PFLEGE
WEGWEISER
NRW
Für Pflegebedürftige
und Angehörige

Inhalt

- Was ist eine Demenz?
- Woran erkenne ich eine Demenzerkrankung?
- Was bedeutet die Diagnose Demenz?
- Wer hilft bei einer Demenzerkrankung weiter?
- Was kann ich tun, wenn die Pflege zu Hause nicht mehr geht?

„Besonders am Anfang war es für mich sehr schwer, die Diagnose Demenz zu akzeptieren. Ich habe einfach nicht verstanden, warum es gerade uns trifft, und suchte nach Erklärungen für die Krankheit: War es Überlastung oder Stress? Dabei hatten wir noch so viele Pläne für unser Leben...“.

Was ist eine Demenz?

Demenz ist eine Gehirnerkrankung. Sie verändert die geistigen Fähigkeiten und das Verhalten der Betroffenen. Angelernte Fähigkeit und Fertigkeiten gehen mehr und mehr verloren. Im Endstadium der Krankheit gelingt es Betroffenen nicht mehr, ihr Leben eigenständig zu organisieren. Sie sind auf umfassende Hilfe angewiesen.
Es wird zwischen der Alzheimer Krankheit und einer Demenz unterschieden. Die Alzheimer Krankheit ist oft die Ursache einer Demenz.

Woran erkenne ich eine Demenzerkrankung?

Die folgenden Symptome können auf eine Demenzerkrankung hinweisen:

- Gedächtnis- und Orientierungsstörungen. Die Betroffenen vergessen zum Beispiel erst kurz zurückliegende Ereignisse
- Sprachstörungen
- Störungen des Denk- und Urteilsvermögens, zum Beispiel schätzen Betroffene Gefahren falsch ein
- Veränderungen der Persönlichkeit wie Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit, Misstrauen
- Antriebsverlust, zum Beispiel interessieren sich die Betroffenen nicht mehr für Ihre Arbeit oder Freunde.

Wenden Sie sich an die Hausärztin oder den Hausarzt, wenn Sie Anzeichen einer Demenz beobachten. Diese können eine Erstdiagnose stellen. Für eine umfangreiche Diagnostik sollten Sie einen Spezialisten aufsuchen. Die Hausarztpraxis kann Ihnen Fachleute nennen.

!Wichtig: Demenzerkrankungen sind ein schleichender Prozess. Es ist sinnvoll, sie möglichst frühzeitig zu diagnostizieren.

Was bedeutet die Diagnose Demenz?

Für Betroffene ist die Diagnose oft ein Schock. Sie sind verunsichert und stellen sich viele Fragen:

- Wie wird die Diagnose mein Leben verändern?
- Wie kann der Alltag mit der Krankheit gelingen?
- Welche Unterstützung gibt es?
- Wie wird das Umfeld reagieren?

Angehörige stellt eine Demenz vor große Herausforderungen. Sie fragen sich:

- Wie lange kommt die erkrankte Person noch alleine zurecht?
- Welche Hilfe kann ich leisten?

- Wie gelingt die Unterstützung neben dem Beruf und der Familie?
- Wer kann sonst noch helfen?

Tipp: Versuchen Sie, möglichst viel über die Krankheit und ihre Erscheinungsformen zu erfahren. So fällt es leichter, mit der Demenz umzugehen und den Alltag an die Erkrankung anzupassen.

Wer hilft bei einer Demenzerkrankung weiter?

In Nordrhein-Westfalen gibt es eine Vielzahl an Einrichtungen und Beratungsstellen, die Betroffenen und Angehörigen weiterhelfen.

Landesverband der Alzheimer Gesellschaft NRW

Die Alzheimer Gesellschaft setzt sich für eine bessere Versorgung von Menschen mit Demenz ein. Der Landesverband NRW wurde 2013 gegründet. Er informiert über die Erkrankung, berät zu Hilfsangeboten, bietet Gesprächskreise für Angehörige und Betroffene und organisiert Hilfe zur Selbsthilfe. **Weitere Informationen** [externer Link] finden Sie auf der Seite der Alzheimer Gesellschaft NRW.

Fach- und Koordinierungsstelle der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz

Die Fach- und Koordinierungsstelle und die Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz werden von der Landesregierung NRW und den Pflegekassen in NRW getragen. Durch Information, Beratung, Begleitung, Qualifikation und Vernetzung von haupt- und ehrenamtlichen Akteuren in den Regionen sollen die Versorgungsstrukturen verbessert werden. Schwerpunkte sind unter anderem der Ausbau der Pflegeberatung und von Unterstützungsangeboten im Alltag. **Weitere Informationen** [externer Link] finden Sie auf der Seite der Fach- und Koordinierungsstelle.

Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe in NRW

Die Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe rücken – wie der Name sagt – die Selbsthilfe in den Mittelpunkt. Sie vermitteln an Pflegeselbsthilfegruppen und an Gesprächskreise, in denen sich Betroffene oder Angehörige auszutauschen. Passende Gruppenangebote und das dazugehörige Kontaktbüro finden Sie in der Suche des Pflegewegweisers NRW.

Wohnberatungsstellen

Wohnberatungsstellen informieren zu den verschiedenen Wohnangeboten im Alter. Dazu gehören beispielsweise das Betreute Wohnen, Pflege-Wohngemeinschaften oder Pflegeheime. Die Mitarbeitenden beraten außerdem dazu, wie die eigene Wohnung barrierefrei umgebaut oder an die Bedürfnisse von Demenzkranken angepasst werden kann. **Wohnberatungsstellen** finden Sie hier.

In Deutschland leben aktuell etwa 158.000 Menschen mit Migrationshintergrund, die eine Demenzerkrankung haben. Experten gehen davon aus, dass Demenzerkrankungen bei älteren Migrant:innen weiter deutlich zunehmen werden.

Als Betroffene finden Sie auf **dieser Seite [externer Link]** eine Netzwerkkarte, die Ihnen einen Überblick über mehrsprachige Beratungsstellen in NRW und Deutschland gibt. Zusätzlich können Sie Informationsmaterial zum Thema Demenz in türkischer, polnischer und russischer Sprache herunterladen.

Was kann ich tun, wenn die Pflege zu Hause nicht mehr geht?

Menschen mit einer Demenzerkrankung profitieren davon, wenn sie lange in ihrer gewohnten Umgebung bleiben können. Die Versorgung stellt Angehörige aber vor große Herausforderungen – vor allem im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung. Wenn die Versorgung zu Hause an Grenzen stößt, sollten Sie über eine Unterbringung in einem Pflegeheim oder einer Pflege-Wohngemeinschaft nachdenken. Es gibt Einrichtungen, die sich auf die Versorgung von Demenzkranken spezialisiert haben.

Über den **Heimfinder NRW** [externer Link] können Sie sich Einrichtungen mit freien Plätzen anzeigen lassen.

Der Pflegewegweiser NRW hilft bei der Suche nach passenden **Unterstützungs- und Informationsangeboten** und stationären Einrichtungen. Das **Beratungstelefon** unter der Rufnummer **0800 40 40 044** ist montags, dienstags, mittwochs und freitags von 9 bis 13 Uhr und donnerstags von 13 bis 17 Uhr besetzt.