

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 96 (2018)  
**Heft:** 7-8

**Rubrik:** Ratgeber

### **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:** 05.05.2026

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

## Auf den Zahn gefühlt



Plaque und Zahnstein führen bei Katzen und Hunden zu Zahnproblemen und schlimmstenfalls Zahnverlust. Mit einer guten Prophylaxe kann man aber viel zur Gesundheit des Haustieres beitragen.

**B**ei allen Hunden und Katzen entwickelt sich im Laufe der Zeit Plaque und Zahnstein. Wird nichts dagegen unternommen, können daraus andere Erkrankungen entstehen. Hier ein kurzer Überblick.

**Zahnbelag und Zahnstein** Durch Futterreste, Speichel und Bakterien bildet sich ein Biofilm auf den Zähnen, die Plaque. Wird dieser Zahnbelag nicht regelmässig durch Zähneputzen entfernt, bildet sich Zahnstein.

**Zahnfleischentzündung (Gingivitis)** Je dicker die Plaque, desto eher kann eine Zahnfleischentzündung entstehen. Anzeichen sind eine Rötung und Schwellung des Zahnfleisches. Anfangs tut die Entzündung nicht weh, später können Blutungen am Zahnfleischrand auftreten, die schmerzen. Zudem tritt Mundgeruch auf.

**Parodontitis** Entzündet sich auch der Zahnhalteapparat, wird dies als Parodontitis bezeichnet. Ein wichtiges Anzeichen ist die Vertiefung der Zahnfleischtasche. Das Zahnfleisch bildet sich zurück, und Zahnhäse werden freigesetzt, die schmerzempfindlich sind. Unbehandelt führt die fortschreitende Entzündung zum Verlust des Zahnes. Durch diese chronische Entzündung können überdies Bakterien und deren Gifte über das Zahnfleisch in den Blutkreislauf gelangen und weitere Krankheiten verursachen.

### **Zahnfleischentzündungen und resorptive Läsionen bei der Katze**

Katzen sind anfällig für Entzündungen des Zahnfleisches und der Maulschleimhaut. Ursachen dafür können ein Plaquebefall, eine Störung des Immunsystems, Viren, Bakterien und Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes sein. Zudem leiden sehr viele Katzen an sogenannten resorptiven Läsionen. Dabei entstehen Löcher im Zahn, zum Teil wird die ganze Zahnwurzel angegriffen und aufgelöst.

### **Diese Anzeichen können auf Zahnprobleme hinweisen:**

- › Trockenfutter wird nicht mehr gerne gefressen
- › Futter fällt beim Kauen aus dem Maul oder einseitiges Kauen
- › Kopfscheu, vermehrtes Speicheln
- › Schwellung im Kopfbereich
- › Mundgeruch, Zähneknirschen

Besteht ein Verdacht auf eine Zahnerkrankung, dann sollte das Tier beim Tierarzt untersucht werden. Bei starker Zahnfleischentzündung und starkem Zahnsteinbefall wird eine gründliche Zahnreinigung in Vollnarkose empfohlen. Bei einem schmerzhaften Zahn gibt ein Zahnrontgen Aufschluss darüber, ob die Zahnwurzeln entzündet sind und ob ein Zahn gezogen werden sollte.

### **So beugen Sie vor ...**

- › **Tägliches Zähneputzen** Um Zahnerkrankungen vorzubeugen, ist das

tägliche Zähneputzen mit einer speziellen Tierzahnpaste am wirkungsvollsten. Um auch die hinteren Backenzähne gut reinigen zu können, benutzt man einen Fingeraufsatz oder eine kleine Zahnbürste. Hunde tolerieren das Zähneputzen im Gegensatz zu Katzen meistens sehr gut. Wenn Sie bereits Ihren Welpen daran gewöhnen, kann das Zähneputzen zum täglichen Ritual werden. Aber auch schon zwei, drei Mal pro Woche trägt viel zur Zahngesundheit bei. Benutzen Sie nicht die eigene Zahnpaste, da die Tiere das Maul nicht spülen können und so ein Teil des in der Paste enthaltenen Fluorids hinuntergeschluckt wird. Das ist gesundheitsschädigend.

- › **Kaustängel** Es gibt diverse Kaustängel, die bei täglicher Verabreichung helfen, die Bildung von Plaque und Zahnstein zu vermindern.
- › **Mundspülungen** Zusätze ins Trinkwasser können die Mund- und Zahnhigiene verbessern.
- › **Futter** Trockenfutter hat eine bessere mechanische Reinigungskraft als Weichfutter.
- › **Kein Zucker** Achten Sie darauf, dass das Futter Ihres Tieres möglichst wenig Zucker beinhaltet. \*



### ● **Mirjam Kündig**

ist Tierärztin in Küssnacht:  
Telefon 044 912 04 04,  
[www.tierarztpraxiskuessnacht.ch](http://www.tierarztpraxiskuessnacht.ch)

## Johannes und die Glühwürmchen

Ende Juni, wenn die Sonne am höchsten steht, hat die Ernte von Heilkräutern Hochsaison. Ausserdem fliegen Glühwürmchen – sofern es genügend dunkel ist.



**M**it dem höchsten Stand der Sonne und der kürzesten Nacht beginnt für die Erde wieder ein neuer Jahresabschnitt. Diesen Zeitpunkt um den 24. Juni zelebrierten unsere heidnischen Vorfahren mit rauschenden Festen. Sie zündeten grosse Feuer an, deren Kraft die abnehmende Sonne für die kommenden Wintermonate stärken sollte. Da sich das Fest auch nach der Christianisierung Europas hielt, wurde der klerikalen Ordnung halber der 24. Juni, der Geburtstag Johannes des Täufers, zum Festtag erklärt: Fortan sprach man von Johanni statt Sonnenwende, und die Sonnenwendfeuer wurden in Johannifeuer umbenannt.

### Kräuterwissen

Traditionell galt es am Johannistag, Heilkräuter für die Hausapotheke zu sammeln. Johannisweiblein, wie die Kräuterfrauen hiessen, brachen auf, um nach Pflanzen zu suchen, auf deren Kraft man auch heute noch vertraut und die sich sowohl im Garten wie Topf ziehen lassen: Beifuss, der Bauchweh und Unterleibsbeschwerden lindert; Thymian, der das Immunsystem stärkt; Arnika, die entzündungshemmend und schmerzlindernd wirkt; Eisenkraut, das bei Zahnfleisch- und Halsentzündungen eingesetzt wird; beruhigende Kamille, wundheilende Ringelblume sowie das stimmungsaufhellende und schlaffördernde Johanniskraut.\*

### Blütenschnitt

Um Johanni herum gilt es, Rittersporn, Karthäusernelke, Feinstrahl, Lupine und Katzenminze nach ihrer Blüte auf rund 10 cm zurückzuschneiden. So bekommen die Pflanzen nochmals Kraft und blühen im Spätsommer ein zweites Mal. Bei einjährigen Sommerblumen werden die verwelkten Blüten entfernt. So bilden die Pflanzen keine Samen und treiben stattdessen neue Blüten.

### Saisonende

Im Gemüsegarten indes ist am 24. Juni die Erntezeit von Rhabarber und Spargel offiziell vorbei. Johanni wird darum auch «Spargelsilvester» genannt. Ab diesem Tag treiben die Spargelsprossen wieder aus und lagern Reservestoffe für die nächste Saison in den Wurzeln ein. Rhabarber darf sich ebenfalls erholen und wird nicht länger beerntet.

### Johanninüsse

Eine Spezialität dieser Saison sind die noch grün geernteten, unreifen Johanni-Walnüsse, die wie folgt zubereitet werden: Nüsse mehrmals mit einer Nadel einstechen und zum Entbittern über 2 bis 3 Wochen wässern. Wasser wiederholt wechseln. Danach Nüsse einige Male in Salzwasser kochen, bis sie sich schwarz färben. Nun 1 kg Nüsse mit 4 dl Obstessig, 1,5 dl Wasser, 1 kg Zucker, 1 Zimtstange, 1 Vanillestängel, der Schale 1 unbehandelten Zitrone und 2 Nelken 10 Minuten aufkochen und in Gläser heiss einfüllen. 4 Monate an einem dunklen, kühlen Ort ziehen lassen, ab und zu schütteln. Zu Wild, Käse oder Glace servieren.

### Nachtauftritt

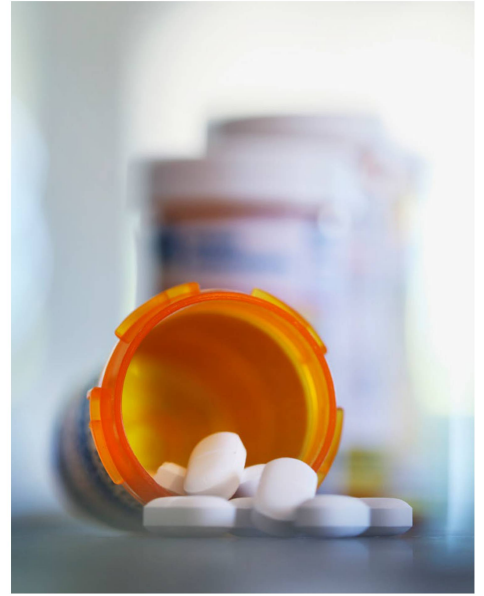
In den Wochen um Johanni haben Glühwürmchen ihren leuchtenden Auftritt. Sie paaren sich nun und strahlen während dieser Tage am intensivsten. Darum heissen die Insekten auch Johanniskäfer. \*

\* Weitere Informationen zu Heilkräutern und deren Eigenschaften auf [www.heilkraeuter.de](http://www.heilkraeuter.de)



#### ● Christine Kunovits

ist Leiterin Redaktion und Verlag von «Bioterra». Vermutlich auch, weil selbst gezogene Cherrytomaten vor bald 30 Jahren ihre Liebe zum Gärtnern erweckt haben.



## Heikles Heilmittel

Antibiotika bewahren viele Menschen vor dem Tod. Doch immer mehr Menschen sterben wegen Antibiotika-resistenten Keimen. Warum passiert das, und wie kann man sich schützen?

**1 Warum wird vor Antibiotika gewarnt?** Antibiotika sind wirksame Mittel gegen krankmachende Bakterien und haben damit einen festen Stellenwert in der Therapie von bakteriellen Infektionskrankheiten, wo sie die Sterberate deutlich senken. In den letzten zwanzig Jahren ist der Einsatz von Antibiotika sprunghaft angestiegen, sowohl in der Humanmedizin, aber vor allem auch in der Massentierhaltung. Das führt dazu, dass es immer mehr resistente Keime gibt, da unter dem Druck von Antibiotika nur die resistenten Keime überleben können.

**2 Wie kommt es zu solchen Resistenzen?** Bei jeder Behandlung einer bakteriellen Infektion mit Antibiotika überstehen einige der Keime, vor allem auch solche, die den Menschen besiedeln, diese Therapie. Diese widerstandsfähigen Keime werden vom Antibiotikum also weder am Wachstum gehindert noch abgetötet, sie können sich weiter vermehren und überhandnehmen. Dieser Mechanismus findet nicht nur im Menschen, sondern auch bei mit Antibiotika behandelten Tieren statt, von wo sie wieder auf den Menschen übertragen werden können. Resistenzfördernd ist auch der fehlerhafte Einsatz und die falsche Therapiedauer. Mittlerweile treten multiresistente Bakterien weltweit auf. Am häufigsten in Afrika, Indien und China, aber auch in Süd- und Ost-Europa.

**3 Darf man somit nicht in diese Regionen reisen?** Die Reisenden sollten sich bewusst sein, welches Risiko sie eingehen. Fast 90 Prozent aller Indientouristen bringen resistente Keime im Darm nach Hause. Die werden über das Wasser und das Essen aufgenommen, besonders wenn die hygienischen Verhältnisse schlecht sind. Bei gesunden Menschen verhalten sich die resistenten Keime unauffällig (sie kolonisieren den Darm oder die Haut) und können nach einigen Mona-

ten oder Jahren wieder verschwinden. Sie werden aber dann zu einem grossen Problem, wenn der Betroffene an einer bakteriellen Infektion mit diesen resistenten Keimen erkrankt. Ein sehr hohes Risiko, mit resistenten Keimen besiedelt zu sein, haben im Ausland hospitalisierte Patienten, die repatriert werden.

**4 Wie wird bei resistenten Keimen behandelt?** Solche Patienten werden im Spital zunächst isoliert. Nach einer Prüfung der Resistenz im Labor wird die noch am besten wirksame Kombination aus verschiedenen Reserve-Antibiotika zusammengestellt und den Patienten verabreicht.

**5 Kann man sich selbst vor resistenten Keimen schützen?** Man sollte nicht für jede Erkältung ein Antibiotikum verlangen, denn Erkältungen sind grösstenteils durch Viren und nicht durch Bakterien verursacht. Sind wegen einer bakteriellen Infektion Antibiotika nötig, dann sind Einnahmeschema und -dauer unbedingt einzuhalten. Zudem macht es Sinn, die Hände regelmässig zu waschen oder zu desinfizieren, nicht nur im Spital. Auch in öffentlichen Verkehrsmitteln wurden nämlich an Haltestangen resistente Keime nachgewiesen, in südlichen Ländern sogar sehr viele. Bei der Zubereitung von Fleisch, insbesondere Geflügel, ist eine gute Hygiene in der Küche wichtig. Gegen den Einsatz von Antibiotika in der Tierhaltung hilft aber nur der Druck auf die Politik. \*



● **Anna Conen**  
ist Leitende Ärztin Infektiologie am Kantonsspital Aarau.

## Mehr Rendite mit alternativen Anlagen

Im Tiefzinsumfeld gewinnen Hedge Funds, Private Equity, Rohstoffe und Infrastrukturanlagen an Bedeutung. Das Risiko muss für den Investor oder die Investorin aber überschaubar bleiben.

**D**er Anleger hat es nicht einfach: Obligationen bringen kaum mehr Zinsen, und der Aufwärtstrend an den Aktienmärkten scheint vorerst gestoppt. Da ist es verlockend, sich

alternativen Investments zuzuwenden, die auch in schwierigen Zeiten ein hohes Renditepotenzial versprechen. Doch aufgepasst, was für institutionelle Anleger wie Pensionskassen durchaus Sinn macht, passt nicht unbedingt ins Portfolio einer

Kleinanlegerin oder eines Kleinanlegers. Zur Kategorie der alternativen Anlagen zählen Hedge Funds, Private Equity, Rohstoffe und Infrastrukturanlagen. Das Marktvolumen dieser nicht traditionellen Finanzprodukte ist über die letzten zehn Jahre hinweg

INSERAT



Für ein ganzes Leben  
Die Rotkreuz-Dienstleistungen in der Schweiz

Jetzt informieren  
[dienstleistungen.redcross.ch](https://dienstleistungen.redcross.ch)



Begleiten, Unterstützen, Stärken.  
Wir sind da. Ganz in Ihrer Nähe, für Sie und Ihre Familie,  
für mehr Menschlichkeit.

Schweizerisches Rotes Kreuz 

doppelt so schnell gewachsen wie dasjenige herkömmlicher Anlagen.

Bei alternativen Investments ist es besonders wichtig, nur in Finanzprodukte zu investieren, die man auch versteht. Viele Anleger gehen zu hohe Risiken ein im Verhältnis zu ihrer Risikofähigkeit. Sie stufen alternative Anlagen als weniger riskant ein, als sie es sind. Geschätzt werden solche Produkte, weil die Kursentwicklung nicht parallel zu den klassischen Anlagen in Obligationen und Aktien verläuft.

Die eingegangenen Positionen sind jedoch auch weniger liquid. Wer eine Blue-Chips-Aktie kauft, kann sie an der Börse innert Sekunden wieder verkaufen. Anders ist das bei den meisten alternativen Investments. Oft sehen Investorinnen oder Investoren ihr Geld erst nach fünf oder noch mehr Jahren wieder. Dafür müssen diese weniger flüssigen Anlagen einen Renditevorteil bieten. Im Fachjargon ist das eine Illiquiditätsprämie.

Vermögende Leute, die auf einen Teil ihrer finanziellen Mittel nicht angewiesen sind, nutzen den längeren Zeithorizont für einen Mehrertrag. Gute Hedge-Funds-Manager erzielen Jahresrenditen bis zu 30 Prozent. Will jemand direkt in einen solchen Fonds investieren, sind dafür oft Millionen-summen notwendig. Man kann sich aber auch mit 10 000 bis 20 000 Franken an einem Dachfonds beteiligen, bei dem ein Fondsmanager das Geld auf verschiedene Single Hedge Funds verteilt.

### Über Jahre gebundenes Kapital

Ein Investment in Private Equity bindet das Kapital für mehrere Jahre. Der Mindesteinsatz liegt im sechsstelligen Frankenbereich. Ein Private-Equity-Manager investiert in Firmen, die nicht an der Börse kotiert sind. Eine wichtige Zielgruppe sind Jungunternehmen, die im Erfolgsfall rasch an Wert gewinnen. Der Umgang mit Rohstoffen, vorab Edelmetalle, Erdöl

und Agrargüter, ist komplex. Diese Produkte werfen keine direkte Rendite ab. Wichtig ist, den richtigen Zeitpunkt zu treffen, um von steigenden Preisen zu profitieren. Anspruchsvoll ist auch die Kategorie Infrastrukturanlagen. Meist erfolgen diese Investments über einen Fonds, etwa in Projekte für erneuerbare Energie, den Transport oder die Wasserversorgung.

Zum erweiterten Kreis der alternativen Anlagen gehört auch der Kauf von Kunst, wertvollem Wein oder Oldtimer-Autos. Wer sich einem solchen Hobby widmet, kann im Idealfall erhebliche Wertsteigerungen erleben. Und wenn nicht, dann entschädigt zumindest die Freude an diesen Liebhaberobjekten. \*



### ● Kurt Speck

ist Wirtschaftswissenschaftler, Ex-Verleger und -Chefredaktor der Handelszeitung. Er publiziert zu Finanz- und Vorsorgethemen.

© Bruno Arnold

INSERAT



## 10% Rabatt auf 50plus Erlebnis-Sprachreisen 2018\*



### Brush up your English im Rosamunde Pilcher-Land

Frischen Sie Ihre Englisch-Sprachkenntnisse an der „Englischen Riviera“ auf. Verbinden Sie Lernen, Reisen und Kultur mit dem Erleben und Entdecken der einzigartigen Landstriche aus Rosamunde Pilchers Erzählungen.

Auch beliebt: Wander-Sprachreise *Südengland zu Fuss* oder Themen-Sprachreise *Auf den Spuren von Agatha Christie*

\*Dieses Angebot gilt nur für ausgewählte Programme und ist gültig bis zum 15. Juli 2018.

Jetzt  
kostenlos  
beraten  
lassen!

globo-study Sprachreisen  
Birmensdorferstrasse 55  
8004 Zürich

Tel. 044 455 34 00  
info@globostudy.ch

[www.globostudy.ch/50plus](http://www.globostudy.ch/50plus)

## Was sind eigentlich Cookies?

Cookies sind kleine Online-Helfer. Doch die winzigen Programme können ganz schön lästig und zu wahren Spionen werden, wenn sie sich den Surfenden an die Fersen heften.



**U**nterwegs im Internet begegnete ich in den letzten Wochen immer wieder Hinweisen folgender Art: «Diese Website verwendet Cookies» oder schlicht: «Die Datenschutzregelung hat sich geändert.» Spätestens seit dem 25. Mai müssen Surferinnen und Surfer darauf aufmerksam gemacht werden, dass die Website Cookies einsetzt. An diesem Tag wurde nämlich die Datenschutzverordnung der EU in Kraft gesetzt. Diese Verordnung gilt zwar nicht für die Schweiz direkt, aber da wir keine Insel der Glückseligen sind, sondern laufend im Austausch mit dem – umliegenden – Ausland, müssen insbesondere auch Schweizer Firmen diese Normen erfüllen, die für den EU-Raum gelten.

Nun denn: Was ist denn ein Cookie? – «Cookies sind Daten, die von einer Website, die Sie besuchen, auf Ihrem Rechner gespeichert werden», fasst es die Firma Mozilla zusammen, die den Webbrowser Firefox herstellt. Cookies speichern Informationen wie Ihre bevorzugte Sprache oder andere persönliche Seiteneinstellungen. Wenn Sie später diese Website erneut besuchen, übermittelt der Browser – das kann Windows Explorer, Safari, Firefox, Opera oder ein anderer sein – die gespeicherten Cookie-Informationen an die Seite zurück. Dadurch

können individuelle und an Sie angepasste Informationen angezeigt werden, dazu gehört auch Werbung.

Nehmen wir ein Beispiel: Sie suchen auf Google nach einem Hotelzimmer in Paris. Noch bevor Sie sich entschieden haben, wirklich in die französische Metropole zu reisen, hat Google die relevanten Informationen bereits ausgewertet. Wenn Sie das nächste Mal online gehen, werden Sie in Werbefenstern auf Hotelangebote in Paris aufmerksam gemacht. Die Werbung wird aufgrund Ihrer letzten Suche – Google sei Dank – angepasst. Es kann aber auch sein, dass die Analyse Ihres Online-Such- und Kaufverhaltens einen Hang zu teuren Produkten ergibt. So können Sie einen höheren Preis erhalten als Frau Huber, die gerne Schnäppchen jagt und sich auch gerade das gleiche Paar Schuhe im Internet anschaut.

Eine besondere Form der Cookies sind Tracker. Sie folgen Ihrer virtuellen Spur durchs Internet, auch wenn Sie die ursprünglich aufgesuchte Website längst verlassen haben. Auf manchen Webseiten sind bis zu 50 Tracker aktiv, die Ihr Surfverhalten aufzeichnen, um Ihnen möglichst passende Werbung zukommen zu lassen.

Was kann man gegen diese kleinen Spione tun? Blockieren. Neue Internet-Browser-Versionen bieten diese Möglichkeit. Da aber Cookies ein

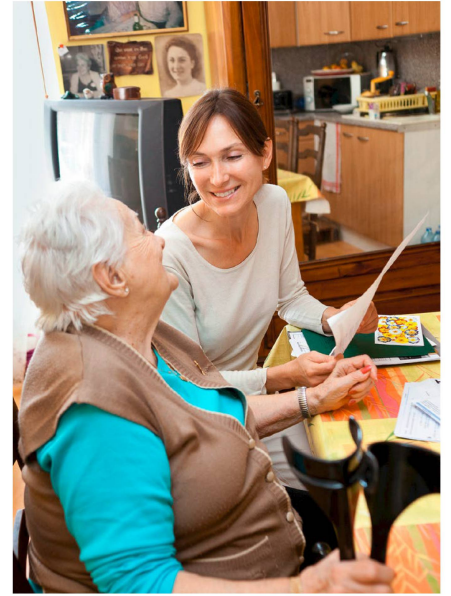
Vorwärtkommen im Internet auch erleichtern und für manche Darstellungen wichtig sind, kann das Blockieren dazu führen, dass die Websites nicht korrekt angezeigt werden. Sollte das der Fall sein, lässt sich eine Ausnahme der Blockier-Regel im Browser für die Webseite festlegen.

Tracker kann man ebenfalls mit einer entsprechenden Browser-Einstellung ablehnen. Empfehlenswert ist in jedem Fall, das Cache – eine Art Zwischenspeicher im Internet-Browser – und die Cookies regelmässig zu löschen, damit Rückschlüsse auf Ihre Person oder Ihr Surfverhalten schwieriger werden. Je nach Browser findet man die Löschmöglichkeit unter dem Menüpunkt «Chronik» oder «Verlauf».

Eine weitere Option ist es, im «privaten» Modus zu surfen. Hier zeichnet der Browser weder Cookies noch Spuren auf. Der Nachteil: Wenn man den Namen der Website, die man besucht hat, nicht mehr weiss, kann man auch nicht in der «Surf-Geschichte» nachschauen und die gewünschte Website aufrufen. \*



● **Marc Bodmer** ist Jurist und Cyberculturist. Er beschäftigt sich seit über 25 Jahren mit digitalen Medien.



## Unterstützung bis zuletzt

«Zugehende Demenzberatung» begleitet und berät Angehörige von Menschen mit Demenz während des gesamten Krankheitsverlaufs. Betreuende Familienmitglieder werden in ihrer Aufgabe unterstützt und gestärkt.

**I**mmmer wieder höre ich den Ausdruck «Zugehende Beratung» oder «Aufsuchende Beratung». Was ist damit gemeint? Für wen und in welchen Situationen bietet sie sich an? Wer kann sie beantragen, und wie geht eine solche Beratung vor sich?

Die Betreuung von Menschen mit Demenz ist anspruchsvoll und komplex. Nebst den eigentlichen Pflegeaufgaben verlangt sie von den Angehörigen Anpassungsfähigkeit und Einfühlungsvermögen in die unverständlich scheinende Welt ihrer Kranken. Damit betreuende Familienmitglieder dabei nicht vorzeitig an ihre Belastungsgrenze kommen, brauchen sie auf ihrem schwierigen Weg besondere Unterstützung und Begleitung.

Eine der Möglichkeiten ist die Zugehende Demenzberatung: Ausgewiesene Fachleute begleiten und beraten Betroffene, informieren über die Krankheit, koordinieren Entlastungsangebote oder geben Tipps im Umgang mit der erkrankten Person: Was tun, wenn der Kranke wegläuft? Oder im Gegenteil der betreuenden Person auf Schritt und Tritt folgt? Immer und immer wieder das Gleiche fragt oder seine Sachen an die unmöglichsten Orte legt? Die Beratung erfolgt bei einem Hausbesuch in den eigenen vier Wänden, am Telefon oder in den Büros der Beratungsstelle.

Auch die in der Öffentlichkeit besser bekannte Sozialberatung kann zu Hause, in einem Büro oder am Telefon durchgeführt werden. Der Unterschied zwischen der üblichen Sozialberatung und der Zugehenden Beratung liegt in der Haltung, die dahintersteht: Die Sozialberatung hilft und unterstützt bei konkreten Fragen rund ums Alter; im Zentrum stehen Fragen zu Finanzen, Wohnen, Sozialversicherungen, Zusammenleben und vielem mehr. In der Regel ist diese Art von Beratung punktuell und vorübergehend.

Die Zugehende Beratung hingegen bietet Begleitung und Unterstützung für die Ehepartner und die ganze Familie eines kranken Angehörigen an – bis zuletzt. Die Kontakte

finden mehrmals wöchentlich oder nur einmal alle paar Monate statt, je nachdem, was miteinander ausgehandelt wurde. Jederzeit können Begleitung und Unterstützung ausgebaut und intensiviert werden. Denn Studien zeigen: Mit einem tragenden familiären Hilfenetz lässt sich der in der Regel unweigerlich kommende Heimeintritt eines demenzbetroffenen Menschen um ein Jahr hinauszögern.

«Aufsuchende Beratung» ist ein fester Begriff aus der Sozialarbeit. Er entstand zu der Zeit, als die Drogenszene ein massives gesellschaftliches Problem darstellte und Drogenkranke besonderer Unterstützung bedurften. Da sie sich kaum zu einer ambulanten Beratung überreden liessen, gingen die Sozialarbeitenden als Streetworker und Gassenarbeiterinnen zu ihnen hin. Aufsuchende Sozialarbeit ist heute ein Angebot nicht mehr nur für Suchterkrankte.

Auf dem Gebiet der Zugehenden Demenzberatung spielt Pro Senectute Aargau eine Pionierrolle: Samuel Vögeli, ehemaliger Geschäftsleiter von Alzheimer Aargau (früher Alzheimervereinigung), übernahm diese Form von Sozialberatung für Menschen mit Demenz und für ihre Angehörigen und prägte den Begriff «Zugehende Beratung». Auf Anfang 2017 übergab Alzheimer Aargau das Angebot an Pro Senectute Aargau. Von dieser wird es seither unter dem Titel «Zugehende Demenzberatung» im Sinn und Geist sowie der fachlichen Begleitung von Alzheimer Aargau weitergeführt. \*

**Beratung in Ihrer Nähe:** Die Adresse Ihrer Pro-Senectute-Beratungsstelle finden Sie vorne im Heft.



### ● Xaver Wittmer

ist Fachverantwortlicher Sozialberatung bei Pro Senectute Aargau, Geschäftsstelle, Suhrenmattstrasse 29, 5035 Unterentfelden, Telefon 062 837 50 70, Fax 062 837 50 71, Mail [info@ag.prosenectute.ch](mailto:info@ag.prosenectute.ch), Internet [www.ag.prosenectute.ch](http://www.ag.prosenectute.ch)