

Selbsterhaltungstherapie ist ein Element der Demenztherapie

Alltagsbewältigung in der integrierten Versorgung



In Schwung bleiben mit Aktivitäten, die weder unter- noch überfordern; ein wichtiger Teil der Selbsterhaltungstherapie.

Um das Leben mit einer dementiellen Erkrankung so gut wie möglich zu gestalten, ist eine Anpassung aller Betroffenen an die Krankheitsfolgen notwendig.

Damit der Anpassungsprozess gelingt, brauchen Kranke und mitbetroffene Angehörige eine gezielte, vielfache und gut verfügbare Hilfe. Dabei sollten die Programme auf die individuellen Bedürfnisse jeder Familie abgestimmt sein.

Rechtzeitige Diagnose und die erste Beratung In Tönnies' Buch «Abschied zu Lebzeiten» berichtet Herr Tillmanns über seine Erfahrungen als betreuender Ehemann einer demenzkranken Frau. Bei Frau Tillmanns wurde die Diagnose drei Jahre zu spät gestellt, meint im Nachhinein ihr Ehemann. In diesen drei Jahren wurde sie – wegen einer falschen Diagnose – medizinisch falsch behandelt. Gleichzeitig mehrten sich familiäre Konflikte zu Hause. Weder der Ehemann noch der Sohn konnten sich die ungewöhnliche Nachlässigkeit der Frau im Alltag erklären. Es folgten Vorwürfe, Aufforderungen, Klagen. Konflikte führten zu rapiden Verlusten der gesundheitlichen und sozialen Ressourcen. Auf die permanente Überforderung reagierte die Kranke mit starken depressiven Symptomen. Der Ehemann und der Sohn konnten die Eskalation der Krisen und

gegenseitigen Beschuldigungen bald nicht mehr verhindern. Um Leid und Ressourcenverlust in dieser Phase zu vermeiden, sind eine rechtzeitige, valide diagnostische Abklärung und eine adäquate Beratung der betroffenen Familien zu fordern.

Vorbereitung auf das Leben mit Demenz

Auf die Folgen eines fortschreitenden Verlustes kognitiver, emotionaler und sozialer Ressourcen sind die meisten Familien nicht vorbereitet. Deswegen sollte jede betroffene Familie die Möglichkeit bekommen, sich unter Einbeziehung professioneller Hilfen mit den Krankheitsfolgen auseinandersetzen zu können. Um auf das bevorstehende Leben mit der Demenz vorzubereiten, wurde das Konzept des Alzheimer Therapiezentrums (ATZ) entwickelt (Romero, 2001). Das Programm integriert eine medizinische Behandlung mit einer Rehabilitation für Kranke sowie mit psychosozialen und edukativen Hilfen für die betreuenden Angehörigen. Der Rehabilitation wurde das ressourcenorientierte Konzept der Selbsterhaltungstherapie (SET) zugrunde gelegt (Romero, 2004). Die SET stellt eine Stabilisierung der Person (des Selbst) und damit der jeweils noch erhaltenen kognitiven, emotionalen und sozialen Kompetenzen in den Vordergrund der unterstützenden

Massnahmen. Zu den selbststabilisierenden Erfahrungen gehören vor allem:

- > Bestätigende Kommunikationsformen, bei denen die anderen ihre Übereinstimmung mit den Vorstellungen und Erwartungen des Kranken vermitteln
 - > Verstärkte Bezugnahme auf die persönlichen Erinnerungen in alltäglichen Erfahrungen
 - > Partizipation im alltäglichen Leben und die Teilnahme an Aktivitäten, die weder unter- noch überfordernd sind
- Angehörige brauchen Unterstützung, um Kranke kompetent zu begleiten und selbst nicht vorzeitig Kraft zu verlieren.

Familiäre Ressourcen erhalten Die intensiven, interdisziplinär durchgeführten Interventionen müssen konsequenterweise einen Transfer der neu gewonnenen Erfahrungen und Kompetenzen in den häuslichen Alltag unterstützen. Elemente dieser Zielsetzung sind:

- > Für jede Familie werden im interdisziplinären Team Empfehlungen erarbeitet, die Hinweise zu geeigneten Beschäftigungsprogrammen und Umformsformen geben.
- > Angehörige werden für einen erhaltenden Umgang mit den eigenen Kraftressourcen vorbereitet und intensiv zur Inanspruchnahme der externen Hilfen vor Ort motiviert.



Die Begleitung von Menschen mit Demenz stellt auch Angehörige vor grosse Herausforderungen.

- > Im Rahmen von sozialpädagogischen Beratungen werden Informationen zur Erhaltung und Erweiterung finanzieller Ressourcen wie auch Kontakte zu wohnortsnahen sozialen Hilfsangeboten vermittelt.

Das Netz externer Hilfen, die vor Ort gezielt und individuell geplant in Anspruch genommen werden sollten, müsste aus professionellen und nicht professionellen Angeboten bestehen. Das heisst, dem Netz können zum Beispiel Ärzte und nicht ärztliche Therapeuten wie Kunsttherapeuten angehören sowie Tagesstätten, Selbsthilfegruppen, Familienmitglieder, Freunde und vorbereitete Laien. Die Erhaltung familiärer Ressourcen kann zur Vermeidung oder Verzögerung einer Heimunterbringung beitragen. Gleichzeitig ist bekannt, dass eine Langzeitbetreuung ausserhalb des privaten Haushaltes im Verlauf einer dementiellen Erkrankung meist unumgänglich wird. Die Planung geeigneter Wohnformen für Menschen mit Demenz gehört deshalb zu den grössten gesellschaftlichen Herausforderungen.

Auszug des Referates von Dr. Barbara Romero aus Dokumentationsband 21 des Zukunftsforums Demenz.

Ziele der Arbeit mit den Angehörigen

Erweiterung der Kompetenz:

- > Vermittlung von Wissen über die Demenzerkrankung zum besseren Verständnis des Kranken
- > Erlernen von hilfreichen Strategien im Umgang mit dem Kranken

Entlastung:

- > Lernen, die eigene Belastbarkeit richtig einzuschätzen und rechtzeitig Hilfen zu organisieren
- > Lernen, besser mit Stress umzugehen