

Leben mit Demenz: Was gibt Hoffnung?

Die Diagnose Demenz bedeutet nicht, dass Lebensfreude und Teilhabe sofort verloren gehen. Viele Betroffene können über lange Zeit wichtige Fähigkeiten, Interessen und soziale Kontakte bewahren. Mit der richtigen Unterstützung lässt sich der Alltag oft gut gestalten.

Regelmäßige Bewegung, soziale Kontakte, vertraute Aktivitäten und ein strukturierter Tagesablauf können dazu beitragen, die Selbstständigkeit und das Wohlbefinden zu erhalten. Auch Musik, gemeinsame Gespräche oder das Betrachten von Fotos wecken häufig positive Erinnerungen und schaffen schöne Momente.

Mit Fortschreiten der Erkrankung werden Gefühle oft wichtiger als Fakten. Viele Menschen mit Demenz erinnern sich möglicherweise nicht mehr an jedes Gespräch, spüren aber sehr genau, ob ihnen mit Respekt, Geduld und Wertschätzung begegnet wird. Gerade kleine gemeinsame Erlebnisse – ein Spaziergang, eine Tasse Kaffee oder das Hören eines Lieblingsliedes – können wertvolle Augenblicke schenken.

Anfahrt

Zu Fuß benötigen Sie vom Hauptbahnhof aus etwa 15 bis 20 Minuten. Mit Verlassen des Bahnhofs halten Sie sich rechts und folgen dem Graf-von-Galen-Ring. Biegen Sie nach etwa 200 Metern links in den Bergischen Ring ein und folgen Sie dann der Beschilderung. Parkhäuser befinden sich am Krankenhaus selbst sowie am Ärztehaus.

Per Bus erreichen Sie die Haltestelle Allgemeines Krankenhaus mit den Linien 514 und 543.

AGAPLESION KLINIKUM HAGEN

Grünstraße 35
58095 Hagen
T (02331) 201 - 0
F (02331) 201 - 1002
info.akh@agaplesion.de
www.klinikum-hagen.de

Folgen Sie uns auch auf



Facebook
www.facebook.com/klinikum.hagen



Instagram
www.instagram.com/klinikum.hagen



Demenz verstehen

Orientierungshilfe für Betroffene und Angehörige

www.klinikum-hagen.de



Was bedeutet Demenz?

Demenz ist keine normale Alterserscheinung, sondern eine Erkrankung des Gehirns. Dabei werden Gehirnzellen nach und nach geschädigt. Dadurch können Denken, Erinnern, Orientierung und Alltagsfähigkeiten zunehmend beeinträchtigt werden. Nicht jeder Mensch erlebt die gleichen Symptome. Der Verlauf ist individuell und kann von Person zu Person unterschiedlich sein.

Anzeichen einer Demenz

Menschen mit Demenz können:

- Termine und Gespräche vergessen
- Gegenstände verlegen
- sich an vertrauten Orten verlaufen
- Schwierigkeiten bei alltäglichen Aufgaben haben
- Wörter suchen oder Gesprächen schwer folgen
- Entscheidungen schlechter treffen
- Veränderungen der Stimmung oder Persönlichkeit zeigen
- ein vertrauensvolles Miteinander auf Augenhöhe

Frühe Anzeichen können sein:

- zunehmende Vergesslichkeit
- wiederholte Fragen
- Schwierigkeiten bei Planung & Organisation
- Unsicherheit im Umgang mit Geld oder Medikamenten



Diagnose und medizinische Begleitung

Besteht der Verdacht auf eine Demenz, erfolgt eine umfassende ärztliche Abklärung. Dazu gehören Gespräche mit dem Betroffenen und seinen Angehörigen, Gedächtnistests sowie körperliche Untersuchungen. Ergänzend können Blutuntersuchungen und bildgebende Verfahren wie MRT oder CT eingesetzt werden. Eine frühe Diagnose ist wichtig, um andere Ursachen für Gedächtnisprobleme auszuschließen und rechtzeitig Unterstützungsangebote zu nutzen.

Auch wenn Demenz meist nicht heilbar ist, gibt es Behandlungsmöglichkeiten, die Beschwerden lindern und die Selbstständigkeit möglichst lange erhalten können. Neben Medikamenten spielen regelmäßige Bewegung, soziale Kontakte, geistige Aktivierung und ein strukturierter Tagesablauf eine wichtige Rolle.

In der Geriatrie steht der Mensch als Ganzes im Mittelpunkt. Ziel ist es, Lebensqualität, Selbstständigkeit und Sicherheit im Alltag zu fördern. Dabei arbeiten Ärzte, Angehörige, Pflegekräfte und weitere Fachpersonen eng zusammen, um Betroffene bestmöglich zu begleiten.

Tipps für Angehörige im Alltag

Für Angehörige ist der Umgang mit einem Menschen mit Demenz oft eine große Herausforderung. Viele Verhaltensweisen, die früher selbstverständlich waren, verändern sich. Umso wichtiger sind Geduld, Verständnis und eine wertschätzende Haltung. Menschen mit Demenz können Informationen häufig nicht mehr so schnell verarbeiten und benötigen mehr Zeit, um auf Fragen oder Aufforderungen zu reagieren. Deshalb hilft es, langsam und in kurzen, einfachen Sätzen zu sprechen und genügend Zeit für Antworten zu lassen.

Ein geregelter und vorhersehbarer Tagesablauf gibt Sicherheit und Orientierung. Vertraute Rituale, bekannte Umgebungen und feste Plätze für wichtige Gegenstände können dazu beitragen, Unsicherheiten zu reduzieren. Oft erleben Betroffene Gefühle wie Angst, Verwirrung oder Frustration. In solchen Situationen ist es meist hilfreicher, auf die Gefühle hinter einer Aussage einzugehen, anstatt über richtig oder falsch zu diskutieren.

Trotz aller Herausforderungen sollten Angehörige nicht vergessen, auch auf die eigene Gesundheit zu achten. Die Betreuung eines Menschen mit Demenz kann körperlich und emotional belastend sein. Daher ist es wichtig, Unterstützung anzunehmen und Entlastungsangebote wie Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen oder ambulante Dienste zu nutzen.