



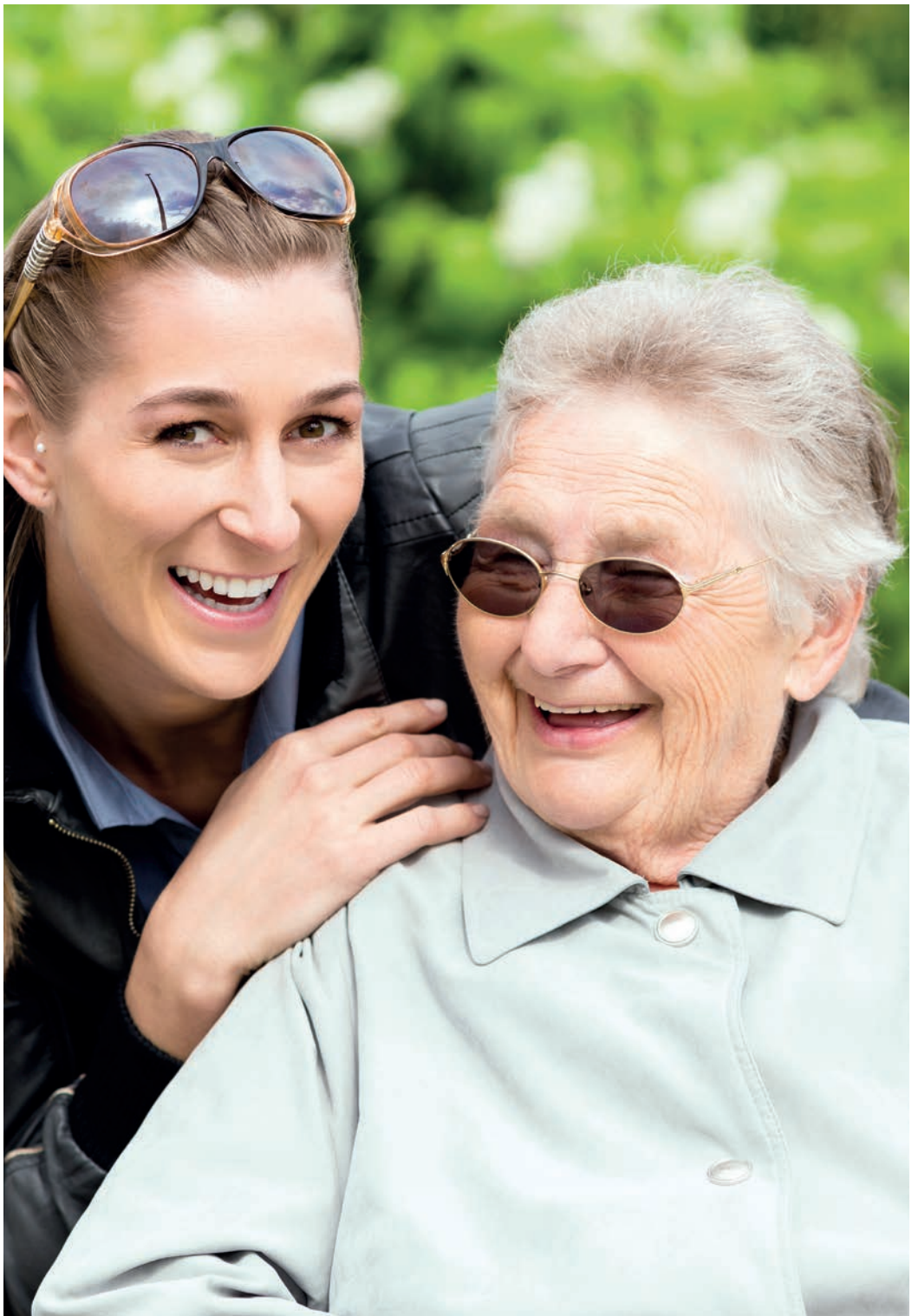
Stiftung Altersbetreuung Herisau

Wir pflegen Lebensqualität und Menschlichkeit



Wohn- und Betreuungs- angebot bei Demenz

Individuelle Behandlung und Begleitung von
Menschen mit verschiedenen Krankheitsformen der Demenz





Die Stiftung Altersbetreuung Herisau (SAH) bietet für die unterschiedlichen Krankheitsformen der Demenz verschiedene Betreuungs- und Pflegeformen an, um den individuellen Bedürfnissen der Betroffenen gerecht zu werden.

Im Haus Waldegg führen wir zwei geschützte Wohngruppen für Menschen mit Demenz. Das spezielle Wohn- und Betreuungsangebot bietet Strukturen, in denen sich von Demenz betroffene Menschen wohl und sicher fühlen.

Die hellen Wohngruppen mit dazugehörigem Garten bieten Sicherheit und Verlässlichkeit. Hindernisfreie Korridore und Wege laden zum Spazieren ein. Bei der Gestaltung ist besonders auf Licht, Farben und Formen geachtet worden.

Die geschützte Wohnform macht es möglich, dass sich unsere Bewohnerinnen und Bewohner darin ohne weitere Einschränkungen bewegen können. Sie ist deshalb auch geeignet für Menschen mit Bewegungsdrang und bietet ihnen Schutz und Grenzen.

Die Bewohnenden können verschiedene Beschäftigungs- und Unterhaltungsangebote nutzen. Dies fördert die Gemeinschaft und Zugehörigkeit.





ANGEBOT FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

Wohngruppen

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Wohngruppen für Menschen mit einer demenziellen Erkrankung verfügen über spezifisches pflegerisches Fachwissen und vertiefte Kenntnisse in Kommunikations- und Betreuungsformen. Sie zeichnen sich aus durch Geduld, Humor, Menschlichkeit sowie Kreativität und Flexibilität. Durch den bisherigen Hausarzt ist eine optimale medizinische Versorgung gewährleistet. Zudem kann unsere Fachärztin für Gerontopsychiatrie beratend beigezogen werden.

Die Wohngruppen verfügen über Einer-, Zweier- und Dreierzimmer. Im Alltag zeigt sich, dass das Zusammenleben im Mehr-

bettzimmer oft stabilisierend und beruhigend wirkt und Sicherheit vermittelt. Die Gemeinschaftsräume sind Treffpunkte für familiäres Zusammenleben, bieten aber dank Nischen und Terrassen auch Rückzugsmöglichkeiten.

Pflegeoase

Die Pflegeoase ist eine Betreuungsform für maximal sechs hoch pflegebedürftige Menschen mit Einschränkungen in der Kommunikation und Beweglichkeit.

Diese Wohnform ist für Menschen im letzten Stadium der Demenz besonders geeignet. Sie richtet sich nach den Bedürfnissen ihrer Bewohnerinnen und Bewohner, bie-





tet Gemeinschaft und vermittelt Sicherheit durch die ständige Anwesenheit einer Pflegeperson. Ein kurzer Blickkontakt oder eine Berührung mit der Hand zeigt den Bewohnenden, dass sie nicht alleine sind. Dadurch werden Ängste reduziert.

Sedelblick **Tages- und Nachtstruktur**

Im Sedelblick bieten wir unseren Bewohnerinnen und Bewohnern sowie unseren externen Tagesgästen mit erhöhtem Betreuungs- und Pflegebedarf eine Vielzahl an Möglichkeiten für eine sinnvolle, den persönlichen Bedürfnissen entsprechende Beschäftigung; ohne dabei überfordert oder unterfordert zu werden.

Angehörige

Von Demenz betroffene Menschen, ihre Angehörigen und das Betreuungsteam bilden eine Einheit. Das Wohl der Bewohnerin oder des Bewohners steht dabei im Zentrum.

Idealerweise wirkt eine Bezugsperson aus der Familie als konstantes Bindeglied zur Kontaktperson aus dem Betreuungsteam. Anregungen, Wünsche und Informationen aus der Lebensgeschichte der oder des Bewohnenden nehmen wir gerne an. Die Teilnahme am Leben in der Wohngruppe ist möglich, ebenso wie eine allenfalls notwendige Distanz.





KRANKHEITSBILD DEMENZ

Demenz ist ein Oberbegriff für mehr als fünfzig Krankheitsformen, welche zwar unterschiedlich verlaufen, jedoch alle langfristig zum Verlust der geistigen Leistungsfähigkeit führen. Die Ursachen für Demenzerkrankungen sind vielfältig. Grundsätzlich kann zwischen primären und sekundären Demenzen unterschieden werden.

Primäre Demenz

Primäre Demenzen haben ihren Ursprung im Gehirn. Nervenzellen sterben nach und nach ab, Verbindungen zwischen den Zellen gehen dauerhaft verloren. Dies wirkt sich auf das Gedächtnis, das Denken, die

Sprache, die Orientierung und das soziale Verhalten aus, je nach dem, welche Hirnregion betroffen ist.

Es gibt verschiedene Ursachen einer primären Demenzerkrankung. Bei der Alzheimererkrankung stören bestimmte Eiweißablagerungen im Gehirn den Stoffwechsel der Nervenzellen. Durchblutungsstörungen verursachen die zweithäufigste Demenzform: die vaskuläre Demenz. Weitere primäre Demenzerkrankungen sind die Lewy-Körperchen-Demenz und die seltene frontotemporale Demenz. Heilbar sind diese Demenzerkrankungen bisher nicht.





Alzheimer-Demenz

Die häufigste Demenzerkrankung ist die Alzheimer-Demenz. Rund 60 bis 70 Prozent aller Menschen mit Demenz weisen diesen Krankheitstyp auf. Die Krankheit wurde nach dem deutschen Nervenarzt Alois Alzheimer benannt, der sie im Jahr 1906 erstmals wissenschaftlich beschrieben hat.

Die Alzheimer-Krankheit äussert sich durch Störungen des Gedächtnisses, der Sprache, des Denkvermögens, des Erkennens und der Handhabung von Gegenständen sowie der zeitlichen und örtlichen Orientierung. Dabei gehen über die Jahre Nervenzellen in bestimmten Bereichen des Gehirns verloren. Dies führt zu einer verminderten Leistungsfähigkeit, aber auch zur Veränderung der Persönlichkeit und des Verhaltens.

Die charakteristischen Merkmale der Alzheimer-Demenz sind der schleichende Beginn der Krankheit und eine allmähliche Verschlechterung der Gedächtnisleistungen. Wenn Betroffene durch ihre verstärkte Vergesslichkeit auffallen, sind meist schon grosse Teile des Gehirns für immer geschädigt. Der Verlauf dieser Demenz kann in drei Stadien eingeteilt werden.

Frühes Stadium

Bis zu den ersten Symptomen können bis zu drei Jahrzehnte vergehen. Danach setzt das frühe Stadium der Alzheimer-Demenz ein. Das Gedächtnis ist leicht gestört und es wird allmählich schwieriger, komplexe Aufgaben zu lösen. Häufig können sich Betroffene neue Informationen nicht mehr merken oder sie verlegen Gegenstände häufiger als früher. Es fällt ihnen schwerer, sich auf Gespräche zu konzentrieren und erste Probleme mit der Orientierung in fremder Umgebung treten auf.

Diese Phase der Krankheit dauert zwischen fünf und zehn Jahre, mitunter länger. Sie ist für die Betroffenen oft mit Frust und Angst verbunden. Sie bemerken früher als andere, dass etwas nicht stimmt. Das erzeugt oft Kummer und Scham sowie das Bedürfnis, die Probleme zu verbergen. Die Betroffenen errichten oft einen Schutzwall aus Ausreden oder reagieren trotzig auf Spott oder besorgte Nachfragen. Sie geben anderen die Schuld, wenn sie etwas verlegt oder versäumt haben. Sie geben geliebte Hobbys auf, ziehen sich zurück und geben vor, keine Lust auf Gesellschaft zu haben.



Mittleres Stadium

Sprache und Sprachverständnis der Betroffenen sind meist spürbar beeinträchtigt. Fehler im Satzbau treten auf, Antworten werden zunehmend floskelhaft und Unterhaltungen schwierig, da Betroffene den «Faden» verlieren. Da sich die Betroffenen kaum noch etwas merken können, fällt es ihnen schwer, sich im Alltag zurechtzufinden. Sie bringen beispielsweise Tageszeiten und Daten durcheinander. Bei vielen ist der Schlaf-Wach-Rhythmus gestört. Die Orientierung ausserhalb und innerhalb der eigenen vier Wände wird immer schwieriger.

Sehr belastend kann es für Angehörige werden, wenn sich das Verhalten der Betroffenen ändert. Der früher souveräne Vater reagiert nun gereizt, fühlt sich verfolgt, bestohlen und ungeliebt. Die einst besonnene Schwiegermutter wirkt nervös und rastlos, weil sie sich kaum noch zurechtfindet. Vielen Betroffenen ist anzumerken, wie sie versuchen, sich zu orientieren und wie unglücklich sie darüber sind, wenn sie scheitern. Da sie die Gründe dafür nicht mehr begreifen, schlägt dieses Scheitern häufig in Aggression um. Für Angehörige ist dies eine Zeit, in der sie viel Geduld aufbringen müssen.





Spätes Stadium

Diese Phase der Krankheit ist für alle Beteiligten besonders anspruchsvoll. Je länger die Demenz andauert, desto weniger Fähigkeiten bleiben dem betroffenen Menschen. Die Patientinnen und Patienten scheinen in einer Welt zu leben, die immer kleiner und unübersichtlicher wird. Menschen im späten Stadium der Demenz können kein Gespräch mehr führen, reihen allenfalls einzelne Worte oder Laute aneinander oder verstummen ganz. Sie sind bei Tätigkeiten auf Hilfe angewiesen und verlieren zuletzt auch die Kontrolle über ihre Körperfunktionen.

Die Kommunikation ist über Emotionen und Empfindungen weiterhin möglich. Oft staunen pflegende Angehörige darüber, wie ihr erkranktes Familienmitglied zum Beispiel auf sanfte Berührung reagiert.

Auch bestimmte Gesichter können angenehme Emotionen auslösen, obwohl die Betroffenen selbst enge Verwandte nicht mehr erkennen.

Weitere Türen in die Welt von Demenzpatientinnen und -patienten können Musik, Gebete und Gerüche sein. Viele Patientinnen und Patienten hören gern Melodien, welche zu ihrer Jugendzeit populär waren. Das «Vaterunser» haben die meisten alten Menschen in früher Kindheit gelernt und ein Leben lang immer wieder gesprochen und gehört. Es laut am Bett zu beten, kann positive Gefühle wecken. Das Gleiche gilt für Düfte.





Vaskuläre Demenz

Die zweithäufigste Demenzform wird verursacht durch Durchblutungsstörungen im Gehirn. Das Gehirn wird über viele kleine Blutgefäße mit sauerstoffreichem Blut versorgt. Wird diese Versorgung verringert oder blockiert, nehmen Gehirnzellen Schaden oder sterben ab. Risikofaktoren sind Diabetes (Zuckerkrankheit) und hoher Blutdruck. Die Symptome variieren nach betroffener Hirnregion. Oft verläuft eine vaskuläre Demenz in Schüben. Der Zustand kann also über längere Zeit stabil bleiben, bis er sich plötzlich verschlechtert. Auch Phasen einer leichten Besserung können vorkommen.

Hirnareale, die geschädigt sind, können nicht heilen. Es kann jedoch gelingen, den Verlauf der vaskulären Demenz günstig zu beeinflussen, zum Beispiel durch die Behandlung des Bluthochdrucks, die optimale Einstellung von Fett- und Zuckerwerten im Blut, eine gesunde Ernährung oder regelmäßige Bewegung.

Lewy-Body-Demenz

Bei der Lewy-Body-Demenz werden Teile des Gehirns durch Ablagerungen kleiner Eiweisskörperchen (Lewy-Bodies genannt) geschädigt. Kennzeichnend für diese Form der Demenzerkrankungen sind starke Schwankungen der geistigen Leistungsfähigkeit, der Wachheit und Aufmerksamkeit, manchmal innerhalb von Stunden. Parkinsonähnliche Symptome wie Versteifung, Verlangsamung und Zittern, verringerte Mimik bei einer flüsternden Stimme oder wiederkehrende Halluzinationen. Die Betroffenen sehen Personen oder Dinge oft sehr lebendig und detailliert. Im Vergleich zur Alzheimer-Demenz bleiben das Gedächtnis und die Sprachfähigkeit länger erhalten.





Frontotemporale Demenz (Morbus Pick)

Bei dieser Demenzform sterben Nervenzellen im Stirn- und Schläfenbereich des Gehirns ab. Jene Fähigkeiten und Leistungen, welche dort angesiedelt sind, sind am stärksten beeinträchtigt. Dies führt zu Veränderungen der Persönlichkeit, des Antriebs und der Handlungsplanung. Betroffene werden zunehmend sorglos, oberflächlich und unkonzentriert. Sie vernachlässigen Pflichten, Hygiene und anderes. Fehlhandlungen nehmen zu, die Selbstkontrolle lässt nach; es kann zu Aggressionen und sexueller Enthemmung kommen. Die Betroffenen können sich kaum mehr in andere hinein fühlen, unterschätzen Risiken und verlieren ihre Interessen. Mit der Zeit entwickeln sich auch Sprachstörungen. Gedächtnis- und Orientierungsstörungen sind weniger stark ausgeprägt. Die Betroffenen erkranken relativ früh, oft im fünften oder sechsten Lebensjahrzehnt.

Sekundäre Demenz

Als sekundäre Demenz werden Demenzerkrankungen bezeichnet, bei denen die Ursache für den geistigen Verfall nicht direkt im Hirn zu finden sind. Ihnen liegt eine andere organische Erkrankung zugrunde, zum Beispiel Medikamentenvergiftung, Missbrauch von Alkohol oder Drogen, Depression, Schilddrüsenunterfunktion oder Herz-Kreislauf-Insuffizienz.

Die Behandlung dieser Erkrankungen führt in der Regel zu einem Rückgang der Demenzsymptome. Diese Demenzform ist heilbar, sofern die Behandlung früh genug beginnt. Wenn die empfindlichen Nervenzellen der schädigenden Grunderkrankung jedoch zu lange ausgesetzt waren, können ebenfalls irreversible Schädigungen entstanden sein.



WARNSYMPTOME

Bei Menschen mit Demenz nimmt nicht nur das Erinnerungsvermögen ab, sondern auch die Fähigkeit, klar zu denken und Zusammenhänge zu erfassen. Häufig ändert sich das Verhalten grundlegend. Treten einige der nachfolgenden Warnsymptome auf, sollten Betroffene von einem Arzt oder einer Ärztin untersucht werden.

Vergesslichkeit mit Auswirkung auf die Arbeit und das tägliche Leben

Die meisten Menschen vergessen ab und zu Namen oder Termine. Häufen sich diese Vorfälle und tritt ausserdem eine unerklärliche Verwirrtheit auf, kann das ein Zeichen für eine Verminderung der Gedächtnisleistung sein.

Probleme mit gewohnten Handlungen

Menschen, die viel zu tun haben, sind manchmal zerstreut und vergessen zum Beispiel einen Topf auf dem Herd. Menschen mit Demenz vergessen nicht nur den Topf auf dem Herd, sondern auch, dass sie gekocht haben.

Sprachprobleme

Die meisten Menschen haben manchmal Schwierigkeiten, die richtigen Worte zu finden. Menschen mit Demenz fallen oft einfache Wörter nicht mehr ein, stattdessen verwenden sie unpassende Füllwörter. Dadurch werden ihre Sätze schwer verständlich.

Räumliche und zeitliche Orientierungsprobleme

Bei vielen Menschen kommt es ab und zu vor, dass sie zum Beispiel Wochentage vergessen oder sich in einer fremden Umgebung verlaufen. Bei Menschen mit Demenz kann es passieren, dass sie in der eigenen Strasse stehen und nicht mehr wissen, wo sie sind, wie sie dorthin gekommen sind und wie sie wieder nach Hause gelangen.

Eingeschränkte Urteilsfähigkeit

Nicht immer wählen Menschen die dem Wetter entsprechende Kleidung. Bei Menschen mit Demenz ist aber die gewählte Kleidung manchmal völlig unangebracht. Sie tragen beispielsweise einen Bademantel beim Einkaufen oder an einem heissen Sommertag mehrere Blusen übereinander.



Probleme mit abstraktem Denken

Für viele Menschen ist es eine Herausforderung, ein Konto zu führen. Menschen mit Demenz können oft weder Zahlen einordnen, noch einfache Rechnungen lösen.

Gegenstände vergessen

Ab und an lässt jeder und jede einmal den Schlüssel oder das Portemonnaie irgendwo liegen. Bei Menschen mit Demenz kommt es jedoch vor, dass sie Gegenstände an völlig unangebrachte Orte legen, zum Beispiel Schmuck in den Kühlschrank oder eine Uhr in die Zuckerdose. Danach wissen sie nicht mehr, wohin sie die Gegenstände gelegt haben.

Stimmungs- und Verhaltensänderungen

Stimmungsänderungen kommen bei allen Menschen vor. Menschen mit Demenz können in ihrer Stimmung jedoch sehr abrupt schwanken, oft ohne erkennbaren Grund.

Persönlichkeitsänderung

Im Alter verändert sich bei vielen Menschen die Persönlichkeit ein wenig. Bei Menschen mit Demenz kann eine sehr ausgeprägte Persönlichkeitsänderung plötzlich auftreten oder sich über einen längeren Zeitraum hinweg anbahnen. Jemand, der oder die normalerweise freundlich ist, wird unerwartet zornig, eifersüchtig oder ängstlich.

Verlust der Eigeninitiative

Menschen mit Demenz verlieren den Schwung bei ihrer Arbeit und das Interesse an ihren Hobbys manchmal vollständig und finden auch keine Freude an neuen Aufgaben.



DEMENZABKLÄRUNG

Ungefähr die Hälfte aller Demenzerkrankungen wird nicht abgeklärt. Ein häufiger Grund dafür ist die Angst vor der Diagnose. Das Thema wird verdrängt und tabuisiert. Angehörige, die bei einem Familienmitglied Anzeichen einer möglichen Erkrankung feststellen, werden meist zurückgewiesen, wenn sie eine genauere Abklärung vorschlagen.

Es gibt kein einfaches Rezept, wie in solchen Fällen vorgegangen werden soll. Eine Möglichkeit ist, die Hausärztin oder den Hausarzt einzubeziehen. Zudem kann es helfen, eine Beratungsstelle wie die Alzheimer-

vereinigung zu kontaktieren, die ihre Dienstleistung kostenlos anbietet.

Eine frühe Abklärung lohnt sich.

Einerseits können andere Ursachen ausgeschlossen werden, andererseits können allenfalls Medikamente und andere Massnahmen die Lebensqualität über längere Zeit auf hohem Niveau erhalten. Die erkrankte Person und die Angehörigen bekommen dadurch mehr Zeit, sich mit der Diagnose auseinanderzusetzen. Es können vielleicht noch wichtige Angelegenheiten besprochen und Wünsche erfüllt werden.





NÜTZLICHE ADRESSEN

Alzheimer Schweiz

Die Alzheimervereinigung bietet Beratung und Informationen zum Thema Demenz.

info@alz.ch

www.alzheimer-schweiz.ch

Alzheimer-Telefon

+41 58 058 80 00

Geschäftsstelle Alzheimer St. Gallen / beider Appenzell

Rorschacher Strasse 94

9000 St. Gallen

+41 71 223 10 46

info.sga@alz.ch

Pro Senectute

Geschäftsstelle Appenzell AR

Gossauerstrasse 2

9100 Herisau

+41 71 353 50 30

info@ar.prosenectute.ch

www.prosenectute.ch

Memory Clinic

Die Schweizer Memory Clinic ist die erste Anlaufstelle bei Verdacht auf Demenz. Die Kliniken sind Kompetenzzentren für Diagnostik, Behandlung und Beratung. Ihre vier Kerndisziplinen sind Geriatrie, Neurologie, (Neuro-)Psychologie und Alterspsychologie.

Memory Clinic St. Gallen

Geriatrische Klinik

Rorschacher Strasse 94

9000 St. Gallen

+41 71 243 81 11

memoryclinic@geriatrie-sg.ch

www.geriatrie-sg.ch

Memory Clinic Rheintal

Sekretariat Akutgeriatrie

F.-Marolanistrasse 6

9450 Altstätten

+41 71 757 43 29

akutgeriatrie@srrws.ch



Informationen und Beratung

Case Management

T +41 354 75 05

casemanagement@altersbetreuung.ch

Stiftung Altersbetreuung Herisau

Kasernenstrasse 91 | Postfach | 9102 Herisau

T +41 71 354 75 75 | info@altersbetreuung.ch

www.altersbetreuung.ch