

# Demenz

## Das Leben mit Demenz für Betroffene und ihre Angehörigen.



Abbildung 1: Eine gezeichnete Familie mit drei Generationen <sup>1</sup>

Verfasserin:  
Tanja Schulthess, MA2021C

Lehrperson:  
Daniel Fuchs

Abgabetermin  
18.03.2024

---

<sup>1</sup> [https://img.freepik.com/premium-vector/big-family-looking-up-happy-mother-father-children-grandparents-standing-together-watching-something-excited-kids-with-parents-flat-vector-illustration-isolated-white-background\\_198278-15625.jpg](https://img.freepik.com/premium-vector/big-family-looking-up-happy-mother-father-children-grandparents-standing-together-watching-something-excited-kids-with-parents-flat-vector-illustration-isolated-white-background_198278-15625.jpg) 19.02.2024

## Inhaltsverzeichnis

<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>2</b>
<b>1 Mindmap Gruppenthema</b>	<b>3</b>
<b>2 Einleitung</b>	<b>4</b>
<b>3 Zielformulierung</b>	<b>5</b>
<b>4 Was ist die Demenz?</b>	<b>6</b>
4.1 Was ist die Demenz	6
4.2 Symptome der Demenz	6
4.3 Verlauf der Demenz	7
4.4 Arten der Demenz	7
4.5 Reflektion	8
<b>5 Therapie formen</b>	<b>9</b>
5.1 Medikamentöse Behandlungen	9
5.2 Nicht medikamentöse Therapien	10
5.3 Reflektion	13
<b>6 Umgang mit der Demenz</b>	<b>14</b>
6.1 Interview zum Thema Umgang mit Demenz	14
6.2 Wie sollten Angehörige mit der Demenz umgehen?	15
6.3 Reflektion	16
<b>7 Alltag für Betroffene und Angehörige</b>	<b>17</b>
7.1 Das Leben zuhause	17
7.2 Der Schritt ins Altersheim	17
7.3 Das Leben im Altersheim	18
7.4 Reflektion	19
<b>8 Erfahrungsbericht</b>	<b>20</b>
8.1 Reflektion	22
<b>9 Umfrage</b>	<b>23</b>
9.1 Umfrage Resultate	23
9.2 Auswertung	24
9.3 Reflektion	25
<b>10 Schlusswort</b>	<b>26</b>
10.1 Lerntechnisch	26
10.2 Methodisch	26
10.3 Inhaltliches Schlusswort	26
<b>11 Schlusserklärung</b>	<b>28</b>
<b>12 Anhang</b>	<b>29</b>
12.1 Lernjournal	29
12.2 Grobplanung	32
12.3 Interview Fragen	33

1 Mindmap Gruppenthema

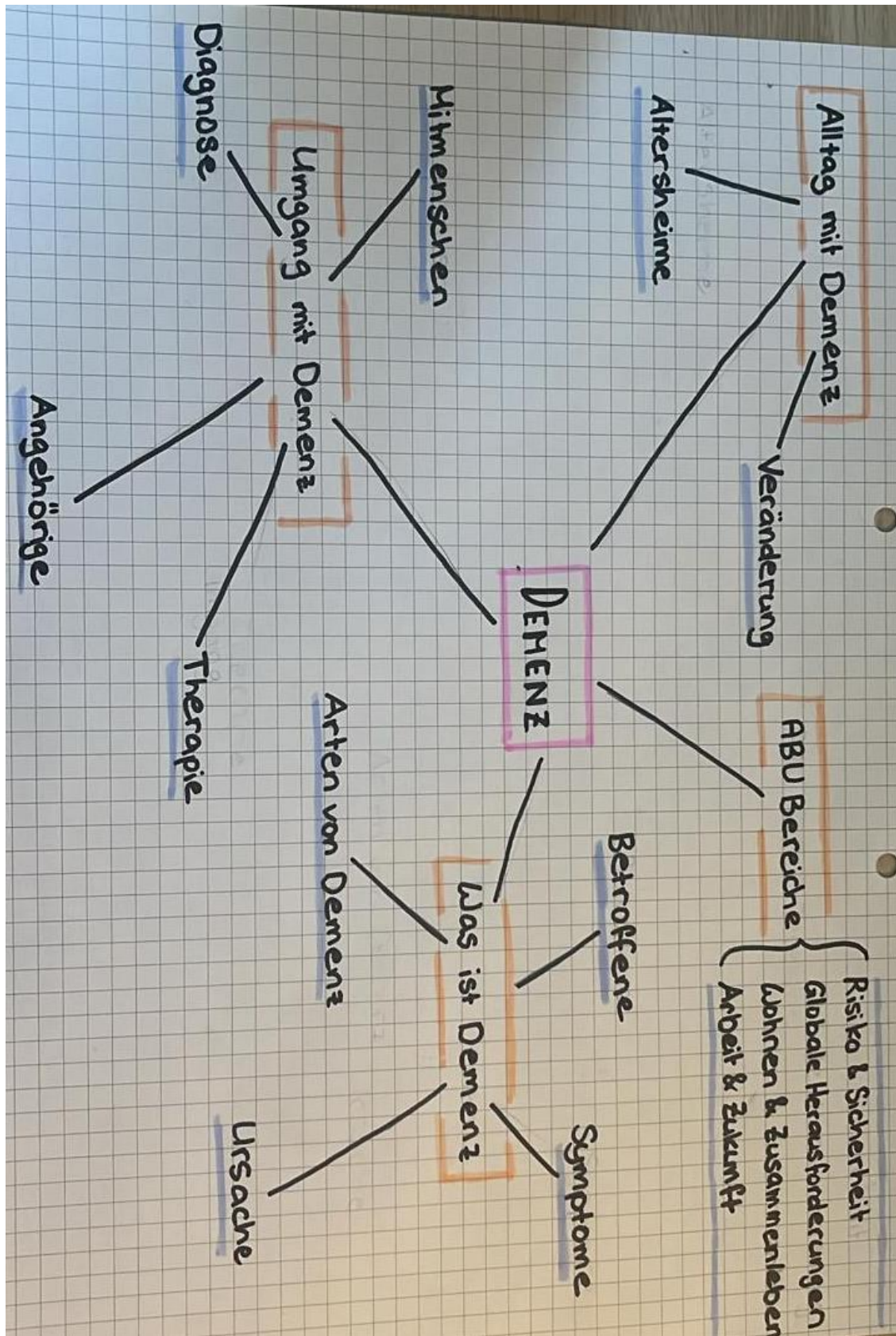


Abbildung 2 Mindemap

## 2 Einleitung

Wir als Klasse haben uns für das Oberthema «Hinter den Kulissen» entschieden. Als ich mir überlegt habe über welches Thema ich mehr erfahren möchte, hatte ich schnell die Idee, hinter die Kulissen einer Krankheit zu blicken. Ich entschied mich für die Demenz, da ich nach meiner Ausbildung als Malerin ein Praktikum als Aktivierungsfachfrau im Altersheim machen werde und anschliessend die HF als Aktivierungsfachfrau absolvieren möchte. Deswegen werde ich nach meiner Ausbildung viel mit Demenz zu tun haben und ich denke es wird mir helfen, wenn ich mich bereits jetzt etwas damit auseinandergesetzt habe. Ausserdem finde ich ältere Menschen sehr interessant, bereichernd und mag sie sehr gerne.

Für mich ist unser Oberthema sehr offen. Ich möchte allgemein hinter die Kulissen des Lebens mit Demenz für Betroffene, Angehörige, Pflegende und Therapeut:innen blicken. Ich finde es wichtig, dass sich die Gesellschaft nicht mehr vor diesem Thema verschliesst und wir lernen, wie wir am besten mit Menschen mit Demenz umgehen können, um ihnen ein möglichst schönes und harmonisches Zusammenleben zu ermöglichen.

Die Demenz ist ein Teil unserer Gesellschaft. Oft wird sie als «Alterserscheinung» angesehen. Doch es ist wichtig zu verstehen, dass sie genau das nicht ist. Demenz ist eine Krankheit. Die Demenz ist vor allem in fortschrittlichen Ländern ein grosses Problem, da hier die Menschen viel älter werden und die Gefahr an Demenz zu erkranken mit zunehmendem Alter steigt.

In meiner Arbeit thematisiere ich hauptsächlich das Leben und den Umgang mit der Demenz.

Die Bereiche Wohnen und Zusammenleben, Risiko und Sicherheit, globale Herausforderungen und Arbeit und Zukunft, fliessen in dieses Thema ein. Wohnen und Zusammenleben betrifft das Thema, weil die Demenz ein Teil der Gesellschaft ist, und wir alle zusammenleben. Risiko und Sicherheit hängt mit dem Risiko an Demenz zu erkranken zusammen. Als globale Herausforderung sehe ich das Thema, weil ich der Meinung bin, dass wir noch etwas mehr über die Entstehung der Krankheit erfahren sollten. Die Arbeit und Zukunft habe ich dazu genommen, weil ich viel über die Arbeit der Aktivierungstherapeut:innen und Pflegefachkräfte geschrieben habe.

### 3 Zielformulierung

1. **Was ist die Demenz?** Als erstes möchte ich durch Recherche im Internet herausfinden, was die Demenz überhaupt genau ist und was alles dazu gehört.
2. **Welche Möglichkeiten gibt es, um die Ressourcen zu erhalten?** In einem Interview mit einer Aktivierungstherapeutin möchte ich erfahren, was sie machen kann, um die Ressourcen von an Demenz erkrankten Senior:innen zu erhalten, und wie sie selber mit der Demenz umgeht.
3. **Wie ist der Alltag für Betroffene und Angehörige?** In meinem Interview mit einer Dipl. Pflegefachfrau möchte ich mehr über den Alltag für Betroffene und Angehörige erfahren.
4. **Wie ist das Leben im Altersheim mit Demenz?** In beiden Interviews möchte ich mehr darüber erfahren, wie das Leben im Altersheim aussieht, und welche Unterschiede es von Demenzstationen zu anderen Abteilungen gibt.
5. **Wie können Angehörige mit dementen Menschen umgehen?** Ich möchte erfahren, wie man am besten mit dementen Menschen umgehen kann und was man tun kann, um ihnen das Leben möglichst zu erleichtern.
6. **Wie nehme ich und andere die Demenz wahr?** Ich will einen Erfahrungsbericht über meinen Besuch im Altersheim schreiben und diese Erkenntnisse reflektieren.

2



Abbildung 3, Ehepaar skizziert

---

<sup>2</sup> <https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Fmalowankidladzieci.com.pl%2Fde%2Fkolorowanki-na-dzien-babci-i-dziadka%2F&psig=AOvVaw2UEekIMvXKtwWccHcBYSVI&ust=1708414548397000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBIQjRxqFwoTCOC9zaPytoQDFQAAAAAdAAAAABAR> 19.02.2024

## 4 Was ist die Demenz?

Zu Beginn meiner Arbeit will ich erstmal der Frage: Was ist Demenz? Auf den Grund gehen. Dazu gehören zum Beispiel die verschiedenen Symptome, die Ursachen, die verschiedenen Arten oder auch die Verläufe der Demenz. Ich will erklären was im Menschen mit Demenz passiert und wer davon betroffen ist. Demenz ist ein Überbegriff für viele verschiedene Krankheiten.

### 4.1 Was ist die Demenz

#### **Zahlen zur Demenz:**

- In der Schweiz leben aktuell schätzungsweise 153'000 Menschen, die an Demenz erkrankt sind, die Zahl ist steigend.
- Frauen erkranken 1,5-mal mehr an Demenz als Männer.
- Die Wahrscheinlichkeit an Demenz zu erkranken, sieht folgendermassen aus:  
Unter 65 Jahren: <0.1%  
65-69 Jahre: <2%  
80-84 Jahre: 16%

Man erkennt also klar, dass das Risiko an Demenz zu erkranken mit zunehmendem Alter steigt. Trotzdem ist es wichtig zu erwähnen, dass es auch jüngere Menschen gibt, die an Demenz erkranken und auch diese Zahl steigend ist.

### 4.2 Symptome der Demenz

Meistens bemerken Angehörige die beginnenden Symptome als erstes. Vor allem die Vergesslichkeit löst oftmals Sorge bei den Angehörigen aus, da dies das bekannteste Symptom der Demenz ist. Es gibt aber noch viele weitere Symptome, die je nach Art der Demenz variieren können. Wenn die Vergesslichkeit zunimmt, sind Betroffene im Alltag eingeschränkt. Betroffene verlieren die Fähigkeit zu planen, sich zu erinnern, komplexe Dinge zu verstehen, sich angemessen zu verhalten, sich zu orientieren oder sich richtig auszudrücken. Die Persönlichkeit kann sich verändern. Erkrankte werden zum Beispiel aggressiver oder haben starke Stimmungsschwankungen. Demenzen treten oft auch in Zusammenhang mit anderen Krankheiten wie Depressionen auf.

Es ist wichtig zu wissen, dass wenn der Mensch dement wird, seine Gefühle sich aber nicht verändern. Auch wenn sie die Angehörigen vielleicht nicht mehr erkennen können und sie nicht mehr in der Lage sind ihre Liebe und Gefühle richtig auszudrücken, spüren sie, dass es sich beim Gegenüber um eine geliebte Person handelt.

### 4.3 Verlauf der Demenz

Wenn Betroffene oder Angehörige die ersten dieser Symptome der Demenz erkennen, sollten sie einen Arzt aufsuchen. Dieser wird die Symptome erfragen und gegebenenfalls einen Kurztest machen. Wenn die Demenz dann festgestellt wird, werden weitere Tests (zum Beispiel Bluttest oder MRT) gemacht, um die Art der Demenz herauszufinden.

Aktuell gibt es leider keine Heilung für die Demenz. Es gibt aber Medikamente, die den Prozess und den Verlauf der Demenz verlangsamen können. Man versucht neben medikamentösen Behandlungen vor allem die nicht medikamentösen Behandlungen einzusetzen. Das Ziel der Behandlungen ist, die Alltagsfähigkeit und die Selbständigkeit so lange wie möglich zu erhalten. Ausserdem probiert man die Lebensqualität so gut wie möglich beizubehalten.

Die Demenz läuft in 3 Phasen ab. Früher war es in Altersheimen üblich, dass die Bewohner:innen in drei Häuser unterteilt wurden, eins für jede Phase. Heute wird das in der Regel nicht mehr gemacht, man nimmt alle zusammen und bildet so Wohngemeinschaften. Die meisten Angehörigen versuchen ihre Liebsten trotz Krankheit so lange wie möglich zuhause zu behalten und sie erst so spät wie möglich ins Altersheim zu geben.

- 1. Phase:** Die ersten Symptome der Demenz treten auf. Der Alltag ist aber in der Regel noch zuhause möglich. Die Betroffenen und Angehörigen entwickeln Strategien, um den Alltag zu bewältigen. Eine Strategie kann zum Beispiel ein Notizzettel sein, auf dem die Aufgabe steht.
- 2. Phase:** Die Symptome werden stärker. Betroffene haben manchmal gute und manchmal schlechte Momente. Diese Phase gilt als die härteste. Die Betroffenen merken selbst, dass es ihnen zunehmend schlechter geht und sie nicht mehr klar sind. Sie wissen aber auch, dass niemand etwas dagegen machen kann. Demzufolge ist es wichtig, nur noch in kurzen Sätzen mit den Erkrankten zu sprechen, da sie nicht mehr in der Lage sind, mehrere Informationen auf einmal aufzunehmen und auch auszuführen.
- 3. Phase:** Die Menschen leben jetzt in ihrer eigenen Welt. Jetzt kann es auch sein, dass die Angehörigen nicht mehr erkannt werden. Auch die Sprache und die Bewegungsfreiheit kann in dieser Phase zunehmend eingeschränkt werden.

### 4.4 Arten der Demenz

Es gibt sehr viele verschiedene Arten von Demenz die sich oft stark unterscheiden. Die Demenz wird in zwei Obergruppen unterteilt, die primäre und die sekundäre Demenz. 90%

der Erkrankten haben die primäre Demenz und nur 10% die sekundäre Demenz. Es sind auch Mischformen von verschiedenen Demenzarten möglich.

Die primäre Demenz hat ihre Ursache an direkten Veränderungen im Gehirn. Die sekundäre Demenz entsteht durch äussere Einwirkungen wie Medikamente, Alkoholmissbrauch, Schilddrüsen-Erkrankungen, Vitaminmangel, Depressionen oder Herzinsuffizienz.

Die primäre Demenz wird nochmal in zwei Gruppen unterteilt, die neurodegenerative und die vaskuläre Demenz. Bei der neurodegenerativen Demenz sterben die Nervenzellen ab. Die vaskuläre Demenz dagegen entsteht durch Durchblutungsstörungen im Gehirn.

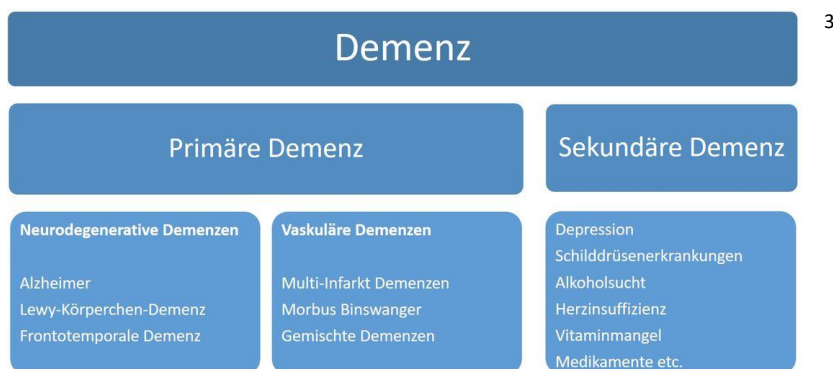


Abbildung 4, Tabelle der Demenzarten

Mehr als 60% aller Demenz-Erkrankungen werden Alzheimer zugeschrieben. Alois Alzheimer hat die nach ihm benannte, Alzheimer Erkrankung im Jahr 1906 zum ersten man festgestellt. Bei dieser Form lagern sich Eiweisse im Gehirn ab. Dadurch sterben die Nervenzellen im Gehirn ab. Warum sich aber Eiweisse im Gehirn ablagern, ist noch nicht erforscht.<sup>4 5</sup>

#### 4.5 Reflektion

In diesem Kapitel habe ich mich mit dem 1. Ziel also der Frage «Was ist Demenz?» auseinandergesetzt. Die Krankheit ist sehr komplex, wenn man sie aber einfach zusammenfasst, kann man sie trotzdem gut verstehen. Es gibt sehr viele verschiedene Arten der Demenz. Diese Arten unterscheiden sich oftmals stark voneinander.

<sup>3</sup> [https://www.demenz-pflege-bayern.de/fileadmin/\\_processed\\_/6/0/csm\\_Demenzformen\\_7ce2768322.jpg](https://www.demenz-pflege-bayern.de/fileadmin/_processed_/6/0/csm_Demenzformen_7ce2768322.jpg)  
26.02.2024

<sup>4</sup> [https://youtu.be/uNwAubPAY\\_c?si=UHdZHN\\_izdMYqH8K](https://youtu.be/uNwAubPAY_c?si=UHdZHN_izdMYqH8K)

26.02.2024 Quelle schwach verändert

<sup>5</sup> [https://www.pflege.de/krankheiten/demenz/#:~:text=Bei%20prim%C3%A4ren%20Demenzen%2C%20der%20h%C3%A4ufigeren,Demenz\)%20oder%20sch%C3%A4dliche%20Umwelteinfl%C3%BCsse%20ausgel%C3%B6st.](https://www.pflege.de/krankheiten/demenz/#:~:text=Bei%20prim%C3%A4ren%20Demenzen%2C%20der%20h%C3%A4ufigeren,Demenz)%20oder%20sch%C3%A4dliche%20Umwelteinfl%C3%BCsse%20ausgel%C3%B6st.)

26.02.2024 Quelle stark verändert



## 5 Therapie formen

In diesem Kapitel geht es um die Therapieformen der Demenz. Dafür habe ich mich unter anderem mit Sandra Beutler getroffen, damit ich mehr über die nicht Medikamentösen Therapieformen erfahren kann. Es geht um die medikamentösen aber auch um die nichtmedikamentösen Behandlungen. Ich werde auch darauf eingehen, wie man Menschen erreichen kann und wie mit ihnen kommunizieren kann, die nicht mehr sprechen können.

### 5.1 Medikamentöse Behandlungen

Leider gibt es bis heute keine Heilung für die Demenz. Es existieren inzwischen jedoch einige Medikamente, die den Verlauf der Krankheit verlangsamen sollten. Die Selbständigkeit und die geistige Fähigkeit des Erkrankten kann so etwas länger erhalten werden. Allerdings können diese Medikamente auch Nebenwirkungen haben.

Die Drei häufigsten Medikamente sind: **Cholinesterasehemmer, Memantin und Ginkgo Biloba.**

- **Cholinesterasehemmer:** Diese Wirkstoffgruppe kann den Informationsaustausch zwischen Gehirn und Nervenzellen anregen. Manche Menschen mit Demenz können sich durch die Einnahme von Cholinesterasehemmer Dinge besser merken und damit ihren Alltag besser bewältigen. Die Symptome der Demenz können also verringert werden.  
Häufige Nebenwirkungen können Übelkeit, Erbrechen oder Schwindel hervorrufen.
- **Memantin:** Dieses Medikament soll einem Überschuss an Glutamat im Gehirn entgegenwirken. Es wird vermutet, dass ein Überschuss des Botenstoffes Glutamat zum Absterben der Nervenzellen beiträgt.  
Es kann den Abbau der geistigen Fähigkeiten etwas verlangsamen. Es gibt Hinweise darauf, dass die alltagspraktischen Fähigkeiten wie Zähneputzen, Anziehen oder das Fahren mit den öffentlichen Verkehrsmitteln länger erhalten werden können.  
Ausserdem gibt es Studien die andeuten, dass starke Unruhe verringert werden kann. Eigentlich ist Memantin gut verträglich. Es können aber Müdigkeit oder Schwindel auftreten.
- **Ginkgo Biloba:** Es ist ein pflanzliches Präparat, das rezeptfrei erhältlich ist. Das Präparat besteht aus Blättern des Ginkgo Biloba Baumes.  
Es verbessert die Durchblutung und schützt die Nervenzellen.

Alltägliche Aufgaben wie zum Beispiel Körperpflege können zumindest vorübergehend besser bewältigt werden. Es gibt Studien, die darauf hinweisen, dass die Gedächtnisleistung verbessert wird und die psychischen Beschwerden gelindert werden. Wie gross der Effekt aber wirklich ist, ist unklar.

Ginkgo Biloba ist sehr gut verträglich. Es können jedoch in seltenen Fällen Magenbeschwerden und Kopfschmerzen verursacht werden.<sup>6</sup>

## 5.2 Nicht medikamentöse Therapien

Für dieses Kapitel durfte ich ein Interview mit einer Aktivierungstherapeutin aus dem Altersheim, in dem ich nach meiner Ausbildung ein Praktikum machen werde, führen. Deswegen werde ich in diesem Kapitel hauptsächlich auf die Aktivierungstherapien eingehen. Die Aktivierungstherapeutin hat mir sehr viel über ihre eigenen Erfahrungen und Erkenntnisse erzählt.

### **Sandra Beutler**

Das Interview habe ich am 18.02.2024 mit der Aktivierungstherapeutin Sandra Beutler geführt. Sie ist die Personalleiterin der Aktivierung im Tertianum Viktoria.

Das Tertianum steht für Wohnen und Leben im hohen Alter. Dazu gehören Altersheime und Alterswohnungen.

# TERTIANUM

*Abbildung 5, Logo Tertianum<sup>7</sup>*

Die Aktivierung macht einen grossen Teil der nichtmedikamentösen Demenzbehandlung aus. Aktivierungstherapeut:innen arbeiten eng mit Menschen zusammen, insbesondere mit älteren oder behinderten Personen, um ihre körperliche und geistige Gesundheit zu verbessern. Sie planen und führen Aktivitäten durch, die die kognitive Funktion, die Mobilität, die soziale Interaktion und die Lebensqualität der Menschen fördern. Sandra Beutler hat mir erzählt, dass sie vor allem bei schönem Wetter besonders gerne mit den Bewohner:innen nach draussen geht. Am häufigsten macht sie Therapien mit Bewegung oder Musik. Bei den Bewegungstherapien kann man spazieren gehen oder andere

---

<sup>6</sup> <https://www.gesundheitsinformation.de/medikamente-gegen-alzheimer.html>  
26.02.2024, Quelle stark bearbeitet

<sup>7</sup> <https://www.tertianum.ch/hs-fs/hubfs/Tertianum%20Logo%20Blau%203C.png?width=2100&height=282&name=Tertianum%20Logo%20Blau%203C.png> 26.02.2024

Bewegungsübungen machen, zum Beispiel Übungen mit Bällen. Musik kann in vielen Formen zur Therapie verwendet werden. Man kann zusammen singen, Musik hören oder es kann etwas vorgesungen / vorgespielt werden.

Es gibt einige Unterschiede zwischen Therapien von Demenzkranken und anderen Senior:innen. Die Therapien von Demenzkranken sind deutlich kürzer und die Gruppen sind kleiner als in Therapien mit anderen Senior:innen. Die äusseren Reize müssen so stark wie möglich minimiert werden, da es für die Erkrankten sehr schwierig ist, sich bei zu vielen Reizen konzentrieren zu können. In den Therapien müssen einige Dinge angepasst werden. Spiele können zum Beispiel abgekürzt und somit vereinfacht werden. Ein Memory das in der Regel aus 24 Paaren besteht, wird beispielsweise nur noch mit 8 Paaren gespielt.

Um die Ressourcen der Erkrankten erhalten oder fördern zu können, muss man als erstes herausfinden, welche Ressourcen überhaupt noch vorhanden sind. Dies kann manchmal gar nicht so einfach sein. Wenn man vorhandene Ressourcen finden konnte, ist es in erster Linie wichtig die Erkrankten machen zu lassen. Wenn sie zum Beispiel Geschirr abtrocknen wollen, sollen sie Geschirr abtrocknen dürfen, auch wenn das Geschirr am Schluss vielleicht nicht ganz trocken ist. Wenn sie sich bewegen möchten, sollte man versuchen ihnen diese Möglichkeiten zu bieten, und die dafür notwendigen Schutzvorkehrungen treffen. Es hilft auch sehr, wenn sie Tätigkeiten aus ihrem früheren Leben ausüben können, zum Beispiel Backen, Putzen oder Kochen. Die Therapeut:innen können also Angebote wie Kochgruppen anbieten.

<sup>8</sup>Bei Erkrankten, bei denen die Krankheit bereits sehr stark fortgeschritten ist und die nur noch bettlägerig sind, kann man mit basalen Stimulationen arbeiten. Basale Stimulationen bieten Möglichkeiten mit Menschen zu kommunizieren, die in ihrer Wahrnehmung beeinträchtigt sind. Dazu kann man Gerüche, Berührungen, Farben oder Töne verwenden.



Abbildung 6, Beispiel einer Oase

In einigen Demenzeinrichtungen gibt es für diese Menschen sogenannte Oasen. Dies sind meist grosse Mehrbettzimmer. Erkrankte werden in diese Räume gebracht. Es werden zum Beispiel Lichter an der Decke installiert und es werden Farben und Gerüche

---

<sup>8</sup> <https://www.reusspark.ch/pflege-und-betreuung/articles/pflegeangebot>

14.03.2024

eingesetzt, um die Demenzkranken zu beruhigen und ihnen ein gutes Gefühl zu geben.

Eine besondere Schwierigkeit bei der Zusammenarbeit mit Demenzkranken ist zu verstehen, in welcher Welt sie gerade leben. Manchmal denken sie zum Beispiel, sie seien gerade 20 Jahre alt. Dann ist es wichtig, auf sie einzugehen und sie in dieser Welt abzuholen und ihnen nicht zu widersprechen.

Demenzkranken können in vielen Fällen aggressiv sein. Das hat aber mit ihrer Krankheit und nichts mit ihrer Persönlichkeit zu tun. Aus diesem Grund ist es wichtig sie trotz möglichen Schwierigkeiten so gut wie möglich zu unterstützen.

Wenn man therapeutisch unterwegs ist, muss man sich vor den Therapien bewusst ein Ziel überlegen, das in der Therapie erreicht werden soll. Dieses Ziel kann aber auch ein blosses Lächeln des Bewohners sein. Manchmal müssen die Ziele aber auch angepasst und korrigiert werden. Wenn man zum Beispiel merkt, dass die erkrankte Person einen schlechten Tag hat. Ich habe Sandra Beutler anschliessend noch zwei persönliche Fragen bezüglich ihrer Erfahrungen gestellt.

Was hast du durch die Zusammenarbeit mit demenzkranken Personen gelernt?

*«Entschleunigen, Ruhe ausstrahlen. Es muss nicht alles immer schnell gehen, man kann und muss sich Zeit lassen. Gerade demenzkranke Menschen brauchen viel Ruhe. Alles benötigt etwas mehr Zeit, das Wort «schnell» gibt es nicht mehr. Ausserdem habe ich gelernt Stille auszuhalten. Viele Demenzkranke mögen Gesellschaft sehr gerne, mögen es aber nicht, wenn man zu viel redet.»*

Gibt es ein Erlebnis auf der Demenzstation das dir besonders positiv in Erinnerung geblieben ist?

*«Ou ja, da gibt es viele. Gerade spontan fällt mir eine Situation ein, in der ich mit einer Bewohnerin, die nicht mehr so fit war, ein Lied hörte. Plötzlich stand sie auf und begann Ballett zu tanzen als wäre sie kerngesund. Ich erfuhr, dass sie früher professionelle Balletttänzerin war. Das wusste ich bis zu diesem Zeitpunkt selbst nicht. Danach war sie aber fix und fertig und sie weinte nur noch. In diesem Moment merkte ich, wie viele Reaktionen unsere Therapien und die Musik in kranken Menschen auslösen kann.»<sup>9</sup>*

---

<sup>9</sup> Interview mit der Aktivierungstherapeutin Sandra Beutler vom 18.02.2024, selbst erstellt

### 5.3 Reflektion

Während diesem Kapitel habe ich mich mit dem 2. Ziel, «Möglichkeiten, um Ressourcen zu erhalten» beschäftigt. Es war sehr interessant mehr Einblicke in die medikamentösen aber auch in die nichtmedikamentösen Möglichkeiten Ressourcen zu erhalten zu bekommen. Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, um demenzkranken Menschen zumindest ein wenig zu helfen.

<sup>10</sup>

Abbildung 7, Aktivierungstherapie

---

<sup>10</sup> [https://www.medi.ch/at/\\_processed\\_/d/3/csm\\_DSC5602\\_ret\\_8faeea3d7c.jpg](https://www.medi.ch/at/_processed_/d/3/csm_DSC5602_ret_8faeea3d7c.jpg) 28.02.2024

## 6 Umgang mit der Demenz

In diesem Kapitel habe ich mir die Frage gestellt, wie wir mit der Demenz umgehen und wie wir damit umgehen sollten. Dafür habe ich unter anderem ein Interview mit einer Pflegefachfrau eines Demenzzentrums gesprochen.

### **Cornelia Hildebrandt**

Am 19.02.2024 habe ich ein Interview mit Cornelia Hildebrandt geführt. Sie arbeitet als Dipl. Pflegefachfrau HF im Demenzzentrum Oberried in Belp.

### 6.1 Interview zum Thema Umgang mit Demenz

#### Das Interview zusammengefasst:

Die Zusammenarbeit mit Menschen mit Demenz bringt sehr viele schöne wie auch unangenehme Dinge mit sich. Man kann sehr viel lernen, wenn man mit demenzkranken Menschen arbeitet. Man muss bloss offen dafür sein. Es gibt keinen globalen Tipp, den man Angehörigen geben könnte. Es gibt aber einige Dinge, die man Angehörigen mitgeben kann. Es ist zum Beispiel besonders wichtig den Erkrankten trotz ihrer Einschränkungen auf Augenhöhe zu begegnen. Sie haben immer noch wichtige und echte Gefühle. Denn die Gefühle werden niemals dement.

Für Angehörige, Pflegenden oder betreuende Personen gibt es viele emotionale Herausforderungen in der Betreuung und Pflege der erkrankten Person. Man darf es nicht persönlich nehmen, wenn die Erkrankten wütend oder traurig sind, auch wenn sie beleidigend werden. Wenn in einer schwierigen Situation kein Zugang zu der dementen Person möglich ist, kann das sehr herausfordernd sein. In vielen Situationen reicht es aber, wenn man eine andere Person zu Hilfe holt, oder etwas später den Zugang noch einmal sucht.

Die Beziehung von Erkrankten und Angehörigen verändert sich nach der Diagnose meistens stark. Gerade ab dem Moment, wenn die Betroffenen ins Altersheim umziehen. Es ist eine laufende Verabschiedung zwischen den Angehörigen und den Erkrankten. Gerade mit der Diagnose «Demenz» kommen oft Gefühle wie Trauer und Wut von beiden Seiten auf.

Die Charaktere der erkrankten Personen verändern sich im Laufe der Krankheit sehr. Nebst dem Verlust der kognitiven Fähigkeiten, werden die Menschen zum Beispiel enthemmter oder auch depressiv. Aufgabe der pflegenden und betreuenden Personen ist es, die Erkrankten vor sich selbst und anderen zu schützen.

Für demente Menschen lauern überall Gefahren, die unbedingt erkannt werden müssen. Demente Menschen können Gegenstände nicht mehr ihrer eigentlichen Verwendung zuordnen. Eine Gabel wird plötzlich zum Kamm oder eine Blume wird zum Nahrungsmittel. Deswegen müssen die Gefahren so gut wie möglich minimiert werden. Aus diesem Grund sind in Demenzstationen meistens alle Schränke etc. abgeschlossen. Auch die ganze Station wird abgeschlossen, damit die Erkrankten nicht weglaufer und sich verirren können. Auf den Demenzstationen hat es meist weniger Pflegefachkräfte als auf anderen Stationen. Dafür hat es aber mehr Personal aus dem Bereich der Betreuung. Auch Cornelia Hildebrandt habe ich noch Fragen bezüglich ihrer eigenen Erfahrungen gestellt:

Wie hat sich Deine Einstellung zur Demenz über die Jahre verändert?

*«Früher habe ich in einer Notaufnahme gearbeitet, wenn wir ein:e Patient:in bekommen haben die dement war, war ich immer etwas gelangweilt und dachte mir «nicht schon wieder». Inzwischen weiss ich aber, dass die Demenz keine Alterserscheinung, sondern eine ernst zu nehmende Krankheit ist. Ich bin ausserdem viel weniger voreingenommen, wenn ich in der Öffentlichkeit Menschen sehe, die wütend oder aufgebracht sind, da ich weiss, dass die Menschen nicht immer etwas für ihre Gefühle können.»*

Hast du eine Erfahrung mit einer demenzkranken Person gemacht, die dir besonders positiv in Erinnerung geblieben ist?

*«Genau so oft wie unangenehmes passiert, passieren auch schöne und lustige Dinge. Eine Begebenheit, die mir spontan einfällt, war eine Dame. Ich habe sie einige Jahre betreut. In diesen Jahren dachte sie immer ich wäre ihre Mutter. Beim «gute Nacht» sagen, nahm die Dame immer mein Gesicht in die Hände und sagte «gute Nacht Mammeli». Das hat mich immer sehr berührt.»*

Was sollte die Gesellschaft deiner Meinung nach über die Demenz wissen?

*«Demenz ist keine Alterserscheinung, sondern eine sehr ernst zu nehmende Krankheit, die tragischerweise auch immer häufiger junge Menschen trifft.»<sup>11</sup>*

## 6.2 Wie sollten Angehörige mit der Demenz umgehen?

Grundsätzlich gibt es kein richtig oder falsch. Jede:r muss für sich und seine erkrankten Angehörigen selbst herausfinden, wie man am besten mit der Krankheit umgehen kann. Es gibt aber einige Dinge die man beachten kann, um die Beziehung zu stärken.

---

<sup>11</sup> Interview mit Cornelia Hildebrandt, 19.02.2024 selbst erstellt

Als erstes ist es wichtig, dass man sich als angehörige Person über die Krankheit informiert. Das hilft den Angehörigen grundsätzlich zu verstehen, was überhaupt passiert. Für pflegende Angehörige ist es wichtig den Tagesablauf zu strukturieren, denn demenzkranke Menschen brauchen sehr viel Struktur in ihrem Alltag. Die alten Gewohnheiten sollten so lange wie möglich beibehalten werden. Wenn die Erkrankten zum Beispiel immer gerne mit Freund:innen spazieren gegangen sind, sollte man versuchen das so lange wie möglich weiter zu führen. Alte Gewohnheiten geben den Erkrankten Vertrautheit und sie fühlen sich Geborgen. Mit Demenzkranken braucht man viel Geduld und Gelassenheit. Demenzkranke handeln in unseren Augen oft unlogisch. In solchen Situationen müssen die Angehörigen ihr Bestes geben, um Ruhe zu bewahren, damit die Situationen nicht eskalieren. Demente Menschen verlieren oft die zeitliche und räumliche Orientierung. Es kann also eine Hilfe für sie sein, wenn man einen grossen Kalender mit dem aktuellen Datum und eine grosse Uhr aufhängt, damit sich die Erkrankten besser orientieren können. Das Langzeitgedächtnis bleibt länger erhalten als das Kurzzeitgedächtnis. Man kann also mit dem Erkrankten über schöne gemeinsame Erinnerungen oder Kindheitserinnerungen sprechen. Das Wichtigste für die Angehörigen ist aber, dass sie sich selbst nicht vergessen. Zeit für sich, Zeit, die die Angehörige allein oder mit Freunden verbringen ist sehr wichtig. Wenn man sich selbst zu sehr vernachlässigt ist es immer schwieriger gelassen und ruhig zu bleiben. Das Zusammenleben wird demzufolge immer wie anstrengender. Als angehörige Person ist es also wichtig sich bewusst Zeit für sich einzuplanen. <sup>12</sup>

### 6.3 Reflektion

In diesem Kapitel war es mein Ziel mich mehr mit dem Thema «Wie sollten Angehörige mit der Demenz Umgehen» zu beschäftigen. Im Interview konnte ich sehr viel über den Umgang mit Demenz lernen. Auch die Angehörigen waren ein wichtiger Teil des Interviews. Als aussenstehende Person ist es manchmal schwierig zu verstehen, wie es sich anfühlt eine kranke Person im nahen Umfeld zu haben. Auch nach der Recherche weiss man das natürlich nicht, aber man hat eine bessere Vorstellung.

---

<sup>12</sup> <https://www.spitexpuls24.ch/entlastung-pflegende-angehoerige/wissen-fuer-pflegende-angehoerige/8-tipps-fuer-pflegende-angehoerige-von-demenzkranken>

02.03.2024 schwach bearbeitet



## 7 Alltag für Betroffene und Angehörige

Im folgenden Kapitel werde ich auf das Leben für Betroffene und Angehörige eingehen. Das Leben verändert sich nach der Diagnose Demenz sehr stark. Betroffene und ihre Angehörigen müssen sich durch die Veränderung in einem neuen Leben und Alltag zurechtfinden. In den meisten Fällen gehört früher oder später auch der Umzug ins Altersheim dazu.

### 7.1 Das Leben zuhause

Die meisten Menschen haben den Wunsch so lange wie möglich zuhause zu leben. Viele Angehörige wie zum Beispiel Ehepartner:innen sind bereit alles zu tun, um ihren Liebsten diesen Wunsch so lange wie möglich zu erfüllen. In der Schweiz werden aktuell rund 50'000 Demenzkranke von ihren Angehörigen zuhause betreut. Um einen möglichst normalen Alltag für Demenzkranke und Angehörige zu ermöglichen, sollte man Hilfe in Anspruch nehmen. In der Schweiz ist zum Beispiel die Spitex eine grosse Hilfe für Betroffene und Angehörige. Diese Pflegeorganisation kann bei allen möglichen alltäglichen Dingen, wie zum Beispiel Körperpflege, Medikamentenabgabe oder Verbandswechsel eine grosse Hilfe sein.<sup>13</sup> Damit sich ein Tagesablauf etablieren kann müssen sich alle Beteiligten aufeinander einspielen. Es braucht natürlich Zeit, bis man den für sich geeignetsten Alltag findet. Alle Betroffenen und Angehörigen haben andere Tricks, um ihren Alltag zu bewältigen. Viel Struktur im Alltag mit Demenzkranken ist sehr wichtig. Ausserdem müssen die Reize minimiert werden. Pflegende Angehörige sind vielfach ständigem Druck ausgesetzt. Dadurch kann sich das Verhältnis zwischen Betroffenen und Angehörigen verschlechtern.

### 7.2 Der Schritt ins Altersheim

Wenn Angehörige oder Betroffene merken, dass das Leben zuhause nicht mehr möglich ist, muss man einen Umzug ins Altersheim in Erwägung ziehen. Dieser Schritt ist für alle Beteiligten sehr schwierig. Er ist aber für Angehörige und Betroffene wichtig, um das gute Verhältnis beider Parteien zu erhalten aber auch die Sicherheit zu gewährleisten. Die Auswahl eines passenden Heimes ist sehr wichtig. Dazu kann man ergänzend das Leitbild des Altersheimes lesen und Gespräche mit Angestellten des Altersheimes führen. Wenn im Leitbild und auf der Homepage nichts über die Demenz zu finden ist, kann das ein Hinweis

---

<sup>13</sup> [https://www.spitexbe.ch/Nonprofit-Spitex/PJaXs/?gad\\_source=1&gclid=CjwKCAiA3JCvBhA8EiwA4kujZhXX3vSrKjKrStZpiyuC32NC-hJgozMfam5DTLksaBBAH403jzwaJRoC-64QAvD\\_BwE](https://www.spitexbe.ch/Nonprofit-Spitex/PJaXs/?gad_source=1&gclid=CjwKCAiA3JCvBhA8EiwA4kujZhXX3vSrKjKrStZpiyuC32NC-hJgozMfam5DTLksaBBAH403jzwaJRoC-64QAvD_BwE)

03.03.2024

sein, dass dieses Heim ungeeignet ist. Für Betroffene, die besonders viel Aufmerksamkeit brauchen ist es sehr schwierig ein Heim zu finden das bereit ist, diese Personen aufzunehmen. Deswegen ist es wichtig, sich frühzeitig um einen geeigneten Platz zu kümmern. Besonders für Erkrankte, die zu Diebstählen oder auch Übergriffen neigen. Wenn man bemerkt, dass sich der/ die Betroffene im Heim nicht wohl fühlt, sollte man versuchen herauszufinden, warum sich die Betroffenen nicht wohl fühlen. Wenn den Erkrankten zum Beispiel ein für sie wichtiger Aussenbereich fehlt, muss man über einen Heimwechsel nachdenken. Dies ist für alle Beteiligten sehr anstrengend und kräftezerrend. Trotzdem ist es wichtig, dass sich die erkrankte Person im Altersheim so wohl wie möglich fühlen kann. Die Eingewöhnung im Altersheim dauert nicht nur ein paar Tage, sondern sehr lange, circa 3-6 Monate. Alle Beteiligten brauchen ihre Zeit, um sich an den neuen Lebensabschnitt zu gewöhnen. Die Betroffenen werden 24/7 von Betreuern und anderen Bewohnern unterhalten und betreut. Aus diesem Grund leiden in vielen Fällen die Angehörigen mehr am Umzug als die Betroffenen selbst. Der Menschenkontakt hilft den Betroffenen sehr. Es ist gut für sie, dass sich Pfleger:innen mit viel Geduld um sie kümmern. Nach dem Umzug haben die pflegenden Angehörigen das erste Mal seit langer Zeit wieder die Chance zu leben, wie sie möchten. Sie haben nun Zeit Dinge zu unternehmen die ihnen Freude bereiten. Diese Zeit hatten sie meistens zuvor sehr lang nicht mehr. Insgesamt ist es also eine Win Win Situation für Angehörige wie auch Erkrankte.<sup>14</sup>

### 7.3 Das Leben im Altersheim

Im Demenzzentrum oder im Altersheim wird etwas anders mit Demenzerkrankten umgegangen als mit andern Senior:innen. Die Station und teilweise sogar einzelne Schränke müssen abgeschlossen werden, um die Betroffenen vor sich selbst und Anderen zu schützen. Wäre die Station nicht abgeschlossen, könnten die Erkrankten die Station verlassen und sich im Altersheim verirren, oder sie würden das Altersheim sogar verlassen und sich ausserhalb verirren. Ausserdem würden ausserhalb des Altersheimes sehr viele Gefahren auf sie lauern, denn die Erkrankten wissen zum Beispiel nicht mehr, wie man sich im Verkehr verhält. Die Schränke müssen abgeschlossen werden, weil Erkrankte manchmal Gegenstände nicht mehr richtig zuordnen können. Messer, Pflanzen oder auch Buntstifte können also zu Gefahren werden. Eine weitere Gefahr für Erkrankte ist, dass sie vor allem in der zweiten Phase der

---

<sup>14</sup> <https://www.srf.ch/play/tv/puls/video/demenz-angehoerige-am-limit--wann-ist-das-heim-die-loesung?urn=urn:srf:video:d1f71147-70c2-4941-a314-9cc99966abde>  
03.03.2024, sehr stark bearbeitet

Demenz alles Mögliche und Unmögliches in den Mund nehmen wollen. Diese Dinge können unter anderem aber giftig sein oder auch Erstickengefahren beinhalten. Aus diesem Grund eignen sich auf der Demenzstation künstliche Pflanzen besser als echte.

Die Demenzstationen brauchen insgesamt weniger Pflegepersonal als die anderen Stationen. Dafür hat es aber auf der Demenzstation mehr Personal, das für die Betreuung zuständig ist.

15

#### 7.4 Reflektion

Ich habe mich in diesem Kapitel mit zwei Zielen beschäftigt, mit den Zielen 3 und 4. Die Ziele waren mehr über das Leben im Altersheim und den Alltag mit Demenz zu erfahren. Ich habe gelernt, dass der Schritt ins Altersheim für alle Beteiligten sehr schwierig ist. Es ist aber ein wichtiger Schritt für alle. Er kann aber gegebenenfalls auch eine sehr grosse Erleichterung für Angehörige und Erkrankte darstellen.

16



Abbildung 8, Skizze einer Familie

---

<sup>15</sup> Interview mit Sandra Beutler 18.02.2024 & Interview mit Cornelia Hildebrandt 19.02.2024

<sup>16</sup> <https://www.istockphoto.com/de/vektor/gro%C3%9Fe-familie-mit-kindern-eltern-und-gro%C3%9Feltern-beziehung-mutter-vater-kinder-gm902905036-249036479>

05.03.2024

## 8 Erfahrungsbericht

Am 04. Januar 2024 durfte ich im Tertianum Viktoria in Bern einen Nachmittag lang eine Aktivierungstherapeutin auf der Demenzstation begleiten. Dabei konnte ich einen Einblick in die Arbeit mit demenzkranken Menschen bekommen. Ich wollte herausfinden wie eine Therapiestunde abläuft, wie demenzkranke Menschen auf mich wirken und wie ich mich dabei fühle.

Als ich gegen 13.00 Uhr ins Büro der Aktivierungstherapie kam, wurde ich freundlich begrüsst. Auf mich wirkten die Therapeutinnen alle sehr herzlich. Man fühlte sich direkt wohl. Zu Beginn haben wir den Therapieraum für eine Gruppenstunde vorbereitet. Es war eine Gymnastiklektion von circa 30 Min. Nach dem Vorbereiten sind wir auf die Stationen gegangen um die Bewohner:innen abzuholen. Nicht alle der Teilnehmer:innen der Therapiestunde waren an Demenz erkrankt, aber ein grosser Teil davon. Die einen Bewohner:innen waren im Rollstuhl, andere Leute brauchten Hilfe beim Gehen und wieder andere Teilnehmer:innen waren noch sehr gut zu Fuss unterwegs.

Als die Gruppe vollzählig war, haben sich die Teilnehmenden in einen Kreis auf Stühlen gesetzt. Das Ziel der Stunde war, dass sich alle Personen etwas bewegen. Zu Beginn haben wir einander einen Luftballon zugeworfen. Die Aktivierungstherapeutin hat mir dann erzählt, dass sie das immer zu Beginn der Gymnastikstunde machen. Es hilft den Erkrankten enorm, wenn sie eine Routine während der Therapie haben. Anschliessend hat die Aktivierungstherapeutin ein buntes grosses Tuch und viele kleine und grosse Bälle hervorgeholt. Alle haben sich an einem Teil des bunten Tuches festgehalten. Wir haben versucht den Ball auf dem Tuch zu halten, ohne dass er auf den Boden fällt. Die Menschen hatten Demenz in sehr unterschiedlichen Stadien. Den einen hätte ich gar nicht angemerkt, dass sie dement sind, während andere bereits die Fähigkeit zu Sprechen und sich frei zu bewegen verloren hatten. Ein Mann ist mir besonders aufgefallen. Er sass im Rollstuhl, konnte sich kaum noch bewegen und nicht mehr sprechen. Er wirkte auf mich während der ganzen Therapie sehr abwesend. Trotzdem hatte ich am Ende der Therapie den Eindruck, dass er etwas entspannter als zu Beginn der Therapie war. Während der gesamten Therapie wurde sehr viel gelacht, was mich positiv überrascht hat. Ich hätte eher eine ruhige oder sogar traurige Stimmung erwartet.

Nach der Therapie haben wir den Therapieraum wieder aufgeräumt und sind anschliessend noch auf die Demenzstation gegangen. Gemeinsam mit einer Betroffenen haben wir ein Zvieri vorbereitet und legten Kekse, Kuchen und Früchte auf ein Tablar. Als ich der

Bewohnerin die Servietten gegeben hatte, habe ich erwartet, dass sie diese neben das Essen legen würde. Die Dame legte sie aber zu meinem Erstaunen alle einzeln auf das Essen gelegt. Die Aktivierungstherapeutin erklärte mir dann, dass das normal sei und man es so sein lassen könnte. Danach haben wir den Bewohnern Kaffee und Tee zum Tisch gebracht. Nach dem Essen haben die meisten Teilnehmer:innen den Tisch wieder verlassen und sind auf ihre Zimmer oder zu den Couches gegangen. Zwei Frauen sind am Tisch geblieben. Beide sassen im Rollstuhl und konnten sich nicht mehr gross bewegen oder sprechen. Doch die beiden Frauen hatten einen grossen Altersunterschied. Während die eine sehr alt war, war die andere noch sehr jung. Ihr genaues alter kenne ich nicht, aber ich weiss, dass die jüngere Frau noch unter 60 Jahre alt war. Der Gedanke, dass man unter 60 Lebensjahren eine so weit fortgeschrittene Demenz haben kann, hat mich sehr nachdenklich gestimmt.

Wir haben uns zu den beiden Frauen gesetzt. Ich war im ersten Moment etwas überfordert mit der Situation, da ich nicht wusste was ich machen oder sagen soll. Wir haben der älteren Frau dann ein Kuscheltier aus ihrem Zimmer geholt, da sie ihre Hände unruhig bewegte. Die Aktivierungstherapeutin hat der jüngeren Frau dann ein Lied vorgesummt, da sie früher wohl sehr gerne Musik gehört und gesungen hatte.

Ich bin sehr dankbar, dass ich diesen Einblick bekommen durfte, um mir mal ein konkretes Bild machen zu können, wie die Demenz überhaupt aussieht. Besonders schön fand ich, wie gelassen viele der Demenzpatient:innen sind. Der Tag hat mich auf positive wie auch negative Weise sehr mitgenommen. Das Ganze hat mir zum Teil ein beklemmendes Gefühl gegeben da ich weiss, dass das auch mich oder meine Liebsten treffen könnte. Trotzdem hat das Positive für mich klar überwogen. Ich bin froh, dass es Orte für Demenzkranke gibt, wo sie mit viel Geduld und Ruhe behandelt werden. Wenn eine:r der Bewohner:innen lachte oder fröhlich war, hat mich das auch direkt zum Schmunzeln gebracht.

17



Abbildung 9, Tertianum Viktoria

---

<sup>17</sup> <https://www.tertianum.ch/hubfs/Website/Haeuser/Tertianum-Viktoria/Tertianum-Viktoria-Gebaeude.webp>  
03.03.2024

## 8.1 Reflektion

Es war für mich ein sehr lehrreicher und interessanter. Ich habe mich mit dem 6. Ziel, wie gehe ich mit der Demenz um, beschäftigt. Noch immer finde ich den Beruf der Aktivierungstherapeuten und die Arbeit mit Demenzkranken super interessant. Auch wenn ich nur einige Stunden da war, konnte ich mir ein gutes Bild über die Demenz im Altersheim verschaffen. Ich bin sehr dankbar, dass ich diese Erfahrung machen durfte.

18



Abbildung 10, junge und alte Hände

---

<sup>18</sup> [https://www.rbb-online.de/content/dam/rbb/rbb/fernsehen/rbb\\_praxis\\_bilder/2018/11/28/Palliativ.jpg.jpg/size=966x543.webp](https://www.rbb-online.de/content/dam/rbb/rbb/fernsehen/rbb_praxis_bilder/2018/11/28/Palliativ.jpg.jpg/size=966x543.webp)  
05.03.2024

## 9 Umfrage

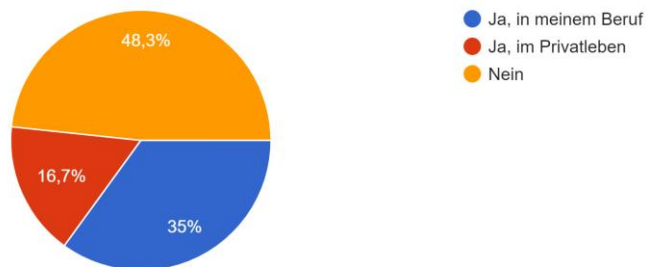
Zum Schluss meiner Arbeit wollte ich mit einer kurzen Umfrage herausfinden, wie mein Umfeld die Demenz wahrnimmt. Dafür habe ich auf Google Forms eine Umfrage erstellt und diese auf WhatsApp mit Freund:innen und Familie geteilt.

### 9.1 Umfrage Resultate

Gut 63% der Teilnehmenden waren weiblich, die restlichen 37% der Teilnehmer waren männlich. Die Teilnehmenden waren 16-70 Jahre alt, die meisten waren aber zwischen 16 und 20 Jahre alt.

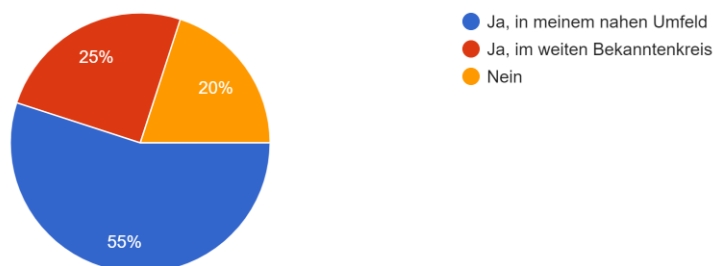
Haben Sie in Ihrem Alltag Berührungspunkte mit der Demenz?

60 Antworten



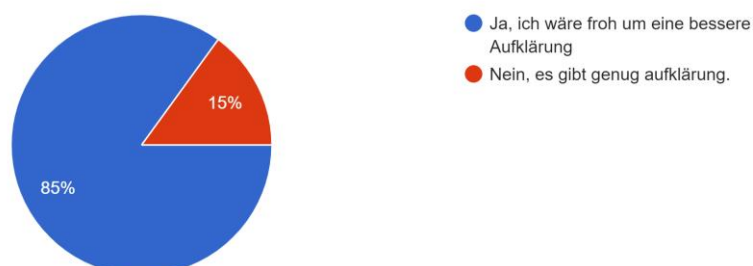
Kennen oder kannten Sie eine Person, die an Demenz erkrankt ist?

60 Antworten



Denken Sie es sollte mehr über Demenz aufgeklärt werden?

60 Antworten

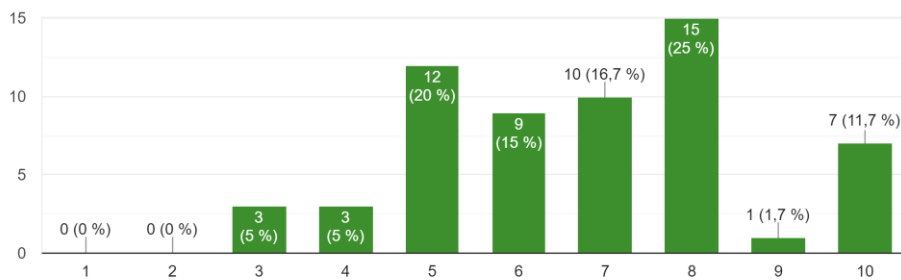


1= Gar nicht

2= Sehr stark

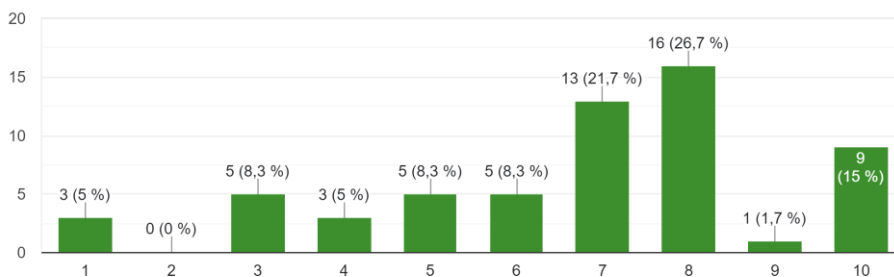
Interessieren Sie sich für das Thema Demenz?

60 Antworten



Haben Sie Angst davor das Sie oder jemand aus Ihrem Umkreis an Demenz erkranken könnte?

60 Antworten



Als letzte Frage habe ich gefragt «Wie gehen Sie mit der Demenz um?». Ich habe diese Frage bewusst sehr offen gestellt um den Teilnehmenden die Möglichkeit zu geben ihre Gedanken mit mir zu teilen.

Einige haben erzählt das Beispielsweise, ihre Grosserltern an Demenz erkrankt oder sogar verstorben sind. Andere Teilnehmer:innen haben erzählt das sie dem Thema bewusst aus dem Weg gehen, da es ein Thema ist das ihnen Sorgen bereitet. Einige sagten aber auch, dass es sie nicht interessiert und es ihnen dewegen «egal» ist. Wieder andre sageten auch, dass sie dem Thama gegenüber sehr Offen sind. <sup>19</sup>

## 9.2 Auswertung

Insgesamt haben etwa 60 Menschen verschiedenen alters an meiner Umfrage über die Demenz teilgenommen. Ich habe festgestellt, dass die Demenz sehr unterschiedlich wahrgenommen wird. Einige haben sehr viel mit dem Thema zu tun und es beschäftigt sie in ihrem Alltag. Andre haben nichts mit der Demenz zu tun und wollen es teilweise auch nicht. Es gibt viele die Angst haben das sie oder ihre liebsten eines Tages an Demenz erkranken könnten, andere haben diese Angst nicht. 85% sagten, dass sie froh wären, wenn man mehr über die Demenz erfahren würde. Ich denke, um in der Öffentlichkeit mehr aufzuklären

<sup>19</sup> <https://docs.google.com/forms/d/1fqPmzjOi4X5rWz6br0-oRxRG-6l9N9g7u-GCLzH-gNs/edit#responses>  
Umfrage selbst erstellt, 12.02.2024



könnten vor allem Fernsehbeiträge oder Zeitungsartikel helfen. Ich habe den Eindruck, jeder kennt die Demenz und weiss, dass Erkrankte vergesslich werden, aber nicht viele verstehen, was wirklich alles zur Demenz gehört und was im Menschen mit Demenz genau passiert. Die Demenz ist aber auch ein grosses und kompliziertes Thema. Ich war überrascht, dass so viele sagten, ihr Interesse an der Demenz liege bei 8/10. Ich habe erwartet, dass Interesse läge eher bei 4/10.

### 9.3 Reflektion

Das Thema Demenz macht vielen Angst oder bereitet ihnen Sorge. Ich kann also gut nachvollziehen wieso sich einige nicht mit dem Thema beschäftigen möchten. Trotzdem finde ich es (wie auch die Mehrheit der Teilnehmer:innen) wichtig, dass es eine bessere öffentliche Aufklärung gibt, vor allem auf den Umgang mit Demenz bezogen. Es war sehr interessant zu verfolgen wie die Teilnehmer:innen die Umfrage ausfüllten. Ich bin noch einmal auf das Ziel «Umgang mit der Demenz» eingegangen. Diesmal aber aus einer anderen Perspektive.

## 10 Schlusswort

### 10.1 Lerntechnisch

Ich fand die Arbeit sehr interessant. Schon lange wollte ich mehr über die Demenz erfahren, durch die Arbeit hatte ich die Möglichkeit, mich in dem Thema zu vertiefen.

Mir hat die Arbeit die meiste Zeit sehr gut gefallen. Erst gegen Schluss der Arbeit bekam ich etwas Zeitdruck. Ich bin sehr dankbar, dass ich so viel über die Demenz erfahren durfte.

Insgesamt habe ich ein gutes Bauchgefühl mit meinem Ergebnis. Ich habe mir sehr viel Zeit für die Recherche genommen und weiss jetzt viel mehr über die Krankheit Demenz als zuvor.

Für eine nächste Arbeit würde ich mir vornehmen die Zeit von Anfang an effektiver und effizienter zu nutzen.

### 10.2 Methodisch

Besonders interessant fand ich die beiden Interviews. Es war spannend

Hintergrundinformationen zu erhalten, die man so im Internet nicht einfach hätte finden können.

Die Umfrage hatte ich nicht geplant, ich habe mich spontan entschieden noch eine Umfrage zu erstellen. Aus der Umfrage konnte ich nicht so viele Informationen ziehen wie aus den Interviews. Trotzdem war es interessant die Diagramme zu analysieren und die Antworten zu lesen.

Am meisten habe ich aber durch meine Recherchen im Internet herausgefunden. Ich konnte viele verschiedene, hilfreiche Quellen finden.

Ich würde mich auf jeden Fall wieder für das Thema Demenz entscheiden. Auch die Einzelarbeit war für mich eine gute Entscheidung, da ich so die Arbeit nach meinen Vorstellungen umsetzen konnte.

### 10.3 Inhaltliches Schlusswort

Mein wichtigstes Ziel für meine VA war herauszufinden, was die Demenz überhaupt ist. Ich wollte verstehen was im Menschen passiert, wenn er an Demenz erkrankt und wie sich die Demenz äussert. Ich denke, ich habe das Wichtigste der Demenz sehr gut verstanden.

Natürlich ist die Demenz noch viel komplexer, ich habe mich aber entschieden, nur das Wichtigste zu vertiefen, um es wirklich verstehen zu können.

Die Demenz wird in zwei Gruppen unterteilt, primäre und sekundäre Demenz. Die primäre Demenz hat eine natürliche Ursache und die sekundäre Demenz entsteht durch äussere Einflüsse. Die primäre Demenz wird noch einmal in zwei Gruppen unterteilt, die vaskuläre

Demenz und die neurodegenerative Demenz. Die vaskuläre Demenz entsteht durch Durchblutungsstörungen im Gehirn. Die neurodegenerative Demenz entsteht durch das Absterben von Nervenzellen im Gehirn.

Mir war es ein grosses Anliegen zu erfahren, wie man mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind, umgehen sollte. Ich habe dabei gelernt, dass es wichtig ist die Erkrankten in ihrer Welt abzuholen und sie dort zu unterstützen. Man sollte sie so wenig wie möglich korrigieren und berichtigen.

In der Zukunft werde ich durch mein Praktikum im Altersheim bestimmt noch viel mehr über die Demenz erfahren. Ich freue mich schon sehr noch mehr Einblicke zu bekommen.

Die Demenz ist ein sehr grosses und vielseitiges Thema. Deswegen bin ich bewusst nicht auf Themen wie zum Beispiel Forschung eingegangen. In der Zukunft werde ich aber hoffentlich noch viel mehr über die anderen Aspekte der Demenz erfahren.

## 11 Schlusserklärung

Hiermit versichere ich, dass die vorliegende Arbeit selbständig angefertigt wurde. Alle Quellen und beanspruchte Hilfeleistungen, welche den Inhalt der Arbeit beeinflussen, sind am Ende eines Kapitels deklariert. Ich bin mir bewusst, dass der Einsatz von KI-Schreibwerkzeugen keine Garantie für die Qualität von Inhalten und Texten darstellt.

Tanja Schulthess

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'T. Schulthess', written over the printed name.

## 12 Anhang

## 12.1 Lernjournal

KW/ Datum	Zeit	Tätigkeit	Arbeitsort	Reflektion	Nächste Schritte
3 15.01.2024	1h	Ziele formulieren, Mindemap erstellen und Themensuche	GIBB	Heute konnte ich sehr konzentriert arbeiten und habe alle meine Ziele für heute erreicht.	Die Ziele Fertig Formulieren und mit der Grobplanung beginnen.
4 22.01.2024	1.5h	Am Prozesspapier weiterarbeiten	GIBB	Da ich kurz etwas Technische Probleme hatte, konnte ich nicht weiterarbeiten und habe etwas Zeit verloren.	Die Grobplanung fertig machen und das erste Meilensteingespräch führen.
5 29.01.2024	3.5h	Ich habe mit der Recherche zum Thema was ist Demenz begonnen.	GIBB	Es ist ein sehr komplexes Thema und manchmal ist es schwierig alles zu verstehen, ich konnte mir aber jetzt alles verständlich aufschreiben.	Das Meilensteingespräch führen.
5 31.01.2024	0.5h	1. Meilensteingespräch	Teams	Das Meilensteingespräch war sehr hilfreich, ich konnte viel mitnehmen, zb. dass ich einen Erfahrungsbericht schreiben kann.	Interview Fragen aufschreiben
6 05.02.2024	1.5h	Ich habe heute das Interview Fragen für beide Interviews zusammengestellt.	GIBB	Ich hatte eine kleine Blockade und hatte nicht besonders gute Ideen für fragen.	Fragen Fertigstellen, Umfrage machen.
7 12.02.2024	3	Heute habe ich eine Umfrage erstellt und die Interview Fragen fertig gestellt. Ausserdem habe ich etwas mit der Einleitung begonnen.	GIBB	Heute konnte ich gut Arbeiten. Ich habe mir Hilfe von Chat GPT geholt, um Inspiration für die Fragen zu bekommen.	Die Interviews führen.
7 16.02.2024	1	Ich habe das Interview mit einer Aktivierungstherapeutin geführt.	Altersheim Viktoria	Das Interview ist sehr gut gelaufen, es war sehr interessant.	Das zweite Interview führen
7 17.02.2024	1	Das Interview mit einer Pflegefachfrau	Zuhause	Ich konnte sehr viel über die Demenz lernen auch im vor-/ und nach Gespräch.	Die Einleitung schreiben.
8 19.02.2024	3	Ich habe die Einleitung geschrieben und das Dokument meiner VA so für mich vorbereitet das ich jetzt mit dem Hauptteil beginnen kann.	Zuhause	Ich habe bemerkt das ich zuhause viel besser Arbeiten kann. Ich bin heute sehr weit gekommen und konnte mich sehr gut konzentrieren.	Mit dem Hauptteil anfangen und erklären, was die Demenz ist.

26.02.2024	3	Die ersten 15min habe ich mein Prüfungsgespräch. Anschliessend habe ich den Text zum Thema was ist Demenz verfasst.	GIBB	Beim Prüfungsgespräch habe ich ein gutes Gefühl, ich denke das ist gut gelungen. Mit meinem Text bin ich zufrieden, ich denke ich habe die Demenz gut erklären können.	
27.02.2024	2	Heute habe ich die medikamentösen Therapieformen recherchiert und den Beginn des Textes geschrieben. Anschliessend habe ich mit Sophie Schmutz und Lara Nyffeler über Facetime das Meilensteingespräch 3 geführt.	Zuhause	Es war schwierig Quellen zu finden die verständlich erklären welche Medikamente es gibt. Das Meilensteingespräch war sehr interessant. Es war spannend zu erfahren, wie weit sie bereits mit ihrer VA sind.	Als nächstes werde ich den Text zu den Therapieformen fertig schreiben und dafür das Interview mit Sandra Beutler zusammenfassen.
28.02.2024	2.5	Die Zeit heute habe ich genutzt, um meinen Text zu den Therapieformen fertig zu schreiben, dafür habe ich das Interview mit Sandra Beutler zusammengefasst.	Zuhause	Das zusammenfassen dauerte etwas länger als ich erwartet habe. Vieles hatte ich aber auch noch im Kopf vom Interview Tag.	Ich werde recherchieren, um mehr über den Umgang mit Demenz zu erfahren.
29.03.2024	1	Ich habe im Internet nach Tipps gesucht, wie man am besten mit Demenzkrankenmenschen umgehen kann.	Zuhause	Obwohl ich nicht viel Zeit hatte, bin ich mit meiner Recherche sehr weit gekommen.	Im nächsten Schritt werde ich den Text zum Umgang mit Demenz verfassen.
02.03.2024	5.5	Zuerst habe ich den Text zum Umgang mit Demenz verfasst. Dafür habe ich die Recherche Ergebnisse und das Interview mit Cornelia Hildebrandt zusammengefasst. Anschliessend habe ich noch eine SRF Dokumentation für den Text Alltag für Betroffene und Angehörige angesehen.	Zuhause	Ich konnte heute sehr produktiv an meiner Vertiefungsarbeit arbeiten und habe meine Ziele für den Tag erreichen können.	Als nächstes werde ich den Text zum Thema Alltag für Betroffene und Angehörige schreiben.
04.03.2024	3	Ich habe den Text «Alltag für Betroffene und Angehörige» geschrieben.	GIBB Zuhause	In der Schule bin ich mit diesem Text nicht fertig geworden, deswegen habe ich ihn am Abend zuhause fertig geschrieben.	Das nächste Mal werde ich den Erfahrungsbericht verfassen.

05.03.2024	2.5	Heute habe ich den Erfahrungsbericht meines «Schnuppernachmittags» geschrieben.	Zuhause	Ich konnte Heute gut Arbeiten, manchmal war es bloss etwas schwierig mich zu erinnern, da das Schnuppern bereits im Januar war.	Morgen werde ich noch den das Schlusswort schreiben.
06.03.2024	1	Ich habe noch das Schlusswort für meine VA geschrieben.	Zuhause	Ich fand die Erklärung in der VA-Vorlage etwas schwierig zu verstehen.	Meine Mutter wird meine Arbeit lesen und auf Rechtschreibung kontrollieren.
08.03.2024	4	Heute habe ich die VA mit Hilfe der Korrekturen meiner Mutter überarbeitet. Sie hat mir Verbesserungsvorschläge gegeben und mich auf Rechtschreibefehler hingewiesen.	Zuhause	Da ich etwas Mühe mit der Rechtschreibung habe, haben die Korrekturen sehr viel Zeit in Anspruch genommen. Ich hatte aber an diesem Freitag frei und somit genügend Zeit.	In der Schule werde ich noch einmal alles durchlesen und noch letzte Korrekturen vornehmen.
11.03.2024	3	Ich habe spontan noch meine Umfrage ausgewertet und in meine VA eingefügt.	GIBB	Ich bin mir noch etwas unsicher wie zufrieden ich mit meiner Erarbeitung der Umfrage bin. Ich werde noch meine Familie Fragen, was sie davon halten.	Als nächstes werde ich alles zusammenfügen und noch einmal lesen.
13.03.2024	1	Jetzt habe ich noch alles zusammengefügt und noch einmal gelesen.	Zuhause	Langsam werde ich etwas nervös und habe Angst das mein Resultat nicht gut genug wird.	Am Freitag werde ich meine VA zur Papeterie zum Drucken und Binden bringen.
15.03.2024	1	Ich werde meine VA in die Papeterie Bürki in Belp bringen, um die drucken und binden zu lassen.	Papeterie Bürki, Belp		

**Zeitaufwand Total: 72.5 Stunden**

## 12.2 Grobplanung

Kalender- woche	Arbeitsschritte Verantwortlichkeit	Besonderes
02	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interviewtermine vereinbaren</li> <li>• Grundlayout des Dossiers erstellen</li> <li>• Grobplanung erstellen</li> <li>•</li> </ul>	
03	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsjournalraster erstellen</li> <li>• Zielformulierungen fixieren</li> <li>• Zielformulierungen in Dossier einfügen.</li> <li>•</li> </ul>	
04 22.01.24	VA Tag 1	
	Mit der Recherche beginnen und mir ein Überblick des Themas machen.	
05 29.01.24	VA Tag 2	
	Fragen für das Interview aufschreiben und einen Termin ausmachen.	-31.01.2024 → Meilensteingespräch 1
06 05.02.24	VA Tag 3	
	Mit der Recherche beginnen Interview fragen aufschreiben.	
07 12.02.24	VA Tag 4	
	Recherchieren (17.01) Interview führen und Abtippen	-Meilensteingespräch 2
08 19.02.24	VA Tag 5	
	Zweites Interview führen und abtippen Recherche	
09 26.02.24	VA Tag 6	
	Erfahrungsbericht verfassen Recherche	-Prüfungsgespräch und Meilensteingespräch 4 -27.02.2024 → Meilensteingespräch 3
10 04.03.24	VA Tag 7	
	Alle Texte fertig	
11 11.03.24	VA Tag 8	
	Ausdrucken und binden Alles zusammenfügen Letzte Korrekturen	
12 18.03.24	<b>Abgabe der VA: Elektronisch und gebunden/unterschrieben</b>	
13 25.03.23	Vorbereitung VA-Präsentation	
14 - 16	Frühlingsferien	
17 22.04.24	Vorbereitung VA-Präsentation	
18	<b>VA-Präsentationen</b>	



### 12.3 Interview Fragen

- ➔ Mit beiden Interview Partnerinnen bin ich per «Du», deswegen habe ich sie in meiner Arbeit geduzt.

#### Interview Fragen Sandra Beutler

1. Was ist wichtig beim Umgang mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind?
2. Welche Besonderheiten gibt es auf Demenzstationen im Altersheim?
3. Welche Schwierigkeiten gibt es bei der Zusammenarbeit mit Demenzkranken?
4. Gibt es Unterschiede bei den Therapien mit Demenzkranken und anderen Senior\*innen?
5. Gibt es einen Moment mit einer Demenzkrankenperson, der dir besonders positiv in Erinnerung geblieben ist?
6. Was hast du durch die Zusammenarbeit mit Demenzkranken gelernt?
7. Wie kann man die Ressourcen von Demenzkranken erhalten/fördern?
8. Was ist dein wichtigstes Ziel in den Therapiestunden mit Demenzkranken?
9. Welche Therapien machst du am häufigsten?

#### Interview Fragen Cornelia Hildebrandt

1. Was würdest du Angehörigen beim Erhalt der Diagnose raten?
2. Was hast du durch die Zusammenarbeit mit Demenzkranken gelernt?
3. Wie gehst du mit den emotionalen Herausforderungen um, die sich durch die Arbeit mit Demenzpatient\*innen ergeben?
4. Wie verändert sich die Beziehung zwischen Angehörigen und Betroffenen?
5. Was sind für dich die grössten Herausforderungen bei der Zusammenarbeit mit Demenzpatient:innen?
6. Verändert sich die erkrankte Person im Charakter und wie kann man damit umgehen?
7. Gibt es eine Erinnerung mit einer Demenzkrankenperson, die dir besonders positiv in Erinnerung geblieben ist.
8. Hat sich deine Einstellung zur Demenz in dieser Zeit verändert?