Muistiliitto
Minnesförbundet

08/2025

Der Umgang mit Menschen mit Demenz

Demenz und ihr Fortschreiten können die Kommunikation, das Verhalten und den Ausdruck von Gefühlen beeinflussen. Da Demenz immer häufiger wird, ist es wichtig, dass wir alle wissen, wie wir einer Person mit Demenz in Alltagssituationen mit Respekt und Wertschätzung begegnen – ob als Angehörige, Nachbarn, Freiwillige oder Fachpersonen.

Die Symptome der Demenz verstehen

Die Gefühle und Bedürfnisse eines Menschen verschwinden durch die Demenz nicht. Auch wenn die Krankheit bereits fortgeschritten ist, handelt es sich immer noch um dieselbe Person mit ihrer einzigartigen Persönlichkeit. Ein grundlegendes Verständnis für die Symptome von Demenz erleichtert den Umgang. Eine einfühlsame Haltung und Akzeptanz schaffen die Grundlage für demenzfreundliche Begegnungen.

Tipps für den Umgang mit Menschen mit Demenz

- **Seien Sie positiv und zeigen Sie Respekt** – sehen Sie den Menschen hinter der Krankheit.
- **Geben Sie Zeit und Ruhe** – vermeiden Sie Lärm, erklären Sie, was passiert und warum.
- **Hören Sie zu und halten Sie Blickkontakt** – seien Sie ganz Sie selbst und innerlich präsent.
- **Kommunizieren Sie klar** – sprechen Sie respektvoll, von Erwachsenem zu Erwachsenem.
- **Respektieren Sie die Selbstständigkeit** – übernehmen Sie Aufgaben nicht unnötig.
- **Ermöglichen Sie Erfolgserlebnisse** – jeder möchte sich nützlich und fähig fühlen.

Kontakt aufrechterhalten

Mit dem Fortschreiten der Demenz kann das Sprechen langsamer oder schwieriger werden, aber das Bedürfnis, verstanden zu werden, bleibt bestehen. Die Kommunikation sollte auch dann fortgeführt werden, wenn Sprache weniger wird.

Verbindung kann auf verschiedene Weise hergestellt und gestärkt werden
Sprache: Die Muttersprache, vertraute Wörter und einfache Sätze erleichtern das Verstehen.
Bilder: Veranschaulichen die Botschaft und helfen, Entscheidungen zu treffen oder Meinungen zu äußern, wenn das Sprechen schwerfällt.
Berührung: Vermittelt Nähe und Fürsorge und kann im Alltag Orientierung geben.
Nonverbale Kommunikation: Mimik, Gestik und Tonfall verstärken die Botschaft.

Sätze wie „Erinnerst du dich nicht?“ oder „Das hast du doch schon wieder vergessen!“ sind nicht hilfreich. Wenn sich die Person anders erinnert, vermeiden Sie unnötige Korrekturen. Oft ist es besser, die Erinnerung so anzunehmen, wie sie geschildert wird.

Umgang mit Verhaltensänderungen

Menschen mit Demenz können gelegentlich frustriert oder unruhig wirken. Auch Gefühle und Bedürfnisse können offener gezeigt werden als früher. Dieses Verhalten ist nicht absichtlich, sondern Folge der krankheitsbedingten Veränderungen im Gehirn.

Ein klar strukturierter Alltag, vertraute Routinen und die Erfüllung grundlegender Bedürfnisse schaffen Sicherheit. Dies unterstützt das Wohlbefinden und kann Verhaltensveränderungen wie Angst, Aggression oder Halluzinationen lindern.

Um Unruhe oder Unwohlsein zu lindern, kann man individuell Folgendes versuchen:

- angenehme Aktivitäten und Erinnerungen schaffen schöne gemeinsame Momente
- tägliche Bewegung und Aktivität erhalten die Selbstständigkeit
- regelmäßige Mahlzeiten und ausreichende Flüssigkeitszufuhr fördern das Wohlbefinden.

Auch wenn die betroffene Person ihre Gefühle nicht immer klar äußern kann, hat sie ein Recht, sie zu empfinden. Akzeptieren Sie gute und weniger gute Tage. Wenn etwas heute nicht gelingt, kann es morgen besser klappen. Mit Fortschreiten der Erkrankung sind selbst kurze gelungene Begegnungen wertvoll und bereichernd.

Weitere Informationen und Unterstützung

Mehr Informationen zum Umgang mit Menschen mit Demenz finden Sie auf der Homepage der Muistiliitto: www.muistiliitto.fi
Selbsthilfegruppen und andere Angebote: regionale Gesellschaften der Muistiliitto und die Muistiluotsi-Kompetenz- und Unterstützungszentren
Die Beratung am Telefon auf Finnisch erreichen Sie unter der Nummer **09 8766 550**