# Zeitlupen Umfrage : Hilfen für Helfende

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **77 (1999)**

Heft 6

PDF erstellt am: **16.05.2024**

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

**Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

**http://www.e-periodica.ch**

# Hilfen für Helfende

### Eine Ärztin rät

Ein grosser Teil von Demenzpatienten wird von der Familie betreut und gepflegt. Für die Helfenden erweisen sich viele der im Leben gesammelten Erfahrungen als untauglich. Zweifeln am eigenen Tun bis zum Verzweifeln mit nachfolgenden Fehlhandlungen können die Folge sein.

Wenn die einst starke Mutter ganz zentrale Anteile ihrer Persönlichkeit verliert, dann ist das für die sie pflegende Tochter eine Bedrohung. Für den pflegenden Ehepartner kann die ständige Konfrontation mit den Defiziten des gebrechlichen Ehepartners zur schweren Belastung werden.

Den Verwirrten zu verstehen, ohne die eigene Wirklichkeit aufzugeben, den Kompromiss zu finden zwischen Distanz und Nähe, den Verwirrten in einem fürsorglichen, aber auch begrenzenden Pflegeverhalten zu betreuen, darin besteht die Aufgabe der helfenden Familie. Um dies zu erreichen, braucht auch sie professionellen ärztlichen Rat und umfassende Informationen über Alzheimer-Demenz mit all ihren Symptomen und Schwankungen.

*Frau Dr. Irène Bopp,*
*Oberärztin Geriatrie/Rehabilitation,*
*Stadtspital Waid, Zürich*

### Ratschläge für den Umgang mit verwirrten Patientinnen und Patienten

- Immer von vorne und mit Blickkontakt sprechen.
- Kurze, einfache Sätze machen. Nach jedem Satz die Reaktion abwarten, bevor Sie weiterfahren.
- Wichtg: keine «Oder»- und «Warum»-Fragen stellen.
- Mehrere Hinweisfaktoren benutzen (zeigen, sprechen, tasten).
- Unbedingt: Zeit um Reagieren lassen, nicht unser Tempo ist der Mass-Stab!
- Beharren Sie auf nichts, das nicht lebenswichtig ist – auch wenn Sie 100mal Recht haben!

*Aus einem Merkblatt des Psychogeriatrischen Heims Oberried in Belp*

### Die Schweizerische Alzheimervereinigung (ALZ)

Seit 1988 gibt es die Schweizerische Alzheimervereinigung, die auf den Gebieten Selbsthilfe, Betreuung der Betreuer, optimale Betreuung der Kranken und äussere Lebensgestaltung durch motivierte Pflegende sowie Kenntnis stützender Medikamente, aber auch in der Gesundheitspolitik tätig ist. Kontakte kann man über Telefon 024 426 20 00 herstellen. Die dort erhältlichen Broschüren «Die Alzheimersche Krankheit» und vor allem der «Ratgeber für betreuende Angehörige» (Fr. 6.–; mit Literaturliste) sind auch für allgemein Interessierte eine lohnenswerte Lektüre.

### Internet-Seiten

*Schweizer Forum für Betroffene (Fragen werden von Fachpersonen beantwortet):*
*www.alzheimer.ch/forum*
*Alzheimerforum (Deutschland):*
*www.alzheimerforum.de*
*Seiten für Betroffene (Deutschland):*
*www.werner-saumweber.de/alzheime/fragen.htm*

## ZEITLUPE UMFRAGE

*Liebe Leserinnen und Leser*

*Alle von uns haben ab und zu Gedächtnislücken. Welche Methoden verwenden Sie, um Ihr Gedächtnis à jour zu halten? Trainieren Sie es gezielt, zum Beispiel mit dem Auswendiglernen von Gedichten? Kennen Sie Tricks, die Ihnen über Gedächtnislücken hinweghelfen? Haben Sie schon einen Gedächtnistrainingskurs besucht? Wenn ja, mit welchem Erfolg? Sollten Sie sich schon einem Test bei Ihrem Hausarzt unterzogen haben: welche Erfahrungen haben Sie dabei gemacht?*

*Schreiben Sie uns. Ihr Brief sollte bis zum 21. Juni 1999 bei uns eintreffen. Jede veröffentlichte Antwort wird mit 20 Franken honoriert.*

*ZEITLUPE, Leserumfrage,*
*Postfach 642, 8027 Zürich,*
*Fax 01 283 89 10,*
*E-Mail: zeitlupe@pro-senectute.ch*

### Literaturliste

***Demenzen.*** *Frühzeitig erkennen, aktiv behandeln, Betroffene und Angehörige effektiv unterstützen. / Wächtler, Claus (Hrsg.). Stuttgart: Thieme 1997. XI, 130 S. (14.1.935)*

***Alzheimer Krankheit.*** *Benennung und Abgrenzung, Ursachen und Vererbung, Veränderungen am Nervensystem, Krankheitszeichen, Untersuchungen, Behandlung und Verlauf. / Krämer, Günter. Stuttgart: Trias 1996. 256 S. (14.1.491 B)*

***Alzheimer: Wie weiter?*** *Ratgeber für Kranke und ihre Angehörigen. Yverdon-les-Bains: Schweizerische Alzheimervereinigung 1998. 11 S. (14.1.977)*

***Ich habe Alzheimer. Ein Bericht,*** *Rose, Larry. Freiburg: Herder 1997. 143 S. (14.1.914)*

***Morgen oder Abend.*** *Seebacher, Katrin. Lengwil: Libelle 1996. 311 S. (Roman über eine an Alzheimer erkrankte Frau) (70.226)*

***Rückwärts! Und alles vergessen.*** *Anna und Otto Nauer: Mit Alzheimer leben. / Merki, Kurt-Emil; Günter Krämer. Zürich: Haffmanns 1998. 203 S. (14.1.969)*

***Der 36-Stunden-Tag.*** *Die Pflege des verwirrten älteren Menschen, speziell des Alzheimer-Kranken. / Mace, Nancy L.; Peter V. Rabins. Bern: Huber 1996. 268 S. (14.3.258 C)*

***So blöd bin ich noch lange nicht!*** *Was in geistig verwirrten, älteren Menschen vorgeht. Information und Hilfe für Alzheimer-Kranke, Angehörige, Freunde und Pflegende. / Miesen, Bère. Stuttgart: Thieme 1996. 144 S. (14.3.1045)*

***Wenn Eltern Kinder werden*** *Die Doppelbotschaft der Altersdemenz. / Klessmann, Edda. Bern: Huber 1999. 204 S. (14.3.1233)*

***Wie in einem Labyrinth.*** *Leben mit der Alzheimer-Krankheit. McGowin, Diana Friel. München: Droemer Knaur 1994. 189 S. (14.1.761)*

*Diese Literaturliste wurde zusammengestellt von der Bibliothek von Pro Senectute Schweiz. Die Bücher und Broschüren sind im Buchhandel oder bei den angegebenen Organisationen erhältlich, sie können aber auch bei der Bibliothek gegen einen kleinen Unkostenbeitrag ausgeliehen werden. (Signatur in Klammer). Die Bibliothek ist spezialisiert auf Fachliteratur zum Thema Alter und befindet sich an der Lavaterstrasse 44, 8027 Zürich, geöffnet Werktags von 9–11.30 und 13.30–16 Uhr. Tel. 01 283 89 81. Fax 01283 89 84. E-Mail: bibliothek@pro-senectute.ch*