

Ergänzungen der Schweizerischen Alzheimervereinigung Luzern zum Artikel:

– Mehr zum Thema auch ab S. 40 im Buch «Diagnose Demenz – Ratgeber für Betroffene und Angehörige», das Sie unter [www.alz.ch/lu](http://www.alz.ch/lu) bestellen können  
- Beratung und Hilfe erfahren Sie bei der Infostelle Demenz, Tel. 041 210 82 82

© NZZ am Sonntag; 16.09.2012; Ausgaben-Nr. 38; Seite 65  
Mensch & Medizin (mm)

## Mit Alzheimerkranken besser kommunizieren

**Demenzkranke bringen Angehörige oft an ihre Grenzen. Spezifische Formen der Kommunikation helfen, mit den Veränderungen umzugehen. Von Annegret Czernotta**

Als Gertrud S. sich telefonisch beraten lässt, plagen sie starke Schuldgefühle. Ihr an Alzheimer erkrankter Mann gibt seit einigen Monaten in Restaurants und Cafés grosszügig Trinkgelder und redet nur noch in Sprichwörtern mit ihr. Auf die Bitte, weniger Geld zu geben, geht ihr Mann nicht ein. Bei der Luzerner Beratungsstelle «Der rote Faden» meldet sie sich auf Anraten des Hausarztes. Denn sie weiss nicht mehr, was sie machen soll.

«Wir führen solche Gespräche täglich», sagt Maria Koch, Stiftungsleiterin von «Der rote Faden» in Luzern. «Auch wenn viele Angehörige wissen, was eine Demenz ist, hilft ihnen das im täglichen Umgang mit den Erkrankten nicht.» Und viele Angehörige, insbesondere der älteren Generation, schämen sich, überhaupt Hilfe anzunehmen. Bei Beratungsstellen melden sie sich oftmals erst, wenn die Grenzen der Belastung erreicht sind – so wie bei Gertrud S.

### Immer die gleichen Geschichten

Mehrheitlich ist es die Kommunikation, die für Angehörige so schwierig ist. «Sie wissen nicht, wie sie reagieren sollen, wenn Termine vergessen gehen, die immer gleichen Geschichten erzählt werden oder sie ständig die gleichen Fragen beantworten müssen», sagt Samuel Vögeli, Leiter der Geschäfts- und Beratungsstelle der Alzheimervereinigung Aargau aus Erfahrung. «Sie machen den Erkrankten dann auf diese Defizite aufmerksam, was die Situation nur noch verschlimmert.»

Auf einen an Demenz Erkrankten kommen in der Schweiz rund drei Angehörige, die durch die Demenz mitbetroffen sind. Ein «Hilfsmittel» in der Kommunikation mit an Alzheimer-Erkrankten – der häufigsten Demenzform – ist das Konzept der Validation von Naomi Feil. Die US-amerikanische Gerontologin arbeitet seit 1954 mit alten Menschen. Validation meint hier «wertschätzen» und ist eine Kommunikationsform, bei der man sich in die demente Person einfühlt und ihr mit Empathie begegnet. Die Aussagen des Kranken werden anerkannt, ohne diese zu bewerten oder zu korrigieren. In Pflegeheimen, die sich auf die Betreuung Dementer spezialisiert haben, und in Spitälern wird diese Kommunikationsform von Pflegenden angewandt. Von Angehörigen indes seltener.

Susanne Schmid aus Frick ist eine der wenigen Schweizer Therapeutinnen, die Seminare für Angehörige anbietet. In den Kursen arbeitet sie die Alltagsprobleme auf. Eine Tochter wurde beispielsweise von ihrer Mutter ständig beschuldigt, sie nie zu besuchen, obwohl das nicht stimmte. Die Tochter konnte die Anschuldigungen bald nicht mehr ertragen: «Statt die Mutter immer wieder zurechtzuweisen, hielt ich sie an, nachzufragen, ob sich die Mutter vielleicht einsam fühlt.» Als die Tochter dies tat, gingen die Anschuldigungen zurück. Denn sie hatte validierend einen empathischen und wertschätzenden Zugang zur Mutter gefunden. «Oftmals bleiben dem Erkrankten und dem Angehörigen so Verletzungen, Kämpfe und Missverständnisse erspart», sagt Schmid.

Eine weitere Kommunikationsform ist die Integrative Validation nach Richard, die pragmatischer und praxisorientierter ist. Psychoanalytische Ansatzpunkte, die Feil integriert, fehlen weitgehend. Beiden Validationsformen gleich ist, dass sie die vorhandenen Ressourcen der Hirnleistung nutzen.

Die Beratungsstelle «Der rote Faden» kommuniziert hingegen personkonzentriert. «Wir stellen fest, dass die meisten Angehörigen nicht nur Probleme in der Kommunikation, sondern generell im Alltag haben, deshalb konzentrieren wir uns auf das gesamte Leben der Person», sagt Leiterin Maria Koch. Zentrales Element ist die Biografie des einzelnen Erkrankten. «Wer weiss, was für die Person wichtig ist und welche Auswirkungen diese Krankheit hat, kann das Verhalten besser verstehen, und um Verständnis geht es in der Kommunikation mit Dementen.»

### **Ehemann plagt Ehefrau**

Auch Irene Leu, Geschäftsstelle & Atrium der Stiftung Basler Wirrgarten, kennt die Probleme und Bedürfnisse von Angehörigen sehr genau: «Demenzranke gehen nicht in Pflegeheime, weil die Angehörigen die Körperpflege nicht übernehmen möchten, sondern weil sie das Verhalten des Erkrankten nicht mehr verstehen und ertragen können.» Sie muss beraten, weil der einst liebevolle Ehemann die eigene Frau plagt oder ein früher lebenslustiger Partner depressiv und uninteressiert ist und nur noch Löcher in die Luft starrt. «Niemand bereitet uns auf diese Veränderung vor», so Leu.

Und nur selten hat es Beratungsstellen, die in diesem Bereich massgeschneiderte Lösungen anbieten. «Hinzu kommt, dass pflegende Angehörige früh Unterstützung und Entlastung brauchen, auch in finanzieller Hinsicht», sagt Samuel Vögeli. So zahlt die Hilflosenentschädigung der AHV bei ununterbrochener Hilfe im körperlichen Bereich. «Diese Kriterien gehen jedoch an den Bedürfnissen der Angehörigen von Demenzkranken vorbei», sagt Vögeli. Denn belastend sei bei ihnen nicht die Körperpflege, sondern das Verhalten des Erkrankten.

Das Problem drängt: Bis zum Jahr 2050 wird es gemäss einer Hochrechnung in der Schweiz 300 000 Demenzranke geben. Die Belastungen für Angehörige, aber auch für Heime und Spitäler werden zunehmen.

### **Drei einfache Grundsätze Akzeptieren, nicht kritisieren**

Rund 107 000 Menschen sind in der Schweiz an einer Demenz erkrankt. Am bekanntesten und häufigsten ist die Alzheimer-Demenz. Am Anfang der Erkrankung stehen Störungen des Kurzzeitgedächtnisses und der Merkfähigkeit. Im weiteren Krankheitsverlauf verschwinden immer mehr Inhalte des Langzeitgedächtnisses, so dass die Betroffenen zunehmend die während ihres Lebens erworbenen Fähigkeiten und Fertigkeiten verlieren. Zum Krankheitsende kann das Gehirn selbst das Schlucken oder weitere körperliche Funktionen wie die Verdauung nicht mehr kontrollieren.

Die Validation nach Feil ist eine Kommunikationsform im Umgang mit Erkrankten. Sie basiert auf drei einfachen Grundsätzen. Man soll:

- den an Demenz Erkrankten nicht mit seinen Defiziten konfrontieren
- die Gefühle des Kranken wahrnehmen und Trost spenden
- zweckmässig handeln, beispielsweise nicht in langen Sätzen reden und erklären.

Weitere Informationen: [www.derrotefaden.ch](http://www.derrotefaden.ch), [www.stgag.ch](http://www.stgag.ch), [www.susanne-schmid.ch](http://www.susanne-schmid.ch), [www.alz.ch](http://www.alz.ch), [www.wirrgarten.ch](http://www.wirrgarten.ch)