

# Inhalt

Zum Geleit. Vorwort von Douwe Draaisma .....	12
Vorwort .....	15
1. Kapitel: Was ist Demenz? .....	18
Symptome der Demenz .....	18
Missdeutungen .....	20
Ursachen von Demenzercheinungen.....	21
Formen der Demenz.....	22
Die Alzheimer-Krankheit .....	22
Vaskuläre Demenz .....	24
Parkinson oder Lewy-Body-Demenz.....	26
Frontotemporale Demenz.....	27
Andere Formen der Demenz .....	28
Die Krankheit des Jahrhunderts .....	30
Demenz: Erbllich oder nicht? .....	31
Kann man der Demenz vorbeugen? .....	33
Frühe Signale für Demenz .....	35
Warum eine frühzeitige Untersuchung?.....	37
Den Patienten informieren?.....	40
Die Untersuchung.....	44
Medikamente.....	49
Einige wichtige Fakten über Demenz.....	51
2. Kapitel: Gestörte Einprägung .....	53
Einführung .....	53
Normale Einprägung .....	54
Gestörte Einprägung.....	56
Verirren .....	58
Ständig dieselben Fragen stellen und oft dasselbe sagen.....	59
Soeben Geschehenes vergessen.....	60

Nichts Neues mehr lernen können .....	62
Dinge verlegen .....	62
(Neue) Personen nicht mehr erkennen.....	63
Nächtliches Umherirren .....	64
Wegbrechen der Zukunft .....	66
Indirekte Folgen der gestörten Einprägung .....	67
Kontaktvermeidung und Apathie .....	68
Trübsinn und Depressivität .....	69
Misstrauen .....	69
Aggressivität .....	71
Hamstern .....	72
Ausreden und Flunkereien .....	74
Forderndes Verhalten .....	76
Wegfall von Hemmungen.....	76
Normale Reaktionen auf einen extrem großen Verlust.....	78
 <b>3. Kapitel: Das Gedächtnis baut ab .....</b>	 81
Einführung .....	81
Gedächtnisabbau.....	82
Wieder arbeiten wollen.....	87
Vertraute Personen nicht mehr erkennen.....	88
Tote wiedererwecken.....	88
Personen verwechseln .....	89
Sich selbst verfremden.....	90
Rollentausch.....	91
Nach Hause wollen und die eigene Umgebung nicht mehr erkennen.....	92
Verlust des Anstandes .....	95
Kommunikationsprobleme.....	97
Abbau des Verstandes und der intellektuellen Fähigkeiten .....	98
Wachsende Hilfsbedürftigkeit .....	99

<b>4. Kapitel: Das Erleben der Demenz .....</b>	<b>103</b>
Einführung .....	103
Angst vor Demenz .....	105
Leichte kognitive Störung .....	107
Das bedrohte Ich.....	110
Das verirrte Ich.....	117
Das versunkene Ich.....	128
 <b>5. Kapitel: Kommunikation .....</b>	 <b>133</b>
Einführung .....	133
Normale Kommunikation .....	135
Kommunikationsverlauf bei Demenz.....	138
Kommunikation in der Phase des bedrohten Ichs .....	139
Kommunikation in der Phase des verirrten Ichs.....	141
Kommunikation in der Phase des versunkenen Ichs .....	145
Einige Ratschläge zur Kommunikation .....	147
Sprechen Sie zum Demenzkranken wie zu einem Erwachsenen.....	147
Lassen Sie es nicht zu einem Gesichtsverlust kommen..	149
Sprechen Sie über die Gegenwart oder über die Vergangenheit .....	150
Nehmen Sie Rücksicht auf das langsamere Tempo .....	151
Schenken Sie Anerkennung .....	152
Fordern Sie keine Begründungen .....	154
Diskutieren Sie nicht.....	156
Schneiden Sie ein anderes Thema an, wenn es Ihnen zu viel wird.....	158
»Es geht um das Gemeinsame« .....	160
Machen Sie sich die verborgenen Kräfte der Musik zunutze .....	161
Stellen Sie Gefühle in den Mittelpunkt.....	164
Kommunikation ist auch ohne Worte möglich.....	167
Alle Ratschläge zusammengefasst .....	171

<b>6. Kapitel: Umgang mit Problemverhalten</b> .....	174
Einführung .....	174
Ein Rat vorweg .....	175
Schritt 1: Stellen Sie fest, ob das Verhalten tatsächlich ein Problem bildet .....	176
Schritt 2: Beschreiben Sie das Problemverhalten so klar und bündig wie möglich .....	178
Schritt 3: Versuchen Sie, die Ursache eines Verhaltens zu ergründen.....	178
Schritt 4: Fragen Sie sich selbst: Wie würde ich mich an seiner Stelle fühlen?.....	185
Schritt 5: Versuchen Sie, eine oder mehrere Lösungen zu finden .....	187
Schritt 6: Wählen Sie eine Lösung .....	188
Schritt 7: Bereiten Sie die Ausführung der Lösung vor. ....	190
Schritt 8: Setzen Sie die Lösung in die Praxis um .....	191
Schritt 9: Rückblick .....	191
Zwei spezielle Verhaltensprobleme .....	193
Katastrophische Reaktionen.....	193
Halluzinationen .....	197
 <b>7. Kapitel: Allgemeine Tipps für den Umgang mit Demenzkranken</b> .....	 200
Einführung .....	200
Liebe ist die Antwort .....	200
(Besonders) menschlich behandeln .....	202
Seien Sie realistisch in dem, was Sie von Ihrem demenzkranken Angehörigen erwarten .....	203
Bedenken Sie: Genießen bleibt möglich.....	206
Sorgen Sie für Routine und Regelmäßigkeit .....	208
Versuchen Sie es mit Humor.....	210
Versuchen Sie nicht, etwas zu erzwingen .....	211
Versuchen Sie es später noch einmal .....	212

Vertiefen Sie sich in die Vergangenheit des Demenzkranken .....	214
Bieten Sie dem Demenzkranken Möglichkeiten, sich nützlich zu machen.....	218
 <b>8. Kapitel: Die anderen Opfer der Demenz:</b>	
<b>Pflegende Angehörige .....</b>	<b>222</b>
Einführung .....	222
Gefühle der Betreuer .....	224
Unglaube und Verleugnung .....	224
Wut .....	227
Verzweiflung.....	229
Sich im Stich gelassen fühlen.....	229
Kummer .....	231
Schuldgefühle.....	233
Glück.....	237
Rührung und Liebe .....	238
Aufnahme in ein Pflegeheim .....	240
 <b>9. Kapitel: Wie Sie selbst bei Kräften bleiben .....</b>	<b>245</b>
Einführung .....	245
Informieren Sie sich so genau wie möglich über Demenz und deren Folgen .....	245
Verzeihen Sie sich Ihre Fehler und Unzulänglichkeiten ....	248
Erwarten Sie kein Verständnis von anderen.....	250
Hüten Sie sich davor, in eine Isolation zu geraten .....	252
Machen Sie sich entbehrlich .....	253
Leben Sie so weit wie möglich im Heute .....	254
Konzentrieren Sie sich auf jene Probleme, an denen Sie etwas ändern können .....	256
Versuchen Sie, Ihre Aufmerksamkeit auch auf die schönen Seiten des Pflegens zu richten .....	257
Nehmen Sie sich jeden Tag ein wenig Zeit, etwas Schönes für sich zu tun .....	259

Achten Sie auf Signale von Stress und nehmen Sie sie ernst .....	260
Versprechen Sie nie, bis zum Tod für Ihren Angehörigen zu sorgen .....	262
Respektieren Sie Unterschiede in der Art der Verarbeitung .....	264
Bedenken Sie, dass Betreuung auch zu Ihrem Glück beitragen kann. ....	267
Anmerkungen .....	269
Quellenhinweise .....	271
Zitierte Literatur .....	272
Benutzte Fachliteratur .....	277