

APRIL 2024

INHALT:

- **Musik und Tanzen für Körper und Psyche**
- **„Vergiss mein nicht Ball“ für Angehörige und Betroffene**
- **Rituale in der Begleitung von an Demenz erkrankten Menschen**
- **Überleitungsbogen**
- **Private Pflegedienstleistung für zu Hause**
- **Demenzkaffee**

Musik und Tanzen für Körper und Psyche

Bei unserem letzten SHG Treffen am 18.März mit Frau Prof. Renate Kreuzer wurde auch über Singen und Tanzen gesprochen und wie gut es den dementen Menschen tut, geliebte alte Lieder zu hören und sich womöglich auch noch dazu zu bewegen zu Tanzen.

(Quelle: <https://demenz-portal.at/tanzen>)

Dass Musik sich positiv auf Demenzpatienten auswirkt, ist schon bekannt. In einer finnischen Studie wurde nachgewiesen, dass durch Singen das Arbeitsgedächtnis, die Orientierung und die Denkleistungen sich verbessern. Außerdem wirkt es gegen depressive Verstimmungen. Wer selbst musiziert, schult das Gehirn in besonderer Weise und ist länger vor Demenz geschützt. Von daher kann erwartet werden, dass sich beim Zusammenspiel von Bewegung und Musik ebenfalls ein positiver Faktor ergibt. Was auch stimmt. Denn bei den Tänzern der Studie zeigte sich, dass es zu einem Anstieg des Nervenwachstumsfaktors kam, der für die Bildung neuer Nervenzellen und für das Langzeitgedächtnis eine große Rolle spielt. Deshalb kann vermutet werden, dass durch Tanztraining der geistige Abbau bei einer leichten Demenz verzögert wird.

Dazu ist noch hinzuzufügen, dass Tanzen die Lebensfreude erhöhen kann, sofern die erkrankte Person Interesse daran zeigt, auch wenn sie bereits an fortgeschrittener Demenz leidet.

Tanzen blendet die Demenz für kurze Zeit aus!

„Wo so vieles weg ist – Tango usw. war bei meinem Mann abrufbar“, erzählte eine Angehörige. Auch meine persönliche Erfahrung war überraschend, denn tanzen hat lange funktioniert.

„Vergiss mein nicht Ball“ für Demenzerkrankte und ihre Angehörigen

Die Volkshilfe Kärnten veranstaltet **am Freitag, den 24. Mai 2024** einen Ball für Menschen mit Demenz, Seniorinnen, pflegende Angehörige, Pflege- und Betreuungspersonen und alle interessierte.

Nach unseren Informationen wird dabei auch diplomiertes Pflegepersonal unterstützend vor Ort sein, um mit ihrem „know how“ sicherzustellen, dass das Fest für die Besucher ein freudiges Ereignis sein wird. Dabei wird v. a. alte Musik gespielt werden um möglichst viele Besucher mit ihren Lieblingsliedern erfreuen zu können.

Parkhotel im Bambergssaal (14 – 16 Uhr).

Eintritt: Freiwillige Spende

Anmeldung unter: demenzhilfe@vhktn.at oder 0664/8141969

Rituale in der Begleitung von an Demenz erkrankten Menschen

(Online-Impulsvortrag Oktober 2020 mit Gerhard Spreitzer)

Rituale sind für mangelhaft, desorientierte und an Demenz erkrankte Menschen von großer Bedeutung. Rituale können u.a. Vertrautheit, Sicherheit und Orientierung geben. Rituale sind meist mit Gefühlen verbunden. Wir wissen, dass bei an Demenz erkrankte Menschen die Kognition (Hirnleistung im Sinne des Verstandes, der Orientierung und des Gedächtnisses) abnimmt und teilweise bzw. ganz (je nach Fortschritt der Erkrankung) verloren geht. Die Gefühlswelt (Bauchgefühl) prägt sich immer mehr aus. Der Mensch wird immer feinfühler und drückt seine Bedürfnisse immer mehr über Gefühle bzw. Emotionen aus. Somit ist es wichtig, dass gefühlsmäßig positiv besetzte Rituale erkannt und weitergeführt werden.

Beispiele: Tages – und Nachtablauf

Nach Möglichkeit immer denselben Tagesablauf. Bekannte Rituale und Vorlieben nutzen.

Ablauf in der Früh: Wie war es der Mensch gewohnt? Aufstehen, Frühstück, Körperpflege, Anziehen -oder umgekehrt? Wann zieht sich der Mensch die Tageskleidung an – vor oder nach dem Frühstück?

Spaziergang, bekannte Radiosendungen, Spiele, Zeitung lesen (auch wenn das Lesen nur noch eingeschränkt, oder nicht mehr geht), zu Mittag Kirchenglocken (auch im Radio hören – gibt Orientierung, jetzt ist Mittag, Zeit zum Essen), Gebet vor dem Essen, Tagesorientierung (vor allem Unterscheidung Wochentag, Feiertag, Sonntag – Kleidung, Essen, Tischgedeck/Blumen, Gottesdienst im Radio oder TV), Abendritual (Milch mit Honig, Abendgebet)

Achten auf Gewohnheiten bei der Körperpflege: Beim Mann z.B. – wann ist er gewohnt sich zu rasieren? Früh/Abend – Trocken/Nass

Beschäftigung:

Fotoalben aus vergangenen Tagen mit Bezug zum an Demenz erkrankten Menschen.

Eine Box mit verschiedenen Utensilien, welche der an Demenz erkrankte Mensch erkennt und evtl. noch einen Bezug zu früher (unbewusst) herstellt (Bezug auch zum Beruf).

Überleitungsbogen

(Quelle SHG Klagenfurt/Fr. Pacher)

Erstellen Sie auch für Ihre privaten Zwecke über den zu pflegenden Kranken einen Überleitungsbogen. Wenn Sie als Pflegeperson ausfallen, sollte auch Ihre Vertretung über die Besonderheiten des Kranken informiert sein. Es zeigt sich immer öfter, wie wichtig der Überleitungsbogen, der vom Krankenhaus Laas initiiert wurde, ist - für die private Vertretung, für den Arzt und für das Krankenhaus. Sie finden ihn in der Beilage.

Wir ersuchen auch wieder unsere Netzwerkpartner, ihre Klientel über diesen Bogen zu informieren bzw. ihn weiterzugeben.

Private Pflegedienstleistung für zu Hause

Sollten Sie Bedarf an einer privaten Pflegedienstleistung haben, wenden Sie sich bitte direkt an Frau DGKP Carmen Kikel oder Frau DGKP Danja Weichselbraun. Beide bieten stundenweise Pflege für zu Hause an.

Kontakt:

Tel. 0664/1241787 oder 0676 4219238

pflege-zuhause@gmx.at

Demenzkaffee

Gesprächsrunde für pflegende Angehörige

Termin: 7. Mai von 9 bis 11 Uhr

Veranstaltungsort: Diakonie - Haus Gail
Arnold-Clementsches-Straße 55, Villach

Eigene Erklärung

Inhalte zu diesen Informationen erhalten wir von Experten, die uns unterstützen, aus Erfahrungen unserer Besucher oder wir verwenden Informationen aus den Medien. Wir recherchieren zwar ganz genau, es kann jedoch vorkommen, dass eine Auskunft nicht immer für jeden zufriedenstellend oder nachvollziehbar ist. Natürlich sind wir für jede sachliche Information bzw. Korrektur dankbar.

Edith Kronschlager



Die Aktivitäten der Selbsthilfegruppe werden vom *Dachverband Selbsthilfe Kärnten* unterstützt.
Kempferstraße 23/3, Postfach 27, 9021 Klagenfurt, TEL 0463/50 48 71.