

Demenz: Bei ersten Anzeichen etwas dagegen tun Innovative Ergotherapie im häuslichen Umfeld steigert Lebensqualität deutlich

Demenz ist wirklich eine heikle Erkrankung und bringt die Betroffenen in eine zwiespältige Situation. Denn wie Studien belegen, bemerken sie durchaus, dass sie vergesslicher werden und ihr Gehirn nicht mehr „so“ funktioniert. Dennoch bremsen sie sich meistens selbst aus, indem sie die Verschlechterung ihres Zustands tatenlos hinnehmen, die Erkrankung einfach nicht wahrhaben wollen. „Auch Angehörige oder enge Vertraute, die die Veränderungen wahrnehmen, können etwas unternehmen.“, meint Wiebke Flotho, Ergotherapeutin im Deutschen Verband der Ergotherapeuten e.V. (DVE), die zum Thema Demenz promoviert. Denn Ergotherapie bewirkt in jedem Stadium dieser Erkrankung etwas und führt insbesondere dann, wenn die Behandlung bei den Betroffenen zuhause stattfindet, zu einer höheren Lebensqualität.

Gemeinsam mit ihrer Kollegin Corinna Sibold hat die Ergotherapeutin Wiebke Flotho mit Unterstützung des DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.) Schulungen für ein neues Konzept in der Ergotherapie entwickelt und durchgeführt. HED-I, dies ist der Name der Häuslichen Ergotherapie bei Demenz, ist in vielerlei Hinsicht etwas Besonderes. So werden beispielsweise sowohl die Menschen mit Demenz als auch ihre Angehörigen fortlaufend mit in die Behandlung einbezogen. Und: Die Ergotherapeutinnen kommen zu den Betroffenen nach Hause. Neben anderen positiven Effekten senkt dies die Hemmschwelle, etwas zu unternehmen – man muss ja nicht einmal die eigenen vier Wände verlassen. Die Hemmschwelle senken und vor allem Vertrauen bilden, das sind die ersten Hürden, die die ergotherapeutischen Fachkräfte zu bewältigen haben. „Wir wissen vor dem ersten Besuch nie, was uns erwartet.“, berichtet Flotho von ihren Einsätzen vor Ort. „Ältere Menschen sind manchmal wenig offen, dann müssen wir bevor es überhaupt richtiglosgeht, vertrauensbildende Maßnahmen ergreifen.“ Zeigen sich Spannungen zwischen dem Demenzkranken und dem pflegenden Angehörigen, ist dies meist darauf zurückzuführen, dass die Betroffenen sich bevormundet fühlen oder es zu Missverständnissen kommt. Doch auch damit können die speziell geschulten Ergotherapeutinnen und ihre männlichen Kollegen gut umgehen, denn Gesprächsführung und sogar Deeskalationstraining sind Bestandteile der Kurse, die Frau Flotho durchführt.

Analytische Herangehensweise

Die Ergotherapie bietet eine Reihe ausgeklügelter Methoden. Mit deren Hilfe finden die HED-I-geschulten Ergotherapeuten gemeinsam mit ihren Klienten und deren pflegenden Angehörigen heraus, welche Aktivitäten wichtig waren und sind, was sie alleine können und wobei sie Hilfe benötigen. Dabei geht es um viele Dinge im Alltag wie häusliche Aufgaben, die eigene Körperhygiene oder das Anziehen, aber auch um soziale Kontakte, Bewegung oder Bankgeschäfte. Alle Informationen fließen in ein sogenanntes Betätigungsprofil ein um zu sehen wie zufrieden oder unzufrieden die Befragten mit den einzelnen Punkten sind. Im nächsten Schritt geht es darum, die Demenzkranken – und sofern deren Hilfe benötigt wird, auch die unterstützenden Angehörigen – bei den Aktivitäten zu beobachten, die sich als verbesserungswürdig herauskristallisiert haben. Demente Menschen sind verständlicherweise ausgesprochen sensibel, das wissen Ergotherapeuten sehr gut. Sie bieten daher ihr Wissen an, sie setzen auf Kooperation anstatt vorgefertigte Lösungen überzustülpen. Zusammen mit ihren Patienten finden sie geeignete Möglichkeiten oder Hilfsmittel, um das tägliche Leben zu erleichtern. Dies kann beispielsweise ein Beeper sein, um verlegte Dinge wiederzufinden oder ebenso gut ein Umstrukturieren oder ein Umverteilen

von Arbeiten. Die Vorgehensweise, die die Betroffenen bevorzugen, ist die richtige – so die Philosophie in der Ergotherapie.

Strukturierte Umsetzung

Damit die zwei Mal pro Woche besuchten Klienten die entwickelten Ideen und Lösungen auch leicht in die Tat umsetzen können, arbeiten die betreuenden Ergotherapeuten mit ihnen einen Aktionsplan aus. Dieser führt alle besprochenen Punkte auf und zeigt: Wer macht was und wann. Dass darin neben Cafébesuchen oder anderen für die Betroffenen wichtigen Freizeitaktivitäten auch Elemente wie Lieder singen, Kreuzwörter lösen und Spielerundenvorkommen, hat einen Sinn. „So trainieren die Demenzpatienten ihre Hirnleistung quasi ‚en passant‘. Allerdings ist Abwechslung ganz wichtig, z.B. immer nur Kreuzwörter bringt nichts.“, erläutert Wiebke Flotho diese weitere Facette von HED-I. Messbarkeit spielt in der innovativen Ergotherapie eine große Rolle und daher wundert es nicht, dass HED-I in der vorletzten Behandlung einer 20-Stunden-Einheit wiederum eine Befragung vorsieht. Beim Vergleich mit den anfangs notierten Daten zeigt sich, was nun besser klappt. Und dass die Betroffenen und ihre Angehörigen wieder viel mehr Lebensfreude verspüren, weil das tägliche Leben und Miteinander leichter funktioniert, ist einfach nachvollziehbar. Denn das eigene Wohlbefinden ist gerade bei Krankheiten wie Demenz ein wichtiger Gradmesser.

Informationsmaterial erhalten Interessierte bei den Ergotherapeuten des Deutschen Verbandes der Ergotherapeuten e.V. (DVE). Diese sind über die Therapeutensuche auf www.dve.info.zu finden.



Demenzkranke können durchaus ihre Bankgeschäfte selbst abwickeln oder Ehrenämter bekleiden. Ergotherapeuten des DVE haben dafür HED-I entwickelt, ein Programm für die Behandlung leichter bis mittelschwerer Demenz im häuslichen Umfeld. (© DVE)



Erste Anzeichen einer Demenz? Es ist positiv für den Krankheitsverlauf, wenn Betroffene möglichst lange viel selbst machen. Das ergotherapeutische Programm HED-I unterstützt diesen Prozess. (© DVE)



Wiebke Flotho, Ergotherapeutin MSc (© DVE)