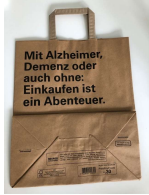


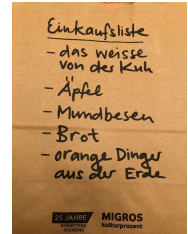
Wie kann ich einer Freundin mit Demenz helfen?

Irene Bopp-Kistler, leitende Ärztin Memory Clinic, universitäre Klinik für Akutgeriatrie



Hat meine Freundin Demenz?

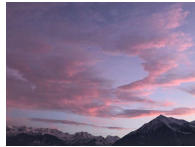
- Sie hat Mühe, Termine einzuhalten...
- Sie ist unsicher mit der Orientierung
- Sie kocht einfacher
- Es liegen Mahnungen auf dem Schreibtisch
- Sie sucht ständig
- Sie zieht sich zurück
- Sie sucht nach Wörtern
- Sie hat ständig Erklärungsmodelle
- Sie ist weniger gepflegt



Ich habe Angst, was löst es bei mir aus?

«Die Erkrankung betrifft genau den Bereich, der uns so wichtig ist: unser Denken und unsere Persönlichkeit, weswegen sich die Frage stellt, ob ein solches Leben noch Sinn macht».

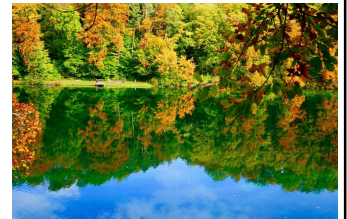
Aus demenz. Fakten Geschichten Perspektiven



Ich habe Angst, bin verunsichert...
Soll ich mich zurückziehen???
Sie widerspricht mir...

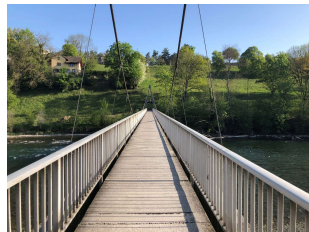
Ich bin mutig, spreche meine Freundin an

- Ich mache mir Sorgen um dich!
- Du bist mir wichtig!
- Mach doch einmal eine medizinische Abklärung, ich begleite dich, wenn du willst
- Wertschätzung
- Keine Konfrontation



Wie kann ich meine Freundin unterstützen?

- Konkrete Vorschläge der Hilfe
- Brücke: helfen, aber nicht bis zur eigenen Erschöpfung, Organisation von professioneller Hilfe
- Meine Haltung: was bedeutet für mich Hilflosigkeit?
- Es gibt einen Weg, ich bin für dich da!

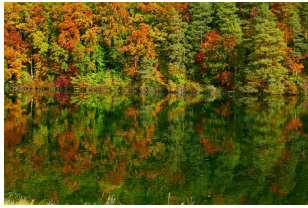


Wie spreche ich mit meiner Freundin? Das kleine ABC der Validation

- Spiegeln der Gefühle
- Nicht aufmerksam machen, dass etwas schon einmal gesagt wurde (scheinbar ist dir dies so wichtig...)
- Versuch, wahrzunehmen, was mir die Freundin sagen möchte
- Demenzerkrankte sprechen oft wie in Metaphern
- Meine Freundin möchte verstanden werden!



Aussagen meiner Freundin...



- „Kannst du mir helfen, ich bin so stumm...“
- „Ich weiss, was ich sagen möchte, doch ich kann es nicht sagen...“
- "Muss ich nun mein Leben lang mit Alzheimer leben?"
- "Ich möchte wieder mein Gedächtnis finden."

Wie kann ich dem Partner meiner Freundin helfen?

- Angehörige wollen verstanden werden, nicht nur Entlastung!
- Verstehen, was es heisst: "ambiguous loss" (uneindeutiger Verlust): Ich habe noch meine Ehefrau, aber sie ist nicht mehr meine Partnerin
- Konkrete Vorschläge
- Nicht: du musst dich melden...



Würde, was heisst das bei Demenz?

"Würde kann keinem Menschen genommen werden, auch nicht einem Demenzerkrankten, solange ihn das Gegenüber in seinem veränderten Sein annimmt und versteht."

Irene Bopp-Kistler in demenz. Fakten Geschichten Perspektiven



Was bedeutet es für mich, die Begleitung meiner Freundin? Ist Weiterentwicklung möglich?

- Meine Einstellung zu Schicksal/ Todesverständnis
- Kunst des Loslassens...
- Zufriedenheit des Seins
- «Die Möglichkeit eines assistierten Suizides darf nie, aber wirklich nie, zur Erwartungshaltung der Gesellschaft werden!»



«Die Unbeständigkeit des Lebens wird in dieser Krankheit sinnbildlich eingefroren. Doch letztlich, auch das bedenke ich immer öfter, ganz wie der Vater einmal gesagt hat. Vielleicht spaltet sich hier eine Möglichkeit ab.»
Arno Geiger
im Buch demenz.

