

Kurzinformation

**WOHNUNGSANPASSUNG
BEI
DEMENTIELLER
ERKRANKUNG**



**Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband Bonn / Rhein-Sieg e.V.
Wohnraumberatung und Wohnungsanpassung
im Rhein-Sieg-Kreis
Schumannstr.4, 53721 Siegburg
Tel. (02241) 866 857-20
Fax (02241) 866 857-17
wohnberatung@awo-bnsu.de**

Wohnraumanpassung bei an Demenz Erkrankten

Für an Demenz erkrankte Menschen muss die Anpassung des Wohnbereiches im Einzelfall immer auf das Krankheitsbild und das Stadium der Krankheit abgestimmt und ggf. später modifiziert werden. Grundsätzlich sollte eine Umgestaltung nur in kleinen Schritten erfolgen und die Reaktion des Betroffenen beobachtet werden. Insbesondere bei Sicherungsmaßnahmen ist immer zwischen der Notwendigkeit auf Grund von Selbst- und/oder Fremdgefährdung und dem Selbstbestimmungsrecht des Erkrankten abzuwägen. Die gleiche Maßnahme kann bei der einen Person richtig und bei einem anderen Menschen völlig falsch sein. Es ist unerlässlich, die Gewohnheiten und die Biographie des Menschen mit einzubeziehen!

Kommunikation mit demenzkranken Menschen

- Demenzerkrankte mit Achtung behandeln
- überprüfen, ob Hör- oder Sehstörungen vorliegen
- auf gut sitzende Zahnprothese achten
- langsam und deutlich in normaler Lautstärke reden
- Hintergrundgeräusche vermeiden (Radio, TV)
- beim Sprechen Blickkontakt halten (zu Menschen im Rollstuhl auf Augenhöhe)
- kurze einfache Sätze ohne Verschachtelungen verwenden, ggf. wiederholen
- länger auf Reaktion/Antwort warten
- auf Mimik achten, um zu kontrollieren, ob Gesagtes verstanden wurde und wie es aufgenommen wird
- auf geäußerte Gefühle eingehen, sprachliche Botschaften nicht entschlüsseln, die emotionale Botschaft verstehen
- nicht mehrere Sachen gleichzeitig machen
- nicht zu viele Informationen auf einmal geben
- Fragen auf die unmittelbare Gegenwart beziehen
- Warum- Was- Wo- Wie- Fragen und Diskussionen vermeiden
- wichtige Informationen in die letzten Worte legen
- Handlungsaufforderungen mit optischem Reiz/Mimik verbinden (Lächeln, Nicken)
- Den Demenzkranken in Entscheidungen mit einbeziehen
- kein Verstehen vortäuschen, sondern das wiederholen, was verstanden wurde
- den Kranken nicht unnötig korrigieren
- individuellen biographischen und sozialen Hintergrund berücksichtigen

Allgemeine Tipps zur Sicherheit

- aktuelles Foto vom Erkrankten sollte vorliegen (bei Weglauftendenzen)
- SOS Kettchen o.a. Identifikationsmöglichkeiten (in Kleidung, Taschen)
- von wichtigen Dokumenten Duplikate anlegen (Papiere, Schlüssel, Brille)
- Reinigungsmittel und Chemikalien wegschließen (z.B. Rasierwasser, Nagellackentferner)
- Medikamente nur bedingt zugänglich machen (z.B. Tagesdosis)
- giftige Pflanzen im Haus und Garten beseitigen
- sicherheitskritische Geräte entfernen/wegschließen (Werkzeuge, scharfe Messer, Gartengeräte, Küchenmaschinen ...)
- Kindersicherung an den Steckdosen montieren
- Mülleimer vor dem Ausleeren kontrollieren
- Sicherungen an den Fenstern
- Glastüren sichtbar machen (Aufkleber)
- Zugang zur Gasheizung verhindern (der Gashahn kann z.B. in einem abschließbaren Kästchen eingebaut werden)
- Rauchmelder (evtl. in Kombination mit einem Hausnotrufgerät)
- möglichst nur draußen rauchen, nicht alleine rauchen, Mülleimer aus Metall
- schwer entflammbare Bettwäsche, Gardinen etc. (insbes. bei Rauchern)

Allgemeine Tipps zur Orientierung

- Vereinfachung des Wohnumfeldes (Teppiche herausnehmen, Reduzierung der Möbel, keine Mustertapeten)
- verschiedene Bodenbeläge (leichtere Identifizierung der Raumfunktion)
- Wohnung mit Orientierungspunkten ausstatten (z.B. Stuhl am Küchentisch, Zeitung immer an gleiche Stelle legen)
- Schilder mit Symbolen, Fotos oder Schrift an Türen und Schränken anbringen (können den Kranken helfen zurechtzukommen, ohne jemanden fragen zu müssen)
- Schränke offen lassen, nicht notwendige Türen aushängen, Öffnungsrichtung der Tür sollte den Blick in den Raum freigeben, damit sofort klar ist, um welches Zimmer es sich handelt

- Merkhilfen bereitstellen (z.B. Notiztafel, Kalender mit Abreiblättern, Fotos mit Namen versehen)
- Uhren mit großen arabischen Zahlen, lautem Tickgeräusch verwenden
- Kleidung in richtiger Reihenfolge hinlegen
- gleiche Artikel einkaufen (Shampoo, Seife, Socken etc. ...)
- alles was dem Erkranktem gehört/benutzt in der selben Farbe bereitstellen (Handtuch, Kamm, Zahnbürste, Tasse...)

Tipps zur Lichtgestaltung

- sorgen Sie überall in der Wohnung für helles Licht (500 Lux) und vermeiden Sie Schattenbildung (erleichtert die Orientierung, verringert Ängste und kann ggf. Wahrnehmungsstörungen/ Unsicherheit vermindern)
- dunkle Flächen können als Löcher interpretiert werden
- Tageslicht darf nicht blenden
- Oberflächen sollen nicht reflektieren (matte Anstriche verwenden)

Tipps zur Beschäftigung und zum Wohlbefinden

- beruhigende bzw. vertraute Musik anbieten
- auf frühere Wohngewohnheiten achten (Ordnungssystem beibehalten)
- biographiebezogene Beschäftigungen anbieten (z.B. faltet gerne Wäsche, bastelt Modellschiffe)
- persönliche Erinnerungsstücke zugänglich machen (z.B. alte Fotos, Nähkorb, Handwerkskiste ohne gefährliche Geräte)
- Wanderpfade schaffen, für genügend Lauf- und Bewegungsmöglichkeiten sorgen (Bewegungsdrang kann besser gelenkt werden)
- Beschäftigungsecken einrichten, Kram-Kisten (Dinge stapeln, sortieren)
- Fensterplatz einrichten, der z.B. den Blick auf eine belebte Straße freigibt
- Anschaffung von Haustieren erwägen
- Fernsehen kann zu Unruhe führen und eine Überforderung darstellen
- Chaos und Lärm vermeiden

Bei Weglauftendenzen

- sichere Außenbereiche schaffen, die gut zugänglich sind und Anreize zur Beschäftigung bieten (z.B. Hochbeete)
- Nachts die Außenbeleuchtung ausschalten
- Einbau von Bewegungsmatten (reagieren auf Gewichtsveränderung und geben akustisch Meldung)
- Signalgeber (Kordel wird zwischen die Türrahmen, ca. 1,00m Höhe, gespannt, wenn der Chip von der Kordel aus dem Gerät gezogen wird, ertönt ein Signal)
- Infrarotstrahl zwischen den Türrahmen (wenn der Strahl unterbrochen wird, ertönt ein Signal)
- Bewegungsmelder (Matte vor der Tür, sobald eine Bewegung registriert wird, gibt das Gerät Meldung)
- Chip im Schuh (kann auf bestimmten Radius eingestellt werden und gibt Signal, wenn dieser verlassen wird)
- Glöckchen / Mobilé an der Tür anbringen (läutet wenn der Raum verlassen wird)
- bei akustischen Signalen testen, ob der Erkrankte sich nicht erschreckt
- Türen in die Umgebung einbinden (mit gleicher Tapete verkleiden oder Vorhang vor die Tür hängen)
- Eingangstür dunkel gestalten (Leuchten vor Türen abmontieren)

Vorsicht: Beobachten, wie die Erkrankten reagieren, wenn sie keinen Ausgang mehr finden. Evtl. versuchen sie dann, die Wohnung durch ein Fenster zu verlassen!

Spaziergang durch die Wohnung

Eingangsbereich

- Universalschloss in der Eingangstür einbauen (Tür kann in kritischen Situationen auch von außen geöffnet werden, wenn von innen der Schlüssel steckt)

Flur

- Flure von überflüssigen Möbeln befreien und dunkle Ecken ausleuchten
- Fußboden sollte nicht reflektieren (spiegelnder Boden kann als Wasser oder Eis wahrgenommen werden)
- dunkle, gemusterte oder spiegelnde Fußbodenbeläge können als Hindernis wahrgenommen werden
- Farbe der Tapete sollte einfach, freundlich und hell sein
- nicht notwendige Türen aushängen (z.B. Schlaf/oder Badezimmer wird dann besser gefunden)
- Flure können als „Sackgasse“ wahrgenommen werden (Einsatz von Lichtquellen und Wuselecken)
- Spiegel können Verwirrung stiften, in fortgeschrittenem Stadium der Krankheit erkennt der Betroffene sich selbst nicht mehr im Spiegel (mit einem Tuch abdecken oder ggf. entfernen)
- Dauerhaft Tag/Nachtlichter auf dem Weg vom Schlafzimmer zur Toilette einrichten

Badezimmer

- Schlüssel entfernen (denn der Betroffene ist vielleicht noch in der Lage die Tür abzuschließen, kann sie aber vielleicht nicht mehr öffnen) oder Einbau eines Schlosses, das von außen geöffnet werden kann
- Einbau eines Temperaturbegrenzers (Verbrühungsschutz)
- Einbau eines Wasserflussreglers (muss mit dem Demenzkranken geübt werden, ob er/sie damit zurechtkommt)
- Armaturen mit Bewegungsmelder ausstatten (vorher woanders ausprobieren, beobachten wie der Kranke auf die veränderte Handhabung reagiert)
- Waschmaschine mit Aqua-Stop ausrüsten

- sicherstellen, dass ein Überlauf an Waschbecken, Dusche und Badewanne vorhanden ist - bzw. der Ablauf nicht verschlossen werden kann
- Elektrogeräte im Badezimmer (Fön, Rasierer) bei Mißbrauchgefahr ggf. entfernen
- Medikamente, Reinigungsmittel und Chemikalien wegschließen
- Badezimmerutensilien (Handtuch, Zahnbecher, Zahnbürste, Kamm etc.) in gleicher Farbe bereitstellen
- höhenverstellbare Dusche (Angst vor der Dusche/Wasser von oben kann während der Krankheit entstehen)
- Stand-WC (Hänge WC kann Unsicherheit auslösen)
- Entfernen von Eimern im Bad (Verwechslung mit der Toilette)
- bei Neubau: WC sollte bei geöffneter Tür vom Bett aus zu sehen sein
- beim Umbau: abwägen zwischen früheren Wohngewohnheiten und neuer, behindertengerechter Ausstattung
- Badezimmertür möglichst nach außen zu öffnen

Küche

- Reinigungsmittel wegschließen
- Kochgeschirr/Geräte in der Küche reduzieren und gut zugänglichen, übersichtlichen Arbeitsplatz schaffen
- zur besseren Orientierung offene Regale verwenden, Schränke mit Glastüren versehen, die Schranktüren aushängen oder beschriften
- Herdsicherung/Herüberwachung (Dauer der Stromzufuhr kann eingestellt werden, Herd schaltet sich bei Überhitzung automatisch ab), Gasherde abschaffen (es gibt keine Sicherungssysteme!), ggf. auch Elektroherd entfernen
- Einbau eines Temperaturbegrenzers oder Wasserflussreglers (siehe Bad)
- Geschirrspülmaschine mit Aqua-Stop ausrüsten
- Elektrogeräte mit Zeitschaltuhr ausrüsten (z.B. Kaffeemaschine)
- Bügeleisen nur unter Aufsicht verwenden oder Gerät mit automatischer Abschaltung verwenden
- Wasserkocher mit Abschaltautomatik oder Wasserkessel mit Pfeife verwenden (Achtung: Lärm kann Panik oder Angst hervorrufen)

Schlafzimmer

- beleuchteter Weg vom Schlafzimmer zur Toilette
- getrennte Schlafzimmer können eine Entlastung für die Angehörigen darstellen, wenn der Erkrankte in der Nacht aktiv ist, sich aber nicht selbst gefährdet
- Toilettenstuhl neben dem Bett aufstellen (muss ggf. eingeübt werden)
- Sicherungssysteme wie im Eingangsbereich
- Babyphon (gute Lösung, wenn Angehörige sofort reagieren müssen, sobald der Erkrankte aufwacht, kann jedoch die Nachtruhe des Pflegenden erheblich stören, da auch das kleinste Geräusch übertragen wird)
- Hausinterne Telefonanlage

Wohnzimmer

- Hausnotruf
- Spezialtelefon mit großen Tasten oder Fotos
- 500 Lux Lichtquellen (helles Licht) verwenden
- Muster auf Tapeten/Stoffen/Teppiche sollten einfach sein
- giftige Pflanzen entfernen
- Beschäftigungsmöglichkeiten schaffen

Garten

- Sitzplätze, die zum Verweilen einladen
- (Hoch-) Beete, die zum Beschäftigen/Wuseln einladen
- Stufen farblich kennzeichnen (Stolperfallen!)
- Rundweg schaffen
- Schatten von z.B. Bäumen können Auslöser von Angst sein
- den Gartenausgang zurückhaltend gestalten
- den Garten einzäunen, damit das Grundstück nicht unbemerkt verlassen werden kann