

# Wenn das Vergessen zur Krankheit wird

Aktionswochen Demenz im Zollernalbkreis mit Themenabenden, Tanzcafés und Kreativprojekten

**Demenz ist eine Herausforderung. Für die Betroffenen und für die Angehörige. Darauf machen jetzt Aktionswochen im Zollernalbkreis aufmerksam.**

BERND ULLRICH

**Zollernalbkreis.** Am 21. September wird weltweit auf die Situation der Demenzkranken und deren Angehörigen hingewiesen. In der Bundesrepublik sind aktuell 1,6 Millionen Menschen an Demenz erkrankt. Die Erkrankung des Gehirns bewirkt fortschreitende Defizite im kognitiven, emotionalen und sozialen Bereich, einhergehend mit dem Abbau von Funktionen sozialer und beruflicher Art. Betroffen sind ebenfalls Kurzzeitgedächtnis, Denkvermögen, Sprache und Motorik. Die Einschränkungen können bis zum Verlust dieser Fähigkeiten führen.

An Demenz erkrankte Menschen bedeuten für die Angehörigen eine Herausforderung, deren Größe ständig zunimmt. Dem Angehörigen fällt die Veränderung zwar auf, aber oft genug weiß er sie nicht zu deuten. Daraus resultiert häufig nicht nur Unverständnis, sondern auch ein starkes Ablehnungs- und Unlustgefühl. Man erlebt den kranken Menschen in einer oft negativen Form verändert, mit der man sich meistens sehr schwertut. Und wenn dann schließlich die Diagnose „Demenz“ gestellt wird, werden die Sorgen nicht weniger.

Es ist löblich sich vorzunehmen, den Angehörigen daheim pflegen zu wollen. Aus räumlichen und zeitlichen Gründen ist dies oft nicht möglich. Und wenn doch, stößt das Vorhaben doch nicht selten an seine Grenzen. Die große Herausforderung kann dann leicht zur Überforderung des Helfenden und Betreuenden werden, der durchaus an seine Grenzen kommen kann und nicht selten selber krank wird. Das muss nicht sein, aber die Erfahrungen sprechen eine eigene Sprache.

Es gibt nun die Möglichkeit sich Hilfe ins Haus zu holen. Aber stimmt auch die Chemie zwischen den Personen? Eine andere Möglichkeit ist die stationäre Aufnahme in einer Pflegeeinrichtung. Der Weg zu einer Entscheidung ist in aller Regel schwierig und vielleicht auch schmerzhaft. Ein vermeintlicher Königsweg ist selten genug oder gar nicht in Sicht.

Einen Zugang zu dem Demenzkranken zu finden, dies bedeutet ganz neue Wege zu gehen. Zum Beispiel über Musik, Singen, Tanzen oder auch über Sprichwörter oder Reime, wie man sie von früher noch kennt. „Auch künstlerisches Schaffen bietet eine Zugangsbrücke zum Erkrankten“, weiß Ina Simone Petri. Die freischaffende Künstlerin und Kunstgeragogin hat diesbezüglich sehr gute Erfahrungen gemacht. „Wichtig sein können sehr oft nonverbale Formen der Kommunikation“, ergänzt Heide Rath vom Pflegestützpunkt Balingen: „Ein Lächeln,

ein Streicheln, das Falten der Hände und Berührungen lassen sehr oft eine positive Reaktion erkennen.“

kreis ist der Überzeugung: „Gefühle werden nicht dement.“ Es sei wichtig sich rechtzeitig Hilfe zu holen, bevor



Gefühle werden nicht dement: Zuwendung spielt deshalb eine große Rolle beim Umgang mit Demenzkranken.

Foto: Bernd Ullrich

All dies erhärtet die Aussage von Hildegard Fürst zum Thema Demenzkrankheiten. Die Vorsitzende des Kreiseniorenrates Zollernalb und gleichzeitige Sprecherin des Netzwerkes Demenz im Zollernalb-

man sich in der Pflege selber aufzעהre, weiß Hildegard Fürst. Und sie konkretisiert: „Tabu und Scham sind hier absolut unnötig und dienen niemandem. Es geht einfach nur um Hilfe für alle Beteiligten.“

Diese Hilfe und Unterstützung bietet das Netzwerk Demenz im Zollernalbkreis. In der Broschüre „Herausforderung Demenz“, die sich an Angehörige, Pflegepersonal und weitere Interessierte richtet, sind die Aktionswochen Demenz im Zollernalbkreis für diesen Herbst aufgelistet. Neben einer Workshopreihe für Angehörige in Albstadt, Beratungsangeboten in Burladingen und einem Themenabend in Balingen, werden im Raum Hechingen, Bisingen und Haigerloch Vorträge, ein Film und Kreativaktivierungen mit Kunst, Tanz und Musik angeboten. Bis Mitte Oktober kann man sich also umfassend über das Thema Demenz informieren.

Die Termine bringen in dieser Woche unter anderem am morgigen Mittwoch ein Tanzcafé in Haigerloch (Altenpflegeheim St. Josef, 15 Uhr), den Themenabend „Ich vergaß, was da war“ in Hechingen (Bildungshaus St. Luzen, 20 Uhr), und am Freitag den Workshop mit dem Titel „Aktivierung mit Sprichwörtern, Liedern und Musik“ (Bildungshaus St. Luzen, 9.30 bis 17 Uhr).

**Info** Das Faltblatt zu den Aktionswochen ist zu haben über den Kreiseniorenrat, die Rathäuser Hechingen, Albstadt und Balingen und die Pflegestützpunkte. Ebenso kommt man an die Termine unter [www.kreiseniorenrat-zollernalb.de](http://www.kreiseniorenrat-zollernalb.de) („Aktuelles“). Weitere Fragen beantwortet gern Hildegard Fürst (Telefonnummer 07575/ 895).