

Artikel für
„Leben im besten Alter“
Beilage des Schwarzwälder Boten
Mai 2021

**Geriatrischer Schwerpunkt
Ethikberatung**

Ärztlicher Leiter
Dr. Klaus Rademacher
Fon 07441-54-6507
Fax 07441-54-2718
Klaus.Rademacher@klf-net.de
www.klf-net.de

Für Angehörige von Menschen mit Demenz Kursreihe „Hilfe beim Helfen“

In Deutschland leben derzeit etwa 1,7 Millionen Menschen mit Demenz und etwa doppelt so viele mitbetroffene Angehörige. Mehr als jede andere Erkrankung bedeutet die Demenz für Angehörige der Erkrankten eine kaum vorstellbare körperliche und seelische Belastung. Nach Monaten der Verunsicherung ist die Diagnose „Demenz“ gestellt, was einem Schicksalsschlag gleichkommt. Verzweiflung und Hilflosigkeit machen sich breit. Wie soll ich mit meinem erkrankten Angehörigen umgehen? Was kommt da alles auf mich zu? Wir streiten uns immer häufiger, woran liegt das? Ich bin ungerecht zu meiner Mutter, sie kann doch nichts dafür! Große Untersuchungen zeigen, dass betreuende Angehörige vermehrt unter Schlafstörungen, Depression und Angst leiden und die eigene Gesundheit vernachlässigen. Zudem erleben sie Berührungängste bei Freunden, Nachbarn und Bekannten, so dass sich durch soziale Isolation die belastende Situation für Erkrankte wie Angehörige noch verschlimmert.

Um dieser sorgenvollen Entwicklung grundlegend entgegenzuwirken, sollten Angehörige von demenzbetroffenen Menschen Kenntnisse über die Demenzerkrankung und zum Umgang mit Erkrankten erwerben und Kontakt mit gleichbetroffenen Angehörigen aufnehmen. Beides wird durch die Kursreihe „Hilfe beim Helfen“ angeboten.

In Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Baden Württemberg und mit finanzieller Unterstützung der BARMER können Institutionen im Landkreis Freudenstadt diese Kursreihe anbieten. Dabei wird an 8 Abenden mit jeweils einer Woche Abstand, meist von 18:30 – 20:30 Uhr, Information und Austausch unter kompetenter Kursleitung angeboten. Der Kurs findet in kleinem Kreis mit etwa 10-15 Teilnehmern statt, so dass meist nach kurzer Zeit die Hemmschwelle überwunden ist und sich ein offener Austausch entwickeln kann. Die Veranstalter sind bei der Versorgung der demenzbetroffenen Angehörigen an diesen Abenden ggf. behilflich. Die Teilnahme ist kostenlos. Das Angebot richtet sich primär an Angehörige von demenzbetroffenen Menschen, jedoch ist die Teilnahme von ehrenamtlichen oder beruflichen Bezugspersonen ebenfalls möglich.

Die Kursinhalte sind wie folgt vorgesehen:

- Modul 1: Wissenswertes über Demenz (Symptome, Ursachen, Behandlung)
- Modul 2: Demenzbetroffene verstehen (unterstützender Umgang)
- Modul 3: Informationen zu Recht (Vollmacht, Betreuung, Versicherung)
- Modul 4: Den Alltag leben (Kommunikation, Aktivitäten)
- Modul 5: Pflegeversicherung und Entlastungsangebote
- Modul 6: Herausfordernde Situationen und Pflege
- Modul 7: Entlastung für Angehörige
- Modul 8: Letzte Lebensphase / Menschen mit Demenz im Krankenhaus

Die Module 1, 2 und 8 habe ich bereits mehrere Male moderiert. Es ist immer wieder beeindruckend, wie hilfreich der Wissenszuwachs, aber auch der Austausch mit Gleichbetroffenen empfunden wird. Die teilnehmenden Angehörigen spüren, dass andere

dieselben Sorgen und Probleme erleben, dass sie sich nicht völlig falsch verhalten, dass bestimmte Verhaltensweisen das Zusammenleben nachhaltig erleichtern können. Und es werden jede Menge praktischer Hilfen für den täglichen Umgang vorgestellt.

In diesem Jahr wird der Kurs wie folgt angeboten:

- ab 15. Juni: Familienzentrum Freudenstadt
- ab 19. Oktober: Familienzentrum Freudenstadt
- ab 28. Oktober: Spitalstiftung Horb

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, nehmen Sie gerne mit dem entsprechenden Veranstalter Kontakt auf. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist erforderlich.
Melden Sie sich an – Sie werden es nicht bereuen!

Einrichtungen, die selbst die Ausrichtung einer Kursreihe in Erwägung ziehen, erhalten umfassende Informationen beim Pflegestützpunkt im Landratsamt Freudenstadt.

Klaus Rademacher