

Demenz: Kleine Gesten machen einen grossen Unterschied

Wie spricht man mit Menschen mit Demenz? An der Tagung des Aargauischen Seniorenverbands in Brugg gab es Inputs für den Alltag.

Demenz als Herausforderung für die Gesellschaft: Dieses Thema stand im Fokus der diesjährigen Tagung des Aargauischen Seniorenverbands (ASV), zu der sich rund 100 Personen im Brugg Kulturhaus Odeon versammelten. Präsidentin Esther Egger betonte in ihrer Begrüssung, dass es an diesem Nachmittag nicht um die medizinische Seite von Demenz gehe, sondern um die persönliche Befindlichkeit von Betroffenen und deren Angehörigen.

Referentin Claudia Berther, diplomierte Pflegefachfrau HF, Kommunikationsberaterin und Supervisorin, stellte die Methode «Marte Meo» – was lateinisch «aus eigener Kraft» bedeutet – vor. Diese wurde in den 1970er-Jahren von Maria Aarts in den Niederlanden entwickelt. Berther zeigte anhand von Filmsequenzen auf, welche oft

unscheinbaren Momente bei Begegnungen mit dementiell erkrankten Menschen den Unterschied machen. Kleine Gesten und sprachliche Hinweise sollen es den Patientinnen und Patienten ermöglichen,

kleine Erfolgserlebnisse zu generieren. Es sei wichtig, in einem Satz nur eine Information nach der andern verpacken, betonte sie. Da Anleitungen nicht lange abgerufen werden könnten, dürften sie erst kurz

vorher erfolgen. Dabei sei wesentlich, für eine Reaktion genug Zeit einzuräumen.

Sich gemeinsam über kleine Erfolge freuen

Wenn möglich, sollten komplexe Abläufe sichtbar gemacht werden, indem die Utensilien schon bereit lägen. Die Referentin erklärte, wie wichtig es sei, sich bei der Pflege von Angehörigen Hilfe zu holen und sich selbst nicht zu vergessen. Es gelte, sich auch über kleine Erfolge gemeinsam mit der dementen Person zu freuen. Auch wenn nicht immer alles der Wahrheit entspreche, was die demente Person erzähle, sollten ihre Aussagen mit Kopfnicken oder Wiederholen von Schlüsselwörtern bestätigt und nicht korrigierend eingegriffen werden.

Im anschliessenden Podium, moderiert von Esther Egger, dis-

kutierten Claudia Berther, Anne-Marie Nyffeler, welche lange Jahre ihren Ehemann gepflegt und betreut hat, und Peter Baumann, Leiter des «Weisch no»-Chors für Demenzkranke und ihre Angehörigen, über ihre Erfahrungen.

Hilflosigkeit und Scham mit Offenheit begegnen

Nyffeler berichtete mit grosser Offenheit über die Probleme, mit denen sie bei der Pflege ihres an Parkinson und später auch an Demenz erkrankten Ehemanns konfrontiert war. Trotzdem blieb sie mit ihm gesellschaftlich präsent, nahm Einladungen an, lud selber ein und besuchte Veranstaltungen. Offen erzählte sie auch von ihren Skrupeln, ihren Ehemann als «unmündig» zu erklären, damit sie ihre Handlungsfähigkeit wahrnehmen konnte.

Peter Baumann wollte sich nach seiner Pensionierung in der Freiwilligenarbeit engagieren und wurde zufällig auf ein Chorprojekt mit Demenzkranke und ihren Angehörigen aufmerksam gemacht. Der ehemalige Musiklehrer ist überzeugt, dass Musik und gemeinsames Singen Demenzbetroffenen und ihren Angehörigen hilft, mit der Krankheit besser umzugehen.

Am Schluss stand die Frage im Raum, wie man der Demenz vorbeugen könne. Claudia Berther berichtete beispielsweise, dass das Gehör viel dazu beitrage, Demenz zu verzögern. Für die Erhaltung sozialer Kontakte und die Teilnahme an Gesprächen sei unerlässlich, diesen auch folgen zu können. Allgemein liesse sich ableiten: «Was dem Herz gut tut, tut auch dem Hirn gut!» (az)



Podium mit (v.l.) Anne-Marie Nyffeler, Esther Egger (Moderation), Peter Baumgartner und Claudia Berther.

Bild: zvg