

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift

**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

**Band:** 86 (2015)

**Heft:** 1: Mitten unter uns : Demenz - Krankheit einer alternden Gesellschaft

**Artikel:** Basale Stimulation ist das Rezept bei der Körperpflege von Menschen mit Demenz : mit Achtsamkeit geht es einfacher als mit Gewalt

**Autor:** Weiss, Claudia

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-804540>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

**Basale Stimulation ist das Rezept bei der Körperpflege von Menschen mit Demenz**

# Mit Achtsamkeit geht es einfacher als mit Gewalt

**Menschen mit demenziellen Erkrankungen vernachlässigen oft die Körperpflege. Besonders bei der Mundhygiene kann dies fatale Folgen haben. Das Pflegepersonal braucht viel Einfühlungsvermögen. Basale Stimulation heisst das Zauberwort.**

**Von Claudia Weiss**

Die demenzkranke alte Patientin sitzt auf ihrem Stuhl vor dem Lavabo. Sie blickt ins Leere und plappert pausenlos unverständliche Sätze vor sich hin. Die junge Pflegerin hinter ihr legt ihr ein dickes Frottiertuch auf die Schultern und reibt ihr damit gleich zwei, drei Mal mit sanftem Druck über den Rücken. «Basale Stimulation» heisst die Methode, die sie bei der Körperpflege der alten Dame anwendet (basal heisst grundlegend, Stimulation steht für Anreiz).

Die basale Stimulation wird überall dort eingesetzt, wo die Eigenaktivität sowie die Fähigkeit zur Wahrnehmung und Kommunikation erheblich beeinträchtigt sind, also im Speziellen bei Menschen mit einer Demenz.

Die Pflegenden setzen bewusst unterschiedliche Reize ein: leichten Druck beim Einseifen, abwechselnden Gebrauch von Schwämmen und Waschlappen, Abtrocknen mit unterschiedlich weichen Handtüchern, Einreiben und Massieren. All diese Reize helfen besonders demenzkranken Menschen, ihren Körper und die Umwelt besser wahrzunehmen.

Wichtig ist basale Stimulation im Alltag jeder Pflegeeinrichtung, besonders bei der Körperpflege von Menschen mit Demenz – und ganz speziell bei der Mundhygiene: «Der Mund ist ein sehr sensibler Bereich», erklärt Thomas Buchholz, Kranken-

pfleger und Kursleiter für basale Stimulation in Deutschland und Co-Autor des Buchs «Basale Stimulation in der Pflege alter Menschen».

Auch wenn keine Probleme im Bereich der Zähne oder Mundhöhle vorliegen, sagt er: «Viele demente Patienten mögen gar nicht, wenn ihnen jemand dort zu nahe kommt, und verweigern die Mundpflege.» Aggressionen, Ärger und sogar Gewalt – manchmal auf beiden Seiten – können die Folgen sein. Sorgfältige, verständnisvolle Pflege mit Hilfe basaler Stimulation kann solch unschöne Situationen vermeiden.

## **«Basale Berührung beruhigt»**

Das ist in einem Lehrfilm gut sichtbar, den Buchholz gerne vorführt, um die Methode zu präsentieren: Die Pflegerin hantert flink mit Zahnbürste und Zahnpasta. Bevor sie sich jedoch dem Mund ihrer Patientin nähert, spricht sie diese freundlich an und erklärt ihr, dass sie jetzt ein wenig Zahnpasta auf die

Bürste drückt. «Sehen Sie, das ist doch Ihre Lieblingszahnpasta», sagt sie heiter. «Hier, jetzt können Sie die Zahnbürste in die rechte Hand nehmen, so, und jetzt können Sie sie in den Mund nehmen und gut bürsten.»

«Zeit lassen» und «Selbstbestimmung unterstützen», das sind laut Buchholz die ganz einfachen Grundsätze. «Die Pflegenden müssen entfaltend und unterstützend für die Patientin da sein.» Das ist nicht immer einfach bei Zeitdruck und Arbeitsüberlastung. Und eine zusätzliche Herausforderung ist die wechselnde Pflege: Nicht alle machen es gleich, das ertragen manche Patienten schlecht. Und für die Pflegenden ist es andererseits nicht einfach, wenn sie Beschimpfung und gar Schläge ertragen müssen.

Ein Trost: «Die Aufmerksamkeit der Patienten verändert sich durch basale Berührung», verspricht Thomas Buchholz. «Das

**«Die Pflegende muss entfaltend und unterstützend für die Patientin da sein und ihr Zeit lassen.»**

ergibt eine Beruhigung, und dann können beide in einer konzentrierten Atmosphäre ganz bei sich sein.»

Die Patientin im Film hat aufgehört zu brabbeln. Sie nimmt die Zahnbürste in die rechte Hand und schaut die Pflegerin verständnislos, aber aufmerksam an. «DasisneSahnbürste?», nuschelt sie fragend, worauf die Pflegerin aufmunternd nickt und sanft ihre Hand um die runzlige Hand der alten Dame legt. «Sie können die Bürste jetzt in den Mund nehmen.» Sanft hilft sie der Patienten und hebt ihren Arm, übt aber keinen Druck aus, sondern nickt und wiederholt ihre Anweisung noch einmal geduldig. Und tatsächlich: Ohne Widerstand öffnet die Patientin ihren Mund, schiebt selber die Zahnbürste hinein und beginnt sich die Zähne zu putzen.

«Das ist ein sehr gutes Beispiel für basale Stimulation in der Demenzpflege», erklärt Thomas Buchholz. Die Pflegerin überfährt ihre Patientin nicht, sondern sie erklärt, fasst die Frau dabei an und stimuliert damit auch ihr Körpergedächtnis. «Kompetenz und Achtsamkeit» nennt das Buchholz, wenn Pflegefachleute zu verstehen versuchen, was eine demenzkranke Person braucht, aber auch, was sie nicht mag.

Diese Achtsamkeit ist bei der Mundpflege noch wichtiger als bei jedem anderen Körperteil: Nur zu oft verweigern Patientinnen und Patienten die Mundpflege, weil ein Problem vorliegt, das sich dann durch die mangelhafte Mundhygiene noch mehr verstärkt. Das kann die Lebensqualität eines Patienten mit Demenz erheblich beeinträchtigen.

#### Die «Mödeli» einer Person berücksichtigen

Deshalb gilt es, einfühlsam einen Weg zu finden, wie es gar nicht so weit kommt. Und das wäre laut Buchholz keine grosse Zauberei: «Man darf eine Person und ihre «Mödeli» beim Pflegen nicht aus dem Blick verlieren», betont er. Es gehe nicht allein um Hygiene, sondern darum, die Gefühle und Bedürfnisse der an Demenz erkrankten Menschen zu berücksichtigen. «Ist jemand aus dem früheren Leben gewohnt, jeden Abend zu duschen, dann gilt es abzuklären, ob das die Abläufe einer Institution allenfalls auch erlauben», sagt er. Das sei echte Pflege aus Sicht der Betroffenen. Und bei dieser Art der körperlichen Kommunikation werde Berührung wichtiger als Ansprechen. «Das ist bei Demenz besonders wichtig, da hier ein Verlust der sinnlichen Wahrnehmung und Orientierung stattfindet», sagt Buchholz. «Basale Stimulation hilft bei der Ausrichtung der eigenen Identität während der täglichen Pflege, nicht in abgekoppelten Spezialmomenten.»

Die alte Dame vor dem Lavabo hat inzwischen ihre Zähne fertig gebürstet, jetzt sitzt sie da und plappert wieder ununterbrochen vor sich hin. Die Pflegefachfrau hat inzwischen einen Waschhandschuh in die Hand genommen. Diesen gibt sie ihrer Patientin zu spüren, indem sie ihr damit zwei, drei Mal sanft über die Hand streicht. «So, jetzt mache ich Ihnen diesen Handschuh ganz schön warm, und dann können Sie sich damit das Gesicht waschen», erklärt sie deutlich und geduldig. Mit dem warmen Waschlappen berührt sie die Hand der Frau und hält inne, als diese den Waschlappen festhält. Daraufhin lässt sich die Patientin den Waschlappen über die Hand streifen und streicht sich vorsichtig ein paarmal damit über das Gesicht.

#### Basale Stimulation ist besonders bei der Mundpflege von Menschen mit Demenz wichtig.



Körperpflege ohne Stress: Geduldig erklären und auch einmal über den Arm streichen.

Foto: HO

#### Geduld und Einfühlungsvermögen

Die Patientin scheint nicht wirklich zu verstehen, was hier vor sich geht, wirkt aber entspannt und zufrieden. Problemlos lässt sie sich trockenreiben, dann lässt sie sich geduldig ein weiches Unterhemd und einen Pullover überstreifen. Fertig ist die Morgentoilette. Gewalt musste diese Pflegerin keine Sekunde lang anwenden, stattdessen wirkten Geduld und Einfühlungsvermögen Wunder. «Hoch individualisierte, ganzheitliche, primär körperbezogene Kommunikation durch einfache Angebote sensorischer Anregung», nennt

das Buchholz in der Fachsprache. Anders ausgedrückt: Nicht nur fachliche Kompetenz zählt, sondern vor allem menschliche. Gerade Menschen mit Demenz brauchen zahlreiche sensorische Reize, sagt er: «Im Alltag verlieren sie jegliche Orientierung, verlieren ihre eigene Identität.» Und die gelte es, ihnen wiederzugeben: «Mit Aufmerksamkeit, mit Achtsamkeit. Und mit viel gesundem Menschenverstand.»

Interview auf Seite 37

>>