

Umgang mit demenzkranken Menschen

Nach einem Vortrag von Maresa Bosch zum Thema „Gelingende Beziehung mit alten verwirrten Menschen auf der Grundlage der Validation nach Naomi Feil“. (www.maresa-bosch.com).



Maresa Bosch ist Lehrerin für Pflegeberufe, Supervisorin und Mediatorin. Sie bietet Seminare und Beratung zu Demenz und Palliative Care an.

Dieser Artikel kann nicht alle von ihr vermittelten Fachinhalte wiedergeben. Es soll aber ein Eindruck ihres Zuganges zum Umgang mit demenzkranken Menschen vermittelt werden. Möglicherweise kann dies auch für Mitglieder von landwirtschaftlichen Familienbetrieben interessant sein, auf denen demenzkranke Angehörige betreut werden.

In den folgenden Beispielen ist die pflegende Person zumeist eine Frau, die gepflegte Person zumeist ein Mann. Die Wahl dieser Beispiele soll Geschlechterstereotype keinesfalls bekräftigen – die Beispiele stellen aber in der Praxis häufig vorkommende Situationen dar. Wenn Sie als pflegender Mann eine demenzkranke Frau betreuen, drehen Sie bitte diese Beispiele im Kopf gedanklich um.

Beispiel 1:

Eine Landwirtin (Frau X) erzählt, dass es sie „narrisch“ macht, wenn ihr dementer Schwiegervater immer die Brösel vom Tisch wischt. Sie müsse sie dann mehrmals täglich aufsaugen. Sie habe ihm das schon hundertmal gesagt, dass er das nicht machen solle. Dann ziehe er sich beleidigt zurück oder werde laut und fange an zu schreien.

Der Grundsatz der Validation nach Naomi Feil ist alles gelten zu lassen, was von alten, verwirrten Menschen kommt. Das Korrigieren/Widersprechen führt zu Regression (Rückzug) oder Aggression (z.B. Schreien oder Schlagen). Der Schwiegervater wird seine Gründe haben, wieso er die Brösel vom Tisch weghaben will. Vielleicht will er zeigen, dass er es weiterhin schafft, seinen Platz am Tisch sauber zu hinterlassen.

Die Betreuungsperson macht sich auch selber das Leben unnötig schwer. Sie kann vom dementen Schwiegervater nicht erwarten, dass er die rationale Begründung versteht, dass sie die Brösel am Tisch leichter als von Boden entfernen könne. Sie kann versuchen ihm zuvor zu kommen und selbst abzuwischen. Oder ihn loben, dass er sauber macht und versuchen, ob er ihr die Brösel übergibt statt sie hinunterzuwerfen.

Sie kann sich aber fragen, ob sie sich vorstellen kann, die vom Schwiegervater heruntergewischten Brösel nur einmal am Tag z.B. am Abend aufzusaugen. Falls ihr dies als zu unhygienisch erscheint, besteht die Möglichkeit, dass sie sich bei sich selber ansieht, wieso ihr diese Form von Sauberkeit so wichtig ist.

Beispiel 2:

Frau Y erzählt, dass ihr demenzkranker Vater bettlägrig sei und im Bett gewaschen werden müsse. Dazu müsse sie ihn öfters im Bett drehen. Dies sei sehr anstrengend, weil er Angst habe, dabei aus dem Bett zu fallen und sich mit aller Kraft am Bettgestell festhalte.

Der Vater hat Angst. Das gilt es anzuerkennen. Es nützt nichts, ihm zu erklären, dass nichts passieren könne. Vielleicht ist dies ähnlich einer Situation, wenn Frau Y. z.B. in einem Flugzeug wäre und ihr Fallsprung-Lehrer ihr erklären würde, dass sie ruhig aus dem Flugzeug springen könne, er hätte ihren Fallsprung kontrolliert und alles wäre in Ordnung. Frau Y. hätte wahrscheinlich dennoch Angst.

Es vergrößert die Angst des Vaters, wenn z.B. seine Hände, die sich am Bettgestell anhalten wollen, jetzt mit Gewalt gelöst werden.

Vielleicht gibt es die Möglichkeit, es zu einem anderen Zeitpunkt erneut zu versuchen, wenn der Vater entspannt ist. Oder vielleicht taucht das Problem nicht auf, wenn Frau Y die Lieblingsmusik des Vaters spielt, wenn er abgelenkt ist.

Es besteht offenbar ein großes Sicherheitsbedürfnis des Vaters, den Wunsch, sich irgendwo anzuhalten. Vielleicht ist es möglich, einen großen, weichen Gegenstand (z.B. Riesent Teddy) ins Bett zu legen, an dem sich der Vater festhalten kann und der mitgedreht wird. Das gilt es auszuprobieren. Auch wenn der Vater dann weniger Platz in seinem Bett hat: Eventuell empfindet er das sogar als angenehm.

Es macht die Pflege schwieriger, wenn Frau Y. z.B. gerne das Waschen erledigt hätte, damit sie sich danach einer anderen Arbeit oder auch ihrer berechtigten Freizeit widmen kann. Es ist verständlich, dass Frau Y. gerne ihren Plan der Arbeitseinteilung einhalten würde, aber es besteht die Gefahr, dass ein Jetzt-Erzwingen-Wollen nur zu größeren Problemen in der Zukunft führt.

Frau Y. kann auch ausprobieren, ob ihr Vater bei anderen Pflegepersonen anders reagiert. Möglicherweise spielt es eine Rolle, dass ihr Vater große innere Widerstände hat, sich von ihr als Tochter waschen zu lassen. Möglicherweise würde es ihm bei einer anderen Pflegeperson zwar immer noch schwer, aber vielleicht doch etwas leichter fallen. Falls dies der Fall wäre, könnte versucht werden, z.B. für das tägliche Waschen eine externe Pflegeperson zu finden.

Beispiel 3:

Frau Z. erzählt, dass ihr demenzkranker Ehemann immer ewig lange im Pyjama herumlaufe, sogar damit nach draußen gehe um Holz für den Ofen zu holen. Sie berichtet, dass ihr Mann früher im Beruf immer sehr sorgfältig gekleidet war.

Herr Z. verbindet möglicherweise das Im-Pyjama-Gehen mit einer Form von Freiheit, die er sich während seiner Berufstätigkeit nicht erlauben konnte. Auch wenn diese äußeren Zwänge sehr verinnerlicht waren und es ihm möglicherweise gar nicht bewusst ist: Es gibt vielleicht unbewusste Rebellionsbestrebungen, die jetzt in der Demenz ausgelebt werden. Dies soll keinesfalls eine Beschuldigung von Herrn Z. sein, dass er jetzt seine Gattin absichtlich ärgere, dies erfolgt unbewusst.

Frau Z. kann sich z.B. fragen, wie weit sie das Verhalten ihres Gatten akzeptieren kann bzw. was sie für sich an der Situation verändern kann, dass es für sie akzeptabel wird. Wenn sie z.B. befürchtet, dass der Pyjama beim Holz-Holen schmutzig wird und am Abend dadurch der Schmutz auch in das gemeinsame Bett gelangt, so könnte sie sich überlegen, ob ihr Mann ausreichend viele Pyjamas hat, sodass sie diese immer waschen könne. Vielleicht würde sich der Mann vor dem ins Bett gehen am Abend einen frischen Pyjama anziehen.

Frau Z. kann sich auch fragen, ob es ihr unangenehm ist, wenn z.B. die Nachbarn ihren Mann tagsüber im Pyjama sehen. Sie kann dann entweder in die Offensive gehen und den Nachbarn die Situation erklären, oder ihrem Mann z.B. Pyjamas kaufen, bei denen es nicht so augenscheinlich ist, dass sie Pyjamas sind.

Menschen, die ihr Leben lang sehr angepasst gelebt, alle Regeln eingehalten haben, haben sich vielleicht selber nie erlaubt, sich zu fragen, was sie gerne tun würden. In der Demenz kommt es dann manchmal zu Kontrollverlust (z.B. auch sexuell anzügliche Worte oder Tätigkeiten). Dies ist keine willentliche Entscheidung der demenzkranken Menschen sondern eine Reaktion, die aus dem Unbewussten gesteuert wird. Alle Menschen in der Umgebung haben natürlich das Recht sich entsprechend zu schützen – vielleicht erleichtert es sie aber zu verstehen, wieso der Angehörige plötzlich ganz anders reagiert als früher.

Beispiel 4:

Herr A. erzählt, dass seine Schwester mitten im Sommer glaubt, dass Weihnachten sei. Herr A. ist unsicher, wie er reagieren soll. Soll er darauf einsteigen, vielleicht sogar den Weihnachtsschmuck ausräumen, obwohl vor dem Fenster auf der Wiese die Blumen blühen? Oder soll er versuchen, der Schwester klarzumachen, dass jetzt nicht Weihnachten sein kann?

Für die Schwester ist Weihnachten offenbar ein wichtiges Thema. Möglicherweise möchte sie etwas aufarbeiten, was mit Weihnachten zu tun hat. Vielleicht steht der unbewusste Wunsch dahinter, etwas für sich abzuschließen, damit sie irgendwann auch in Frieden sterben kann.

Herr A. kann daher ruhig auf das Thema Weihnachten eingehen, mit der Schwester über ihre Weihnachtserinnerungen reden, alte Fotos ansehen – und auch wenn er das schon hundertmal getan hat – offenbar ist es für seine Schwester noch nicht genug, für sie ist noch etwas offen.

Es könnte verlockend sein, „mitzuspielen“ um die Schwester zu beruhigen, „Ja, ich hole schon den Weihnachtsschmuck und dann werden wir Zuckerl in Papier einwickeln, damit wir sie auf den Christbaum hängen können“ – die Gefahr besteht aber, dass die Schwester in einem hellen Moment die Blumen auf der Wiese sieht und dadurch die Lüge ihres Bruders – und das Vertrauen verliert. Sie ist ohnehin vielleicht schon von vielem in ihrem Leben überfordert, das sie nicht verstehen kann – da braucht sie stabile Bezugspersonen, denen sie vertrauen kann.

Beispiel 5

Herr B. findet es so anstrengend, wenn seine demente Mutter immer wieder sagt „Ich werde eh´ bald sterben.“ Dann redet er ihr gut zu, sagt ihr, was die Ärztinnen und Ärzte gesagt haben, dass sie noch lange leben könne etc..

Offenbar ist das Thema „Tod“ für die Mutter von Hrn. B. aktuell. Es ist verständlich, dass es Hrn. B. schwerfällt, darüber zu sprechen und er das Thema lieber zudeckeln würde. Bei der Validation gilt aber der Grundsatz „Deckel auf statt Deckel zu!“. Herr B. sollte dennoch versuchen mit seiner Mutter über das Sterben zu sprechen. Er kann Fragen stellen wie z.B. „Fühlst du dich so schlecht, dass du meinst... Wie stellst du dir es nach dem Tod vor? Hast du Angst? Wovon? Was für Wünsche hast du?“ etc. Herr B. kann für sich professionelle Unterstützung holen, bei der er besprechen kann, was ein möglicher Tod seiner Mutter für ihn bedeutet. Und Herr B. kann versuchen seiner Mutter andere Gesprächspartner zu organisieren, denen es leichter fällt, mit ihr über das Thema Tod zu sprechen, weil sie emotional nicht so verstrickt sind. Das kann neben professioneller Beratung, Psychotherapie, Seelsorge auch vielleicht die gleich alte Nachbarin sein, die vielleicht ähnliche Ängste vor dem Tod hat – und wenn aufgrund einer Infektionsgefahr ein persönlicher Kontakt schwierig ist, könnten vielleicht auch hochbetagte Menschen z.B. per Skype Gespräche miteinander führen (wenn z.B. auch die Nachbarin eine Pflegeperson hat, die ihr die Video-Konferenz einrichtet).

Zusammenfassung

Die Pflege von demenzkranken Angehörigen am landwirtschaftlichen Betrieb ist sicherlich keine leichte Aufgabe. Alle Personen, die sich dies zutrauen und deren persönliche Lebenssituation ihnen auch genügend Ressourcen dafür gibt, sollten sich für das Konzept der Validation nach Naomi Feil interessieren. Dies kann dazu beitragen, den Prozess der Demenz ev. aufzuhalten oder zu verlangsamen. In manchen Fällen kann trotz bester Betreuung ein Fortschreiten der Demenz nicht verhindert werden. Dies ist für die Angehörigen oft schwierig hinzunehmen, die Validation kann aber dazu beitragen, dass die zu betreuende Person trotzdem glücklicher ist.

Auch die pflegenden Personen können davon profitieren. Wenn der Grundsatz einer einfühlsamen, wertschätzenden Haltung tief verinnerlicht ist, kann dies bei allen menschlichen Kontakten, nicht nur demenzkranken Menschen gegenüber, hilfreich sein.

Dipl Ing. Willi Peszt

Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision

Dipl. Sozialpädagoge
zert. Mediator

0680 123 1 876

willi.peszt@gmx.net

www.psychotherapie-peszt.com