Menschen mit Demenz haben oftmals ein großes Bedürfnis nach Bewegung. Sie halten es nicht aus, sich lange an einem Platz aufzuhalten, laufen oft beträchtliche Strecken und sind von innerer Unruhe erfüllt – als wollten sie endlich irgendwo ankommen.

Weglaufen

Immer wieder kommt es vor, dass die Betroffenen manchmal unbemerkt die Wohnung, das Zimmer, das Heim, verlassen und nicht mehr zurückfinden. Eine Erklärung hierfür wäre, dass die aktuelle Wohnung nicht als eigenes Zuhause erkannt wird. Oft suchen die Menschen dann das Zuhause ihrer Kindheit.

Tag-Nacht-Umkehr

Der Tag-Nacht-Rhythmus bei Menschen mit Demenz kann phasenweise durcheinander geraten. Im Einzelfall werden Kranke in der Nacht sehr aktiv, räumen in den Schränken herum und denken nicht daran, zu schlafen. Der Hinweis auf die späte Stunde hat meistens wenig Erfolg, da die Kranken mit der „äußeren“ Uhr nichts mehr anzufangen wissen und ganz ihrem eigenen Rhythmus folgen. Eine Aussprache mit dem behandelnden Arzt kann hier sehr hilfreich sein.

Peinliches Verhalten in der Öffentlichkeit

Manchmal benehmen sich Menschen mit Demenz in der Öffentlichkeit auffällig oder unangemessen, was sowohl für den Kranken selbst, als auch für den begleitenden Angehörigen sehr peinlich sein kann: z. B. wenn der Kranke auf wildfremde Leute zugeht, an der Haltestelle nicht aus der Straßenbahn aussteigen will oder im Supermarkt etwas einsteckt, weil er nicht mehr weiß, dass man das nicht tut. Auch wenn es schwer fällt – der offene Hinweis auf die Krankheit kann hier helfen.

Es ist wichtig, diese schwierigen Verhaltensweisen nicht persönlich zu nehmen, sondern sie als Folge der Erkrankung zu sehen. Oft kann ein Auslöser gefunden werden: der Kranke hat Angst, fühlt sich bedroht oder missverstanden und deutet Situationen falsch, bzw. aus seiner Realität heraus. Gerade für pflegende Angehörige sind diese schwierigen Verhaltensweisen belastender als die eigentlichen Krankheitssymptome. Inzwischen stehen aber auch gut verträgliche Medikamente zur Verfügung, wenn die Situation zu belastend wird.



Was können wir tun?

Anstöße für ein Umdenken im Umgang mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind

Das Thema Demenz geht nicht nur Betroffene, Angehörige, Pflegepersonal und Ärzte an. Wir können unseren Kontakt zu demenzkranken Menschen nicht an andere delegieren – Menschen mit Demenz bleiben unsere Freunde, Bekannte, Nachbarn, Mitmenschen und Mitbürger.

Unsere Gesellschaft verarmt sozial, wenn wir unsere Kommunikationsbereitschaft für demenzkranke Menschen nur an Fachleute übertragen.



- Menschen mit Demenz möchten ernst genommen werden, auch wenn uns ihr Verhalten manchmal eigenwillig und nicht angepasst erscheint.
- Sie brauchen Kontakt und Kommunikation und nicht Ausgrenzung, um weiter in Würde in der Gemeinschaft leben zu können.
- Sie sind angewiesen auf unsere Bereitschaft, uns in „ihre Welt“ hineinzusetzen – anders herum ist es für sie nicht mehr möglich.
- Menschen mit Demenz nehmen sehr viele Botschaften über Stimmung und Gefühl auf – sie sind Meister darin, das zu registrieren, was hinter den Worten liegt. Darin sind sie vielen gesunden Menschen voraus.
Es erfordert Phantasie und Bemühen, sich auf diese Art der Kommunikation einzulassen. Es ist aber sicher ein Gewinn für alle.
- Viele Menschen haben als so genannte Multiplikatoren eine wichtige Aufgabe in der Stadt. Ihr Umgang mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind, hat Vorbildfunktion und prägt das Verhalten anderer mit.
- Wenn Probleme und Gefährdungen auftreten: Es gibt in Plochingen Beratungsstellen, in denen alle Beteiligten gemeinsam eine Lösung suchen können.

Wo und an welche Stellen sich Betroffene, Angehörige, Freunde und Nachbarn wenden können, erfahren Sie auf den folgenden Seiten dieser Broschüre.



Wo erhalte ich bei Verdacht auf eine Demenz Information und Beratung?

Informations- und Koordinationsstelle Plochingen

Martin Gebauer und Karin Krämer
Schulstraße 7, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 7005214

Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen – SOFA

Stuttgarter Straße 2, 72622 Nürtingen
Telefon: 07022 785830

Wohin kann ich mich wenden, wenn ich mich mit der Betreuung und Pflege überfordert fühle?

Informations- und Koordinationsstelle Plochingen

Martin Gebauer und Karin Krämer
Schulstraße 7, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 7005214

Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen – SOFA

Stuttgarter Straße 2, 72622 Nürtingen
Telefon: 07022 785830

Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige

Hartwig von Kutzschenbach
jeden 2. Mittwoch im Monat von 15.00 bis 16.30 Uhr
Johanniterstift (Johanniterstraße 16, 73207 Plochingen)

Was tue ich, wenn der Demenzkranke plötzlich deutlich verwirrt ist als sonst und wahnhaft reagiert?

In diesem Fall sollten Sie Kontakt zu Ihrem **Hausarzt** aufnehmen. Dieser wird im Einzelfall entscheiden, ob ein Facharzt hinzugezogen werden sollte. Darüber hinaus besteht für sie die Möglichkeit, Kontakt mit SOFA aufzunehmen:

Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen – SOFA

Stuttgarter Straße 2, 72622 Nürtingen
Telefon: 07022 785830

Wer berät mich bei Fragen der finanziellen Unterstützung (z. B. Anspruch auf Leistungen der Pflegeversicherung)?

Informations- und Koordinationsstelle Plochingen

Martin Gebauer und Karin Krämer
Schulstraße 7, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 7005214

Ihre Kranken- bzw. Pflegekasse

Wer diagnostiziert eine Demenzerkrankung?

Jeder niedergelassene Arzt mit gerontopsychiatrischer Erfahrung

Fachärzte – Neurologen und Psychiater

PIA: Psychiatrische Institutsambulanz Plochingen

Am Aussichtsturm 5, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 604-66501

Geriatrisches Zentrum Esslingen-Kennenburg

Kennenburger Straße 63, 73732 Esslingen
Telefon: 0711 3905326

Wer kann Medikamente für die Beeinflussung einer Demenz verordnen?

Jeder niedergelassene Arzt mit gerontopsychiatrischer Erfahrung

Fachärzte – Neurologen und Psychiater

PIA: Psychiatrische Institutsambulanz Plochingen

Am Aussichtsturm 5, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 604-66501

Wohin kann ich mich wenden, wenn ich Entlastung brauche?

Informations- und Koordinationsstelle Plochingen

Martin Gebauer und Karin Krämer
Schulstraße 7, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 7005214

Organisierte Nachbarschaftshilfe St. Konrad

Helga Wörner
Hindenburgstraße 57, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 82512-17

Sozialstation Plochingen – Nachbarschaftshilfe

Anke Westerholt
Hermannstraße 19, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 899475

Evangelischer Förderverein für Krankenpflege, diakonische und soziale Dienste in Plochingen

Martin Allmendinger
Kirchberg 8, 73207 Plochingen
Telefon: 0172 7112729

Wo gibt es Betreuungsgruppen für Demenzkranke?

Adressen von Betreuungsgruppen in der Region Stuttgart und Esslingen erhalten Sie über die:
Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg
Telefon: 0711 248496-60

Wohin kann ich mich wenden, wenn ich tageweise Entlastung benötige?

Tagespflege im Johanniterstift

Täglich von 7:30 bis 20:00 Uhr; tageweise Inanspruchnahme möglich, Beratung und Information über:
Tobias Lechner
Johanniterstift (Johanniterstraße 16, 73207 Plochingen)
Telefon: 07153 6090

Informations- und Koordinationsstelle Plochingen

Martin Gebauer und Karin Krämer
Schulstraße 7, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 7005214

Wo finde ich Unterstützung bei der Begleitung Schwerstkranker / Sterbender?

Hospizgruppe Plochingen

Ingeborg Schick
Mozartstraße 27, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 6199631

An wen kann ich mich wenden, wenn ich Unterstützung bei der Pflege brauche?

Sozialstation Plochingen

Ivan Schierz
Hermannstraße 19, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 21953

Informations- und Koordinationsstelle Plochingen

Martin Gebauer und Karin Krämer
Schulstraße 7, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 7005214

Wer informiert, wo es Pflegeheime bzw. Kurzzeitpflegeeinrichtungen gibt, die sich mit ihrer Konzeption auf Demenzkranke eingestellt haben?

Das Landratsamt Esslingen

gibt regelmäßig ein Verzeichnis aller Pflegeeinrichtungen im Landkreis heraus. Dort finden Sie auch Hinweise, inwieweit die Einrichtung sich auch auf die Versorgung von Demenzerkrankten eingerichtet hat. Die Broschüre »gepflegt wohnen« kann beim Landratsamt angefordert werden: Altenhilfe-Fachberatung, Pulverwiesen 11, 73726 Esslingen
Telefon: 0711 3902-2503

Johanniterstift Plochingen

Tobias Lechner
Johanniterstraße 16, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 6090

Informations- und Koordinationsstelle Plochingen

Martin Gebauer und Karin Krämer
Schulstraße 7, 73207 Plochingen
Telefon: 07153 7005214

Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen – SOFA

Stuttgarter Straße 2, 72622 Nürtingen
Telefon: 07022 785830

Wer kann mich bei Fragen zu Vorsorgevollmachten beraten?

Beratung zu vorsorgenden Papieren

Patientenverfügung, Gesundheitsvollmacht, Betreuungsverfügung, etc.
StadtSeniorenRat Plochingen über die »luK-Stelle«
 Schulstraße 7, 73207 Plochingen
 Telefon: 07153 7005-214

Notariat Plochingen

Schulstraße 16, 73207 Plochingen
 Telefon: 07153 61233

Wohin wende ich mich bei Fragen zu einer gesetzlichen Betreuung?

Betreuungsverein Esslingen e.V.

Küferstraße 13, 73728 Esslingen
 Telefon: 0711 3165151

An wen wende ich mich, wenn ich erhebliche Zweifel an der Fahrtüchtigkeit meines demenzkranken Angehörigen habe?

Sollte der Betroffene nicht zu überzeugen sein, so empfiehlt es sich, sich an den Hausarzt oder Facharzt zu wenden. Oft ist ein Gespräch zwischen Arzt und Patient hierbei hilfreich. Ansonsten können Sie sich auch an die zuständige Führerscheinstelle wenden.

Die Auflistung der in dieser Broschüre genannten Ansprechpartner erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Weitere Informationen finden Sie im »Wegweiser für Senioren« und unter www.plochingen.de

Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg

Telefon: 0711 248496-60
www.alzheimer-bw.de

Betreuungsverein Esslingen e.V.

Küferstraße 13, 73728 Esslingen
 Telefon: 0711 3165151

Evang. Förderverein für Krankenpflege, diakonische und soziale Dienste in Plochingen

– *Martin Allmendinger*

Kirchberg 8, 73207 Plochingen
 Telefon: 0172 7112729

Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige

– *Hartwig von Kutzschenbach*

Stuttgarter Straße 2, 72622 Nürtingen
 Telefon: 07022 785830

Geriatrisches Zentrum Esslingen-Kennenburg

Kennenburger Straße 63, 73732 Esslingen
 Telefon: 0711 3905326

Hospizgruppe Plochingen

– *Ingeborg Schick*

Mozartstraße 27, 73207 Plochingen
 Telefon: 07153 6199631

Informations- und Koordinationsstelle Plochingen

– *Martin Gebauer und Karin Krämer*

Schulstraße 7, 73207 Plochingen
 Telefon: 07153 7005-214
k.kraemer@plochingen.de

Johanniterstift Plochingen

– *Tobias Lechner*

Johanniterstraße 16, 73207 Plochingen
 Telefon: 07153 6090

Landratsamt Esslingen, Altenhilfe Fachberatung

Pulverwiesen 11, 73726 Esslingen
 Telefon: 0711 3902-2503

Notariat Plochingen

Schulstraße 16, 73207 Plochingen
 Telefon: 07153 61233

Organisierte Nachbarschaftshilfe St. Konrad

– *Helga Wörner*

Hindenburgstraße 57, 73207 Plochingen
 Telefon: 07153 82512-17

PIA – Psychiatrische Institutsambulanz Plochingen

Am Aussichtsturm 5, 73207 Plochingen
 Telefon: 07153 604-66501

PIA – Außenstelle Esslingen	Marktplatz 25, 73728 Esslingen Telefon: 0711 31052-58
Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen – SOFA	Stuttgarter Straße 2, 72622 Nürtingen Telefon: 07022 785830
Sozialstation Plochingen – Ivan Schierz	Hermannstraße 19, 73207 Plochingen Telefon: 07153 21953
Sozialstation Plochingen – Nachbarschaftshilfe – Anke Westerholt	Hermannstraße 19, 73207 Plochingen Telefon: 07153 899475
StadtSeniorenRat Plochingen	Schulstraße 7, 73207 Plochingen Telefon: 07153 7005-214
Tagespflege im Johanniterstift – Tobias Lechner	Johanniterstraße 16, 73207 Plochingen Telefon: 07153 6090

10 Tipps für Freunde, Angehörige und Nachbarn

- 1) Informieren Sie sich gründlich über die Krankheit**
Dieses Wissen wird Ihnen mehr Sicherheit im Umgang mit dem Demenzkranken geben und Sie vor Fehlinterpretationen seines Verhaltens schützen.
- 2) Versuchen Sie, den Demenzkranken so anzunehmen wie er ist**
Er kann sich nicht mehr ändern. Die Krankheit macht es ihm meist unmöglich, etwas Neues zu lernen.
- 3) Kontakt und Begegnung mit anderen Menschen ist für Demenzkranke eine lebenswichtige Medizin**
Dabei ist es hilfreich, sich im Kontakt an den Gewohnheiten und Vorlieben des Betroffenen zu orientieren. Denken Sie daran, dass für ihn vertraute Menschen und Dinge der Vergangenheit oft wichtiger sind als die Gegenwart, in der er sich oft überfordert fühlt und nicht mehr zurecht findet.

- 4) Ein gleichbleibender Tagesablauf gibt Demenzkranken ein Gefühl der Sicherheit**
Er braucht Orientierungshilfen und eine verständnisvolle, haltgebende Führung. Ein Austausch von Informationen zum Wohle des Erkrankten zwischen Freunden und Bekannten ist nicht nur erlaubt, sondern kann im Einzelfall auch sehr hilfreich sein.
- 5) Nehmen Sie dem Demenzkranken nicht alles ab, nur weil es langsamer geht als früher**
Geben Sie Anregungen und Beschäftigungen, auch wenn das Ergebnis nicht immer Ihren Vorstellungen entspricht. Loben Sie auch bei kleinen Erfolgen. Vermeiden Sie Überforderungen, da diese Angst, aber auch Zorn und Verweigerung auslösen können.
- 6) Wenn die »Sprache« immer schwieriger wird, vereinfachen Sie Ihre Sätze**
Oft sind Blicke, Gesten oder Berührungen geeigneter ein Gefühl von Nähe und Verbundenheit zu vermitteln, als viele Worte.
- 7) Verlorengegangene Fähigkeiten sind verloren!**
Wie jeder andere Mensch auch, möchte ein Mensch mit Demenz nicht nur an seinen Defiziten gemessen werden. Er hat noch viele Fähigkeiten, die erhalten geblieben sind. Er freut sich über Bestätigung. Suchen Sie daher Gesprächsthemen, für die das Kurzzeitgedächtnis nicht von Bedeutung ist. Es gibt vieles andere, über das man sprechen kann und wozu der Kranke auch etwas beizutragen hat (z. B. die Schulzeit, Kindererziehung, seine Heimat...).
- 8) Ängstlichkeit, Anhänglichkeit oder ständig wiederholte Fragen entspringen der Ratlosigkeit und Verunsicherung**
Sie sind kein Ausdruck von Trotz oder Bösartigkeit. Das Verleugnen von sichtbaren Fehlleistungen sind keine bewussten Lügen, sondern oft die einzige Möglichkeit, Beschämung und Betroffenheit zu bewältigen. Versuchen Sie mit Ruhe und Gelassenheit, mit Ablenkung und Zuwendung darauf zu reagieren, nicht mit Erklärungen oder Vorwürfen.
- 9) Täglich Geduld und Verständnis aufzubringen ist kaum möglich**
Denken Sie daran, dass der Betroffene Unstimmigkeiten und Spannungen schnell vergisst und vermutlich schneller darüber hinweg kommt als Sie.
- 10) Vergessen Sie nicht sich selbst!**
Ein Tipp speziell für Pflegende: Sie müssen mit Ihren Kräften haushalten! Auch Sie brauchen Erholung und Ausgleich! Sie dürfen die Pflege und Betreuung auch für einige Stunden in fremde Hände geben. Sie handeln nicht egoistisch, wenn Sie sich einige freie Stunden verschaffen.



Neuigkeiten und ausführliche
Informationen rund um die Plochinger
Demenzkampagne finden Sie auch online

www.demenz.plochingen.de

