

Wohnen mit Demenz

Kurzinformation

Bei an Demenz erkrankten Menschen muss die Anpassung des Wohnbereiches im Einzelfall immer auf das Krankheitsbild und das Stadium der Krankheit abgestimmt und ggf. später modifiziert werden. Grundsätzlich sollte eine Umgestaltung nur in kleinen Schritten erfolgen und die Reaktion des Betroffenen beobachtet werden. Insbesondere bei Sicherungsmaßnahmen ist immer zwischen der Notwendigkeit auf Grund von Selbst- und/oder Fremdgefährdung und dem Selbstbestimmungsrecht des Erkrankten abzuwägen. Die gleiche Maßnahme kann bei der einen Person richtig und bei einem anderen Menschen völlig falsch sein. Es ist unerlässlich die Gewohnheiten und die Biographie des Menschen mit einzubeziehen!

<p>Allgemeine Tipps zur Sicherheit</p>	<ul style="list-style-type: none">• aktuelles Foto vom Erkrankten vorliegen haben (bei Weglauftendenzen)• SOS Kettchen o.a. Identifikationsmöglichkeiten (in Kleidung, Taschen)• von wichtigen Dokumenten Duplikate anlegen (Ausweispapiere etc.)• Ersatz von Sehhilfen und Schlüsseln• Reinigungsmittel und Chemikalien wegschließen (Rasierwasser, Nagellackentferner)• Medikamente nur bedingt zugänglich machen (z.B. Tagesdosis)• giftige Pflanzen im Haus und Garten beseitigen• sicherheitskritische Geräte entfernen/wegschließen (Werkzeuge, scharfe Messer, Gartengeräte)• Sicherungen an den Steckdosen montieren• Mülleimer vor dem Ausleeren kontrollieren• Sicherungen an den Fenstern• Glastüren sichtbar machen (Aufkleber)• Sturznotruf• Zugang zur Gasheizung verhindern (der Gashahn kann z.B. in einem abschließbaren Kasten eingebaut werden)• Rauchmelder (evtl. in Kombination mit einem Hausnotrufgerät) Insbes. bei Rauchern zu beachten:<ul style="list-style-type: none">• möglichst nur draußen rauchen, nicht alleine rauchen• Mülleimer aus Metall• schwer entflammbare Bettwäsche, Gardinen etc.
--	---

Allgemeine Tipps zur Orientierung	<ul style="list-style-type: none"> • Vereinfachung des Wohnumfeldes (Teppiche herausnehmen, Reduzierung der Möbel, keine Mustertapeten) • verschiedene Bodenbeläge (leichtere Identifizierung der Raumfunktion) • Wohnung mit Orientierungspunkten ausstatten (z.B. Stuhl am Küchentisch, Zeitung immer an gleiche Stelle legen) • Schilder mit Symbolen, Fotos oder Schrift an Türen und Schränken anbringen • Schränke offen lassen, nicht notwendige Türen aushängen • Merkhilfen bereitstellen (z.B. Notiztafel, Kalender mit Abreißblättern, Fotos mit Namen versehen) • Uhren mit großem Zifferblatt und arabischen Zahlen verwenden • Kleidung in richtiger Reihenfolge hinlegen • gleiche Artikel einkaufen (Shampoo, Seife, Socken etc. ...) • alles was dem Erkranktem gehört/benutzt in der selben Farbe bereitstellen (Handtuch, Kamm, Zahnbürste, Tasse...)
Tipps zur Lichtgestaltung	<ul style="list-style-type: none"> • sorgen Sie überall in der Wohnung für helles Licht und vermeiden Sie Schattenbildung (erleichtert die Orientierung, verringert Ängste und kann ggf. Unsicherheit vermindern) • Nachtlicht installieren • Licht über Bewegungsmelder einschalten (nachts) • dunkle Flächen können als Löcher interpretiert werden • Licht darf nicht blenden • matte Oberflächen verwenden
Tipps zur Beschäftigung und zum Wohlbefinden	<ul style="list-style-type: none"> • beruhigende bzw. vertraute Musik anbieten • auf frühere Wohngewohnheiten achten (Ordnungssystem beibehalten) • biographiebezogene Beschäftigungen anbieten (z.B. faltet gerne Wäsche, bastelt Modellschiffe) • persönliche Erinnerungsstücke zugänglich machen (z.B. alte Fotos, Nähkorb, Handwerkskiste ohne gefährliche Geräte) • Wanderpfade schaffen, für genügend Lauf- und Bewegungsmöglichkeiten sorgen • Beschäftigungsecken einrichten, Kram-Kisten (Dinge stapeln, sortieren) • Fensterplatz einrichten, der z.B. den Blick auf eine belebte Strasse freigibt • Fernsehen kann zu Unruhe führen und eine Überforderung darstellen • Chaos und Lärm vermeiden
bei Weglauftendenzen	<ul style="list-style-type: none"> • sichere Außenbereiche schaffen, die gut zugänglich sind und Anreize zur Beschäftigung bieten (z.B. Hochbeete) • Einbau von Bewegungsmatten (reagieren auf Kontakt und geben akustisch Meldung) • Bewegungsmelder (sobald eine Bewegung vor der Tür registriert wird, gibt das Gerät in Form eines Tones Meldung)

bei Weglauftendenzen	<ul style="list-style-type: none"> • Chip im Schuh (kann auf bestimmten Radius eingestellt werden und gibt Signal, wenn dieser verlassen wird) • Klangspiel an der Tür anbringen (läutet wenn der Raum verlassen wird) • Türen in die Umgebung einbinden (mit gleicher Tapete verkleiden oder Vorhang vor die Tür hängen) • Eingangstür dunkel gestalten (Leuchten vor Türen abmontieren) • Beachten, wie der Erkrankte reagiert, wenn er keinen Ausgang mehr finden. Evtl. versuchen sie dann die Wohnung durch ein Fenster zu verlassen
----------------------	--

Rundgang durch die Wohnung

Eingangsbereich	<ul style="list-style-type: none"> • Universalschloss in der Eingangstür einbauen (Tür kann in kritischen Situationen auch von außen geöffnet werden, wenn von innen der Schlüssel steckt)
-----------------	---

Flur	<ul style="list-style-type: none"> • Flure von überflüssigen Möbeln befreien und dunkle Ecken ausleuchten • Fußboden sollte nicht reflektieren (spiegelnder Boden kann als Wasser oder Eis wahrgenommen werden) • dunkle, gemusterte oder spiegelnde Fußbodenbeläge können als Hindernis wahrgenommen werden • Farbe der Tapete sollte einfach, freundlich und hell sein • nicht notwendige Türen aushängen (z.B. Schlaf/oder Wohnzimmer wird dann besser gefunden) • Flure können als „Sackgasse“ wahrgenommen werden (Einsatz von Lichtquellen und Beschäftigungsecken) • Spiegel können Verwirrung stiften (ggf. mit einem Tuch abdecken oder entfernen) • Dauer-Tag/Nachtlichter auf dem Weg vom Schlafzimmer zur Toilette
------	--

Badezimmer	<ul style="list-style-type: none"> • Schlüssel entfernen oder Einbau eines Schlosses, das von außen geöffnet werden kann • Einbau eines Temperaturbegrenzers (Verbrühungsschutz) • Waschmaschine mit Aqua-Stop ausrüsten • sicherstellen, dass ein Überlauf an Waschbecken, Dusche und Badewanne vorhanden ist - bzw. der Ablauf nicht verschlossen werden kann • Elektrogeräte im Badezimmer (Fön, Rasierer) ggf. entfernen • Medikamente, Reinigungsmittel und Chemikalien wegschließen • Badezimmerutensilien (Handtuch, Zahnbecher, Zahnbürste, Kamm etc.) in gleicher Farbe bereitstellen • Entfernen von Eimern im Bad (Verwechslung mit der Toilette) • Badezimmertür möglichst nach außen zu öffnen (schafft zusätzlich Bewegungsfläche)
------------	---

Küche	<ul style="list-style-type: none"> • Reinigungsmittel wegschließen • Kochgeschirr/Geräte in der Küche reduzieren • gut zugänglichen, übersichtlichen Arbeitsplatz schaffen • zur besseren Orientierung offene Regale verwenden, Schränke mit Glastüren versehen, die Schranktüren aushängen oder beschriften/bebilden • Herdsicherung/Herdüberwachung (Dauer der Stromzufuhr kann eingestellt werden, Herd schaltet sich bei Überhitzung automatisch ab), • Gasherde abschaffen (ggf. Gasmelder in Verbindung mit einem Hausnotruf installieren) • Einbau eines Temperaturbegrenzers oder Wasserflussreglers • Geschirrspülmaschine mit Aqua-Stop ausrüsten • Elektrogeräte mit Zeitschaltuhr ausrüsten (z.B. Kaffeemaschine) • Bügeleisen nur unter Aufsicht verwenden oder Gerät mit automatischer Abschaltung verwenden • Wasserkocher mit Abschaltautomatik oder Wasserkessel mit Pfeife verwenden
-------	---

Schlafzimmer	<ul style="list-style-type: none"> • beleuchteter Weg vom Schlafzimmer zur Toilette • Toilettenstuhl neben dem Bett aufstellen (muss ggf. eingeübt werden) • Sicherungssysteme wie im Eingangsbereich • Personenruf • Hausinterne Telefonanlage
--------------	--

Wohnzimmer	<ul style="list-style-type: none"> • Hausnotruf /Sturznotruf • Spezialtelefon mit großen Tasten oder Fotos • 500 Lux Lichtquellen (helles Licht) verwenden • Muster auf Tapeten/Stoffen/Teppiche sollten einfach sein • giftige Pflanzen entfernen • Beschäftigungsmöglichkeiten schaffen
------------	---

Garten	<ul style="list-style-type: none"> • Sitzplätze, die zum Verweilen einladen • (Hoch) Beete, die zum Beschäftigen einladen • Stufen farblich kennzeichnen (Stolperfallen!) • Rundweg schaffen • Schatten von z.B. Bäumen können Auslöser von Angst sein • den Gartenausgang zurückhaltend gestalten • den Garten einzäunen, damit das Grundstück nicht unbemerkt verlassen werden kann
--------	--