PFLEGE
WEGWEISER
NRW
Für Pflegebedürftige
und Angehörige

Unsere Mutter ist eine 76-jährige, lebensfrohe Frau. Sie lebt seit dem Tod unseres Vaters alleine, kommt aber gut klar. Uns Kindern ist in den letzten Monaten vermehrt aufgefallen, dass sie immer mal Sachen vergisst – auch wichtige Sachen. Sie weiß manchmal nicht, welcher Wochentag gerade ist. Vor kurzem stand sie mitten in der Nacht vor der Tür und klingelte, weil sie unseren Vater suchte. Am nächsten Tag war sie wieder ganz klar und meinte, sie hätte abends einen Sekt getrunken und den nicht vertragen. Wir fragen uns, ob sie langsam dement wird. Wir wissen nicht, wie wir damit umgehen und was wir vielleicht besser jetzt schon regeln sollten oder müssen. Wo finden wir Hilfe?"

Peter H. aus Kleve

Darum geht's

Umgangssprachlich meint „dement“ oft, dass eine Person im fortgeschrittenen Alter vergesslich wird. Eine solche „Altersvergesslichkeit“ ist aber von einer Demenz unbedingt zu unterscheiden. Allerdings kann der Grad zwischen Vergesslichkeit und Demenz sehr schmal sein. Vielen Betroffenen ist es unangenehm, wenn sie geistige Veränderungen an sich feststellen. Scham, Angst und andere Gefühle begleiten dieses Thema. Angehörige und Betroffene stehen vor einer Vielzahl an Fragen und Herausforderungen und wissen oft nicht, wo sie Hilfen finden und welche Fragen sie zuerst klären sollen.

Rechtliche Grundlagen

Demenz ist ein Sammelbegriff für Erkrankungen, die sich negativ auf das Denkvermögen und das Gedächtnis auswirken. Die verschiedenen Formen einer Demenz und wie sie definiert sind, findet man in der "Internationalen statistischen Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme“ ICD [externer Link].

Demenz ist eine Form der Behinderung nach § 2 Abs. 1 SGB IX. Betroffenen Menschen stehen Leistungen der Kranken- (SGB V) und Pflegeversicherung (SGB XI) zu sowie Leistungen zur Teilhabe und Rehabilitation (SGB IX). Die Ausstellung eines Schwerbehindertenausweises ist möglich. Mehr Informationen dazu finden Sie beim Wegweiser Demenz (Bundesfamilienministerium) [externer Link].

Das sagt der Pflegewegweiser NRW

Beim Verdacht auf eine (beginnende) Demenz ist es unbedingt ratsam, sich ärztliche Hilfe zu suchen. Da Vergesslichkeit und andere Symptome bei verschiedenen Krankheiten vorkommen können, sollte dies abgeklärt werden. Wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre Hausärztin/Ihren Hausarzt oder direkt an eine Fachärztin/einen Facharzt (für Neurologie oder Psychiatrie). Eine gute Anlaufstelle sind auch die Gedächtnis-Ambulanzen, bei denen Sie vorstellig werden können: **Bundesweite Datenbank der** Gedächtnis- Ambulanzen [externer Link]

Die Diagnose „Demenz“ ist einschneidend, da die Krankheit nicht heilbar ist. Betroffene fragen sich, wie sie die Versorgung zuhause organisieren können. Dazu stehen Ihnen Demenz- und/oder Pflegeberatungsstellen vor Ort zur Verfügung. Dort beraten Fachleute Sie, wie Pflege zu Hause organisiert und finanziert werden kann.

Der **Landesverband der** Alzheimer Gesellschaften NRW [externer Link] bietet zu festen Zeiten, auch am Wochenende und an Feiertagen, telefonische Beratung und persönliche Gespräche an.

!Wichtig: Eine ärztliche Diagnose ist Voraussetzung dafür, dass medizinische Leistungen der Krankenkasse in Anspruch genommen werden können.

Expertinnenmeinung

Britta Keil, Leitung Kompetenzzentrum Demenz der Diakonie Düsseldorf

Für die Diagnose sollte unbedingt eine Fachärztin oder ein Facharzt für Neurologie konsultiert werden. Diese nehmen sich Zeit und sichern die (mögliche) Diagnose Demenz durch eine zweite Untersuchung nach ca. einem halben Jahr. Hadern Sie nicht: eine Diagnose bringt Klarheit. Und Sie können handeln.

Demenz betrifft alle, sie ist eine „Familiendiagnose“. Betroffene erleben Unsicherheit, Scham und die Angst: *Was wird aus mir?* – eine für viele Betroffene wichtige Frage. Und Angehörige fragen sich: W*elche Verantwortung kann / will / muss ich übernehmen*?

Eine **Demenz ist so individuell wie die betroffene Person selbst**. In der Beratung schauen wir, wie Sie am besten mit der Situation umgehen können. Welche Entlastungsmöglichkeiten gibt es in Ihrer Nähe und welche sind für Sie sinnvoll? Zum Beispiel gibt es Demenz-Cafés, Tagespflegen oder Alltagshelfer. Installieren Sie ein Hilfe- und Entlastungsnetz, am besten so früh wie möglich. So hat auch die betroffene Person die Chance sich an diese zu gewöhnen. Und Sie als Angehörige:r erhalten Freiräume, damit Sie sich auch um sich selbst kümmern können. Insbesondere der Austausch in Selbsthilfegruppen kann hilfreich sein.

Auch die Art und Weise, wie miteinander umgegangen und gesprochen wird, ist wichtig. Menschen mit Demenz hören nicht auf zu fühlen, auch wenn kognitive Einschränkungen zunehmen. Der Demenz-Knigge [externer Link] hilft dabei, mögliche Fallstricke zu vermeiden und das Miteinander respektvoll, liebevoll und konstruktiv zu gestalten.

Bei einer Demenz-Erkrankung und dem Umgang damit handelt es sich um einen Prozess. Nehmen Sie sich Zeit, um mit der Situation zurecht zu kommen. Veränderungen anzunehmen und das Loslassen zu akzeptieren, geht nicht von heute auf morgen.

+TIPP: Nutzen Sie Leistungen der Pflegeversicherung für die Finanzierung von Entlastungsangeboten, zum Beispiel den Entlastungsbetrag. Liegt noch kein Pflegegrad vor, stellen Sie auch schon vor der möglichen Diagnose Demenz einen Antrag auf Leistungen. Lassen Sie sich für die Begutachtung eine ärztliche Bescheinigung darüber ausstellen, dass aktuell eine Demenz abgeklärt wird. Das hilft dem Medizinischen Dienstes (MD) ein adäquates Gutachten zu erstellen.

Info: Um handlungsfähig zu bleiben helfen Vorsorgevollmachten. Dazu beraten kostenfrei Betreuungsvereine in Ihrer Nähe. Weitere Infos zum Thema „Rechtsgültige Vollmacht mit einer Demenz erstellen“ lesen Sie hier. Lassen Sie sich auch zu gegebener Zeit von einer Wohnberatungsstelle kostenfrei beraten.

Weitere Infos

Angebote für Menschen mit Demenz und Ihre Angehörigen

Deutsche Alzheimergesellschaft e.V. [externer Link]

DZNE: Demenz [externer Link]

Selbsthilfe:

- Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe (KoPS)
- Gruppenangebote in Ihrer Nähe

Netzwerk: Demenz und Migration [externer Link]

Interessante Veranstaltungen [externer Link]