



## Liebe Leserin, lieber Leser!

Im vergangenen Jahr haben wir begonnen, Altenpfleger und Altenpflegerinnen auszubilden. Den ersten Teilabschnitt ihrer dreijährigen Ausbildung haben jetzt mit sehr gutem Erfolg beendet. Wir sind nicht nur auf unsere langjährigen Mitarbeiterinnen stolz, die sich jetzt für eine Ausbildung entschieden haben, sondern auch auf unsere erfahrenen Pflegekräfte, die motiviert und engagiert die fachpraktische Ausbildung und Anleitung der Auszubildenden übernommen haben. Und: Die Freude am Lernen hat drei weitere Mitarbeiterinnen motiviert, in diesem Sommer ebenfalls eine Pflegeausbildung zu beginnen.

Vor Ihnen liegt unsere Herbstausgabe von GEPFLEGT ZU HAUSE zum Lesen und Vertiefen. Es grüßt Sie herzlich

Ihre

**Stephanie Wißmann**  
Pflegedienstleitung



Fotos: Ev. Kirche Kaiserslautern

## TAGESPFLEGE – UNSER NEUES ANGEBOT FÜR PFLEGEBEDÜRFTIGE MENSCHEN MIT DEMENZ

### Die Grüne Oase

**In Enkenbach – idyllisch von Wald und Wiesen umgeben – hat unsere neue Tagespflege ihre Pforten eröffnet. In der „Grünen Oase“ ist Platz für 20 Tagesgäste – pflegebedürftige Menschen, die weiterhin in ihrer eigenen Wohnung leben möchten, tagsüber aber nicht alleine bleiben sollten.**

**TRÄGER DER TAGESPFLEGE** in Enkenbach ist die Protestantische Altenhilfe Westpfalz, die Ökumenische Sozialstation Otterberg und wir, die Öku-

menische Sozialstation Kaiserslautern.

Mit der Tagespflege bieten wir pflegebedürftigen und demenzerkrankten Menschen ein Programm, das ihren Tag strukturiert, das sie Gemeinschaft erleben lässt und das sie fördert. Menschen, die pflegebedürftig sind oder an Demenz leiden, haben von alledem oft zu wenig. Wir haben aber auch die Angehörigen im Blick, die wir durch die Tagespflege entlasten wollen. Die Tagespflege ist die optimale Ergänzung zu der häuslichen Pflege und Betreuung durch Angehörige. Die Zeit, die Angehörige durch die Tagespflege zur freien Verfügung haben, ist verlässlich und planbar – zwei wichtige Faktoren. Das schafft Raum zum Durchatmen: Während der Kranke in der Tagespflege sicher und geschützt einen schönen Tag erlebt, können sich die pflegenden Angehörigen ihren Interessen widmen. Wer über Jahre zu Hause pflegt, braucht diesen Ausgleich, um nicht „auszubrennen“. Als teilstationäres Angebot bietet unsere Tagespflege medizinisch-therapeutische und pflegerische Leistungen, Ansprache, rehabilitative Aktivitäten und vor allem ein die Tage strukturierendes Programm. Es versteht sich von selbst, dass die Grüne Oase ebenerdig erreichbar und barrierefrei angelegt ist, so dass sich auch Gäste

uneingeschränkt bewegen können, die einen Rollator o.Ä. benutzen oder nicht gut Treppen steigen können. Auch der angrenzende Außenbereich ist barrierefrei zu erreichen: Hier lädt der Pflanzgarten unsere Gäste dazu ein, an den Hochbeeten bequem und nach Lust und Laune tätig zu werden.



Haben Freude an ihrer Ausbildung in der Altenpflege: Brigitte Picheta und Irina Krieger (rechts)

**DIE GRÜNE OASE** ist montags bis freitags von 8 Uhr bis 16:30 Uhr geöffnet. Der Besuch der Tagespflege kann ganz individuell nach Bedarf und Absprache gewählt werden – täglich oder nur an einzelnen Werktagen. Übrigens: Wir haben einen eigenen Fahrdienst, mit dem wir unsere Gäste zu Hause abholen und nachmittags wieder nach Hause zurückbringen. |

→ Die Tagespflege ist eine Leistung der Pflegeversicherung – bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie nähere Informationen haben möchten. Wir beraten Sie gerne persönlich.

## Wir stellen uns vor

### Corina Höbel | Empfang und Telefonzentrale



Viele von Ihnen kennen mich bereits vom Telefon. Seit mehr als vierzehn Jahren bin ich bei der Ökumenischen Sozialstation beschäftigt. Der Empfang und die Telefonzentrale sind mein jetziger Arbeitsplatz. Ich Sorge dafür, dass Sie bei einem Anruf sofort mit der zuständigen Mitarbeiterin verbunden werden. Ein neues Aufgabengebiet für mich ist die Organisation des Menüservice: Das fängt damit an, dass ich den aktuellen Speiseplan

versicke und Ihre Menüwünsche entgegennehme. Sie können mich auch gerne ansprechen, wenn Sie Ihre Bestellung ändern möchten. Alle Informationen, die mich vor 12 Uhr des Vortages erreichen, können noch berücksichtigt werden. |



# Lebensqualität und Hilfen im Alltag



**Rund zwei Drittel der Menschen, die an Demenz erkrankt sind, werden zu Hause von der eigenen Familie versorgt. Viele Angehörige erleben den unaufhörlichen Abschied von der Persönlichkeit, die der Kranke einmal war, als eine Zeit, die sie trotz aller Belastungen nicht missen möchten. Wer den täglichen Herausforderungen auf Dauer gewachsen sein will, muss trotzdem auch darauf achten, im Pflegealltag gut mit sich selbst umzugehen.**

**BETREUUNG UND PFLEGE** eines Demenzkranken dauern Monate, oft sogar Jahre. Pflegende Angehörige brauchen in dieser Situation kompetente Unterstützung wie zum Beispiel Betreuungsangebote, Gesprächsgruppen u.a. Zu ihrer Entlastung trägt auch bei, bestimmte Verhaltensweisen des kranken Menschen zu verstehen. Um sich in dessen innerer Welt zurecht zu finden, hilft es oft, etwas über die Körpersprache und Stimmungslage von Demenzkranken zu wissen. Dazu einige Beispiele:

**ORDNUNGSSINN:** Neue Untersuchungen zeigen, dass Menschen mit Demenz zunehmend zufriedener werden, je mehr Freiraum sie zureigenen Gestaltung haben. Sie sind ruhiger und weniger abweisend zu Angehörigen oder anderen Menschen, die zu ihnen ins Haus kommen. Auch Mimik und Gestik drücken Zufriedenheit aus. Das kann man bei einem Demenzkranken beobachten, der vielleicht mehr als eine Stunde konzentriert mit etwas beschäftigt ist, das ihm sinnvoll erscheint. Zwei Beispiele: Ein 80-jähriger an Demenz erkrankter Mann reinigte in seinem Garten mit Hingabe Blumentöpfe. Weil seine Frau die alten und zum Teil kaputten Töpfe eigentlich wegwerfen wollte, hatte sie ihn zunächst lange

daran gehindert, damit zu hantieren. Dabei verschaffte ihm diese „Arbeit“ Freude und Genugtuung. Eine 79-jährige demenzkranke Frau, die eine eigene Wohnung im Haus ihrer Tochter bewohnt, räumte regelmäßig ihre Schränke komplett aus und ein und brachte damit objektiv alles durcheinander. Die verzweifelte Tochter versuchte anfangs ständig, das Chaos zu bändigen. Seit sie jedoch aufgehört hat, in die subjektive Ordnung der Mutter einzugreifen, ist Ruhe im Haus. Die Tochter musste ihre eigene Vorstellung von Ordnung verändern, seitdem ist die Mutter deutlich zufriedener. Gegenstände, die die Tochter in der Wohnung der Mutter braucht (zum Beispiel Putz- oder Kochgeschirr), bringt sie inzwischen jeweils aus der eigenen Wohnung mit, weil alles Suchen keinen Sinn macht. Sie weiß: Bloß nicht diskutieren – die Mutter versteht aufgrund der Krankheit noch so gute Argumente nicht.

**BEWEGUNGSDRANG:** Viele Menschen mit Demenz haben einen ausgeprägten Bewegungsdrang. Sie werden unruhig und zum Teil aggressiv, wenn sie ihm nicht nachgeben können. Wann immer möglich, sollten Menschen mit Demenz daher laufen können – im Haus, im Garten. Da es problematisch

sein kann, wenn der Kranke alleine die Wohnung verlässt, kann man solche Gegenstände aus dem Blickfeld räumen, die ihn dazu anregen könnten, sich auf den Weg zu machen (Mantel, Schirm, Straßenschuhe, Schlüssel etc.). Da bereits der Anblick einer Wohnungstür einen Menschen mit Demenz auf die Idee bringen kann, unbedingt nach draußen zu wollen, kann man probieren, die Tür mit einem Vorhang zu verdecken. Fachleute warnen jedoch ausdrücklich davor, einen an Demenz erkrankten Menschen einzusperrern oder gar festzubinden. Das ist menschenrechtverletzend und Freiheitsberaubung.

**ESSEN TO GO:** Der Bewegungsdrang macht auch vor Hunger und Essen nicht halt. Es bringt jedoch nichts, den Kranken zu drängen, sitzen zu bleiben. Auch hier gilt: umdenken! Was die Kunden der amerikanischen Schnell-Cafés schätzen, kann man auch zu Hause bieten: Essen to go – Essen

zum Mitnehmen. Eine Möglichkeit ist, einem demenzkranken Menschen, der gerne mit dem Essen wandert, ein kleines Tablett mit hohem Rand in die Hand zu geben, damit während des Laufens nichts oder zumindest nicht so viel verloren geht. Da Demenzkranke nur Ess- und Trinkgefäße benutzen, die sie auch als solche erkennen können, sind Schnabelbecher & Co. ungeeignet. Ideal sind Speisen, die leicht aus der Hand gegessen werden können, die aber nicht kleckern, kleben oder bröseln.

Die für Demenz typische Unruhe kann zu einem erhöhten Kalorienbedarf führen. Dadurch und durch das veränderte und ungewöhnliche Essverhalten besteht jedoch immer das Risiko, dass der Kranke nicht ausreichend isst und vor allem trinkt. Deshalb ist es



*Putzmittel – von wegen! Wer demenzkrank ist, hat unter Umständen eine ganz eigene Vorstellung davon, was erledigt oder in Ordnung gebracht werden muss. Logisch zu argumentieren hilft nicht weiter.*



*Ideal sind Speisen, die leicht aus der Hand gegessen werden können.*



zen, die der Kranke nicht mehr äußern kann. Oft liegt es aber auch einfach nur daran, dass der Kranke tagsüber kleine Nickerchen macht und deshalb den Nachtschlaf nicht mehr braucht. Hier gilt: Mehr als ein kurzes Mittagsschläfchen ist nicht nötig.

sinnvoll, Essen nicht nur zu den üblichen Mahlzeiten anzubieten, sondern Lieblingsspeisen und Getränke immer in Sicht- und Reichweite des Kranken zu platzieren. So kann er etwas zu sich nehmen, wenn es ihm gerade in den Sinn kommt.

Soll man also gänzlich auf einen gedeckten Tisch, Essensrituale, feste Mahlzeitenangebote usw. verzichten? Nein. Es kommt eher darauf an, flexibel zu reagieren und Essen zum Mitnehmen ergänzend anzubieten.

Durchschlafstörungen sind häufig durch Angstzustände bedingt. Der Kranke kann Traum und Realität nicht mehr auseinanderhalten. Sind keine Ursachen für die Schlafstörungen erkennbar, sollte man sie immer durch einen Arzt klären lassen. Das Einschlafen erleichtern besonders Einschlafrituale. Wer früher vor dem Schlafen gerne noch etwas gelesen hat, sollte auch und gerade jetzt in diesen Genuss kommen, wo er es selbst nicht mehr kann. Man kann einem Menschen mit Demenz selbst etwas vorlesen, aber auch Hörbücher können hier helfen. Auch wenn der Kranke die Inhalte scheinbar nicht mehr versteht, weckt die Zuwendung meist gute Erinnerungen. Auch Musik, ein Kuschtier, ja sogar ein lebendes Haustier wie eine Katze oder ein Hund, der sanfte Duft eines guten ätherischen Öls, Einreibungen oder warme Getränke sind wunderbare Einschlafhilfen. Bei Haustieren gilt allerdings: Der Demenzkranke muss auch früher schon gerne mit Tieren umgegangen sein. Im Winter bewirken Wärmflaschen kleine Wunder. Schlafmittel sind aus vielen Gründen am wenigsten geeignet und sollten zudem nur nach ärztlicher Verordnung verabreicht werden.

**SCHMERZEN:** Ein Mensch, der an Demenz erkrankt ist, empfindet zwar Schmerzen, kann aber nicht mehr sagen, wie weh es tut und wo genau. Menschen mit Demenz sind also bei Schmerzen immer auf die Einschätzung von außen angewiesen. So können bisher nicht beobachtete Verhaltensauffälligkeiten ein Hinweis auf Schmerzen sein. Weil Fachleute inzwischen eine Reihe von Möglichkeiten haben, Schmerzen auch dann einzuschätzen, wenn der Betroffene sich nicht darüber äußern kann, ist es für Angehörige ratsam, bei Verdacht auf Schmerzen die Sozialstation oder den Hausarzt anzusprechen.

**AGGRESSIVES VERHALTEN:** Demenzkranke können sehr aufbrausend und wütend reagieren. Ein häufiger Grund: Jeder Mensch entwickelt im Laufe seines Lebens Verhaltensweisen, die ihm



helfen, das eigene Leben zu gestalten, innere und äußere Ordnung zu schaffen und Wohlbefinden zu erreichen. Um sich im eigenen Leben „einzurichten“, muss man vor allem selbstständig handeln können. Sobald wir spüren, dass uns das in bestimmten Situationen nicht möglich ist (zum Beispiel wegen Krankheit, finanzieller Engpässe, Kontrolle, Druck etc. im beruflichen oder privaten Umfeld), mobilisieren wir normalerweise Energien, um unsere Selbstständigkeit und Unabhängigkeit zu erhalten. Wir verteidigen „unsere Welt“. Auch Menschen mit Demenz haben ihre eigene Ordnung, was sie aber nicht mehr mit dem Verstand

steuern können. Was wir als „verwirrtes Verhalten“ empfinden, ist der Versuch, Orientierung und Ordnung zu schaffen und alles „richtig hinzukriegen“. Menschen mit Demenz wollen deshalb oft möglichst alles selbst machen, empfinden Hilfe schnell als Bevormundung und Übergriff, was sie dann wütend macht. Dabei nutzen sie doch nur alle vorhandenen Fähigkeiten, um sich und ihr Leben zu ordnen. |

*Quelle: Siegfried Huhn, Krankenpfleger und Gesundheitspädagoge, Berlin  
Redaktion: GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn*

*Ein Kuschtier ist eine wunderbare Einschlafhilfe*



## Literatur

### RATGEBER FÜR ANGEHÖRIGE UND PROFESSIONELL BETREUENDE

- **Ernährung in der häuslichen Pflege Demenzkranker**  
Praxisreihe der Deutschen Alzheimer Gesellschaft  
Band 6 • 4 EUR
- **J. Haberstroh u.a.**  
**Kommunikation bei Demenz**  
Sprache der Demenz verstehen – Ratgeber für Angehörige und Pflegende  
Springer 2011 • 19,95 EUR
- **Rosemarie Maier**  
**Ich will dich doch erreichen**  
Begegnungen mit demenzkranken Menschen ermöglichen  
Hilfen für Angehörige und Pflegende  
Kösel 2009 • 14,95 EUR

## Web-Tipps

### INFORMATIONEN IM INTERNET ZUM THEMA DEMENZ

- [www.alzheimer-forum.de](http://www.alzheimer-forum.de)  
Alzheimer-Forum Angehörigen Initiative
- [www.demenz-leitlinie.de](http://www.demenz-leitlinie.de)  
Universität Freiburg
- [www.dsl-alzheimer.de](http://www.dsl-alzheimer.de)  
Deutsche Seniorenliga, Bonn
- [www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)  
Deutsche Alzheimer Gesellschaft
- [www.freiburger-modell.de](http://www.freiburger-modell.de)  
Netzwerk Wohngruppen für Menschen mit Demenz
- [www.wegweiser-demenz.de](http://www.wegweiser-demenz.de)  
Wegweiser Demenz (BMFSFJ)

**SCHLAFSTÖRUNGEN:** An Demenz erkrankte Menschen leiden häufig unter Schlafstörungen, sowohl beim Ein- als auch beim Durchschlafen. Da der Kranke die Gründe dafür nicht nennen kann, muss man sich als Angehöriger oder Betreuer auf die Ursachensuche machen. Zu den äußeren Ursachen für Einschlafstörungen zählen Lärm, Licht, ein überhitzter oder zu kühler Schlafraum. Kalte Füße sind oft ein Grund für Schlafstörungen, aber auch Hunger, Luftnot oder Schmer-



## VERHINDERUNGSPFLEGE

# Lassen Sie sich von uns vertreten



**Wir sind die richtige Adresse, wenn Sie stark belastet sind und dringend eine Pause vom täglichen Einsatz für Ihren pflegebedürftigen Angehörigen brauchen.**

*Pflegende Angehörige: Wer viel für andere leistet, muss auch mal Pause machen.*

**IN RHEINLAND-PFALZ** werden über 74.000 pflegebedürftige Menschen zu Hause betreut. Ohne die immense Pflegebereitschaft von Ehepartnern, Kindern und Schwiegerkindern würde die häusliche Pflege in unserem Land zusammenbrechen. Wer viel für andere leistet, muss aber auch mal Pause machen. Der Gesetzgeber weiß das und hat deshalb mit der Pflegeversicherung die so genannte Verhinderungspflege eingeführt – eine unkomplizierte und praxisgerechte Leistung, die jedoch aus Unkenntnis viel zu wenig in Anspruch genommen wird.

Über die Sorge für den anderen verlieren pflegende Angehörige jedoch oft sich selbst aus dem Blick – wie die beiden beispielhaften Szenen zeigen:

- Am Klassentreffen teilnehmen und die alten Schulfreunde wieder treffen – das wünscht sich Maria Zimmer sehr. Weil ihre Mutter aber Hilfe beim Zubettgehen braucht und sie sie abends auch nicht länger alleine lassen will, verzichtet die Tochter schweren Herzens – wie auf so vieles in den letzten Monaten, seit sie die Pflege der Mutter übernommen hat.
- Frau Bergmann geht es ähnlich: Kurt Bergmann ist seit einem Schlagan-

fall vor einem Jahr auf Hilfe angewiesen. Seine Ehefrau versorgt ihn zu Hause. Frau Bergmann erkrankt nun selbst. Eine schwere Grippe macht es ihr unmöglich, sich in gewohnter Weise um ihren Mann zu kümmern.

In solchen Fällen springen wir von der Ökumenischen Sozialstation ein. Verhinderungspflege ist eine Ersatzpflege. Wir „ersetzen“ pflegende Angehörige zu Hause, wenn diese stundenweise vertreten werden möchten oder sogar mehrere Wochen ausfallen – also verhindert sind. Das kann ein Urlaub sein, ein Krankenhausaufenthalt, eine Kur,

regelmäßig ein Nachmittag zur freien Verfügung, ab und zu ein Wochenende. Wie auch immer: Die Pflegekasse übernimmt die Kosten unserer Ersatzpflege für längstens vier Wochen und maximal 1.550 Euro.

Unser Rat: Lassen Sie Ihren Anspruch auf diese Verhinderungspflege nicht verfallen! Der Betrag von 1.550 Euro an Pflege- und Betreuungsleistungen steht jedem Pflegebedürftigen pro Kalenderjahr zur Verfügung und kann individuell je nach Bedarf eingesetzt werden. Sie bekommen die Leistung zusätzlich zum Pflegegeld oder auch zusätzlich zur Kurzzeitpflege bei nicht mehr als sieben Stunden täglicher Pflege und Betreuung. Privatversicherte sollten sich wegen spezieller Regelungen unbedingt vorab bei ihrer Privatkasse informieren. |

*Redaktion: Uschi Grieshaber*



*Wir vertreten pflegende Angehörige.*

### PFLEGENDE ANGEHÖRIGE BRAUCHEN ENTLASTUNG

Wer sich dafür entscheidet, zum Beispiel die alten Eltern, den pflegebedürftigen Lebenspartner oder auch einen kranken Freund zu Hause zu versorgen, übernimmt eine große Verantwortung. Für den Kranken – aber auch und ganz besonders für sich selbst.



### Auf einen Blick!

#### Voraussetzungen

- Einstufung in eine Pflegestufe
- Pflege im häuslichen Bereich seit mindestens sechs Monaten

#### Leistungen

Für die Verhinderungspflege an max. 28 Tagen zahlt die Pflegekasse bis zu 1.550 Euro pro Kalenderjahr.

#### Besonderheiten

- Die Verhinderungspflege kann auch stundenweise in Anspruch genommen werden (nicht mehr als 7 Stunden täglich). Der Vorteil: Das Pflegegeld wird dann nicht angerechnet bzw. nicht gekürzt.
- Wenn die Verhinderungspflege nicht im häuslichen Bereich, sondern zum Beispiel in der Kurzzeitpflege in Anspruch genommen wird, rechnet die Pflegekasse das Pflegegeld an.
- Die Verhinderungspflege kann flexibel stunden- und/oder tageweise in Anspruch genommen werden.

➔ **Sprechen Sie uns an:** Unsere Adresse finden Sie unten auf der ersten Seite von GEPFLEGT ZU HAUSE. Wir informieren Sie über die Voraussetzungen und helfen, die Verhinderungspflege bei der Pflegekasse zu beantragen. Und die Einsatzzeiten unserer kompetenten und zuverlässigen Mitarbeitenden stimmen wir auf Ihre Bedürfnisse ab. Das können wir Ihnen versprechen

### IMPRESSUM

#### HERAUSGEBER

ViSdp: Ökumenische Sozialstation  
Lauterecken-Wolfstein e.V.  
Telefon 06382/8549

Ökumenische Sozialstation Kaiserslautern e.V.  
Telefon 0631/316990

Ökumenische Sozialstation Wald Fischbach e.V.  
Telefon 06333/77255

Ökumenische Sozialstation Zweibrücken  
Stadt e.V.  
Telefon 06332/13541

**Auflage 3.500 Exemplare**

**Konzept, Redaktion,**

**Produktionsmanagement:**

GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn

Grafik: ImageDesign, Köln