EIN RATGEBER FÜR ANGEHÖRIGE
VON MENSCHEN MIT DEMENZ IM PFLEGEHEIM

© Peter Gaymann | www.gaymann.de

Gefördert durch Der Kreis Groß-Gerau

NETZWERK DEMENZ
IM KREIS GROSS-GERAU

REDEN SIE, STELLEN SIE FRAGEN, SEIEN SIE OFFEN!

SO WIRD SICH DAS VERTRAUENSVOLLE MITEINANDER ZWISCHEN IHNEN UND DER EINRICHTUNG LANGSAM AUFBAUEN.

Der Umzug in eine Pflegeeinrichtung ist ein großer Schritt, der mit vielen Veränderungen einhergeht. An- und Zugehörige von Menschen mit Demenz im Pflegeheim wissen oft nicht, an wen sie sich mit ihren Fragen wenden sollen. Ratgebende Literatur endet häufig mit dem Zeitpunkt des Umzugs. Diese Broschüre des Netzwerks Demenz im Kreis Groß-Gerau soll diese Lücke füllen. Das Netzwerk Demenz ist eine übergeordnete, neutrale Institution. Der Fokus der Arbeit liegt auf den Menschen mit Demenz und den Angehörigen.

Weder Angehörige noch eine Pflegeeinrichtung sind perfekt. Damit es Ihrem/Ihrer Angehörigen in der Einrichtung gut geht, ist eines sicher: Nur im gegenseitigen Austausch, im Sinne einer offenen, vertrauensvollen Kommunikation, kann dies gelingen.

Mit gegenseitigem Verständnis und Kompromissbereitschaft ist es möglich, sich immer wieder neu auf den Menschen mit Demenz einzulassen und die in vielen Fällen „unfreiwillig" eingegangene Verbindung zur Einrichtung positiv zu gestalten.

Alle Beteiligten haben ein Ziel: Es soll dem/der an Demenz Erkrankten im Heim gut gehen.

DER UMZUG ALS VERÄNDERUNG

Der Umzug in das Pflegeheim bedeutet für alle Beteiligten fraglos eine große Veränderung. Möglicherweise liegt eine lange Zeit der Betreuung und Pflege hinter Ihnen und Sie haben Ihren/Ihre Angehörige(n) bereits viele Jahre begleitet. Selbstverständlich kennen Sie den Menschen hinter der Erkrankung und wissen um die Besonderheiten und Eigenschaften.

Die Entscheidung zum Umzug fällt oft erst aufgrund persönlicher Erschöpfung der Pflegeperson oder der Zunahme der Pflegebedürftigkeit. Viele Menschen wollen festhalten, solange es eben geht. Erwartungen, die pflegende Angehörige an sich stellen, sind oft sehr hoch: „Ich schaff das", „ich weiß am besten, was sie braucht", „ich schieb ihn doch nicht ab"– diese Glaubenssätze sind tief verinnerlicht.

Ist dann die Entscheidung zum Umzug in eine Einrichtung gefallen, kämpfen viele mit enormen Schuldgefühlen. Das Gefühl, versagt zu haben, ein Versprechen nicht eingehalten zu haben ist sehr belastend und begleitet manche Angehörigen eine lange Zeit.

Das, was Sie im Prozess des Umzugs und auch danach erleben und verabschieden, ist sehr individuell. Sie als sorgende Angehörige stehen nun an einem Punkt, an dem Sie Ihre Erwartungen an sich selbst loslassen müssen. Demenz ist ein unverschuldeter Schicksalsschlag, der Wünsche und Pläne für die Zukunft durchkreuzt.

SCHULDGEFÜHLE NACH DEM UMZUG SIND NORMAL

Indem Sie offen mit diesen Gefühlen umgehen, werden Sie nach und nach einen Weg finden, diese zu bewältigen. Professionelle Beratung (z.B. über die Alzheimer Gesellschaft) kann Ihnen helfen, diese Empfindungen einzuordnen, aber auch Gesprächskreise für Angehörige leisten einen wichtigen Beitrag. Erfahrungen mit anderen teilen und auf Menschen zu treffen, die Ihre Situation nachempfinden können, kann Sie sehr entlasten.

SUCHEN SIE SICH GESPRÄCHSPARTNER!

SIE SIND NICHT ALLEIN.

EINE NEUE ROLLE FINDEN – LOSLASSEN UND VERTRAUEN

Durch die lange Zeit der Begleitung, Betreuung und Pflege haben Angehörige nicht selten völlig verlernt, auf die eigenen Bedürfnisse zu achten. Mit dem Zeitpunkt des Umzugs verändert sich für sie sehr viel. Sie werden vom Pflegenden zum betreuenden Besucher.

Dieser Rollenwechsel ist ein herausfordernder Prozess, der Zeit braucht. Nicht nur der Mensch mit Demenz braucht Zeit, in der neuen Umgebung anzukommen – auch Sie werden Zeit brauchen. Machen Sie sich dies klar und erwarten Sie nicht zu viel auf einmal. So, wie Ihr/Ihre Angehörige(r) in der Einrichtung langsam einen neuen Alltag finden wird, so wird auch auf Ihrer Seite ein neuer Rhythmus nötig und möglich.

VERSTEHEN SIE DIESEN PROZESS NICHT NUR ALS VERLUST. SIE WERDEN SEHEN, DASS HIER AUCH NEUE MÖGLICHKEITEN LIEGEN. SIE VERLASSEN DEN MENSCHEN NICHT, SIE VERÄNDERN NUR IHRE ROLLE UND IHRE AUFGABEN: VOM PFLEGENDEN HIN ZUM FÜRSORGENDEN. DIE BEZIEHUNG SELBST KANN WIEDER MEHR IN DEN VORDERGRUND RÜCKEN.

Ein gelingender Pflegeprozess braucht Vertrauen – auch Ihrerseits. Dennoch: Selbst, wenn es sich um kleinere Dinge handelt sollten Sie das Gespräch mit der Einrichtung suchen, nichts zurückhalten und aufkommende Fragen stellen. Von dieser Offenheit werden alle Beteiligten profitieren.

EIN NEUES KAPITEL BEGINNT

In dem Moment, in dem Sie bereit sind loszulassen und Aufgaben abzugeben, werden auch neue Wege frei. In der hinter Ihnen liegenden Zeit der Sorge und vielleicht sogar der „Rund-um-die-Uhr-Zuständigkeit" war der Tag geprägt von Aufgaben, Verantwortung und dem Einlassen in die Welt des Menschen mit Demenz. Eigene Interessen, Kontakte und Selbstfürsorge sind in den Hintergrund getreten.

Der Alltag bekommt eine neue Form, die gestaltet werden will. Versuchen Sie allmählich Kontakte wieder aufzunehmen, Interessen wiederzubeleben. Es wird sicher eine Zeit brauchen, bis Sie sich wieder darauf einlassen können.

Und auch bei Besuchen im Pflegeheim sollten Sie sich fragen, was Ihnen für die gemeinsame Zeit wichtig ist. Worauf achten Sie, worauf möchten Sie Ihre Energie verwenden? Was ist oberflächlich wichtig und was ist wirklich wichtig für eine schöne gemeinsame Zeit?

DIE BEZIEHUNG RÜCKT IN DEN VORDERGRUND

Der wohl größte Effekt wird sein, dass die Beziehung zu Ihrem/Ihrer Angehörigen wieder in den Mittelpunkt rücken kann. Sie haben jetzt die Chance, Ihre gemeinsame Zeit mit schönen Dingen zu gestalten. Für den Menschen mit Demenz ist zu Hause kein Ort, sondern ein Gefühl, dass Sie jetzt weiterhin vermitteln werden.

SIE BLEIBEN IMMER DIE WERTVOLLSTE RESSOURCE. AUCH MIT RÄUMLICHER DISTANZ SIND SIE WEITERHIN DER- ODER DIEJENIGE, DIE IHREN/IHRE ANGEHÖRIGE(N) AM BESTEN KENNT UND IHM/IHR ZUR SEITE STEHT.

DAS LEBEN IN DER EINRICHTUNG

Der Neuanfang braucht oft mehrere Wochen Zeit, Geduld und Gelassenheit. Alle daran Beteiligten müssen sich zunächst kennenlernen. Je fortgeschrittener die Demenz Ihres/Ihrer Angehörigen ist, desto länger wird sie/er vermutlich benötigen, um sich an das neue Umfeld, die neuen Menschen und neuen Abläufe zu gewöhnen. Auch für die Pflege- und Betreuungskräfte ist dies eine besondere Zeit, der sie sich besonders widmen, um den neuen Menschen in allen Facetten kennenzulernen.

© Peter Gaymann | www.gaymann.de

Unterstützen Sie diese Zeit, indem Sie die Einrichtung über Ihren / Ihre Angehörige(n) informieren. Informationen über wichtige Lebensereignisse, Vorlieben, Abneigungen und Gewohnheiten helfen dabei. Sicher wird es Ihnen unterschiedlich schwerfallen, Ihren / Ihre Angehörige(n) allein zu lassen. Dies ist jedoch ein wichtiger Prozess, damit er / sie sich auf das neue Umfeld einlassen kann.

Schön ist es zum Beispiel, wenn Sie Ihre Besuchszeiten den Abläufen und Veranstaltungen der Einrichtung anpassen. Kommen Sie dann, wenn keine Veranstaltung stattfindet, oder begleiten Sie zum Ende Ihres Besuchs zu der dann angebotenen Veranstaltung, dem Nachmittagskaffee oder Abendessen. In diesem Moment wird das Abschiednehmen erleichtert und Sie haben nicht das Gefühl, Ihren / Ihre Angehörige(n) allein zurückzulassen.

WAS IST DER NEUE WOHNORT (NICHT)

Was zu Hause selbstverständlich ist, kann in einem Pflegeheim nicht umsetzbar oder untersagt sein. Dort gelten klare gesetzliche Regelungen. Alltagsrisiken wie ein Sturz, Weglaufen oder das Verlegen von Gegenständen bestehen weiterhin. Die Pflegeeinrichtung hat die Aufgaben zu pflegen, zu aktivieren und mögliche Heilungsprozesse anzustoßen/zu begleiten und kann nicht die mit einer Reha-Klinik vergleichbaren Leistungen erbringen. Das neue, an die Bedürfnisse der Demenz ausgerichtete Umfeld kann durchaus zu einer Verbesserung des Zustands führen. Trotzdem wird sich die Krankheit weiterentwickeln und die Pflegebedürftigkeit zunehmen. Der Wechsel in das vollkommen neue Umfeld kann die bereits existierenden Einschränkungen noch offensichtlicher werden lassen, befeuern oder auch temporär ausbremsen. In dieser Hinsicht ist alles möglich.

EINE PFLEGEEINRICHTUNG KANN ODER WILL IHREN / IHRE ANGEHÖRIGE(N) MIT SEINEN / IHREN EIGENARTEN NICHT VERÄNDERN. ZEIGTE ER ODER SIE SICH ZU HAUSE ANTRIEBSLOS UND MOCHTE SEINE RUHE, WIRD DER UMZUG WOMÖGLICH NICHTS DARAN ÄNDERN. WENN DIE KÖRPERPFLEGE ZU HAUSE VERWEIGERT WURDE, KANN DIES GENAUSO IN DER EINRICHTUNG PASSIEREN.

In den eigenen vier Wänden redet man in solchen Situationen auch mal etwas direkter miteinander. Die Pflege- und Betreuungskräfte zeigen grundsätzlich eine respektvolle Haltung gegenüber allen Bewohnern / Bewohnerinnen. Das bedeutet, dass ein „Nein“ zunächst einmal als ein „Nein“ akzeptiert wird. Die Beschäftigten müssen ihr Handeln und die Ansprache auf die Eigenheiten der Menschen abstimmen, damit notwendige Dinge immer wieder angeboten werden können. Es gehört zur Professionalität, dass die Beschäftigten den Menschen mit Demenz immer wieder motivieren und versuchen, zu überzeugen. Sie können die Einrichtung dabei mit wertvollen Tipps unterstützen.

Die Pflegeeinrichtung ist das neue Zuhause Ihres / Ihrer Angehörigen. In erster Linie ist es wichtig, dass sie oder er sich dort wohlfühlt. Gemütliche Kleidung, ein Frühstück im Schlafanzug mit einem anschließenden Spaziergang über den Flur oder ein Nickerchen auf dem Sofa gehören auch im neuen zu Hause dazu und sind nicht als Pflegemangel zu verstehen.

In einer Einrichtung leben viele unterschiedliche Menschen, unter denen es, wie im Leben sonst auch, zu Konflikten und Auseinandersetzungen kommt. Diese normalen zwischenmenschlichen Reibereien entstehen immer wieder und können z.T. auch nie ganz aufgelöst werden. Bei größeren Konflikten wird die Pflegeeinrichtung durch sogenannte Fallbesprechungen eine Lösung erarbeiten.

ZUSTÄNDIGKEITEN IN DER PFLEGEEINRICHTUNG

Eine Pflegeeinrichtung ist in verschiedene Bereiche unterteilt, welchen jeweils eine Leitung vorsteht. Nutzen Sie Aushänge, Info-Broschüren, Foto-Wände oder auch die Homepage der Einrichtung, um eine Übersicht zu bekommen.

Die Pflege- und Betreuungskräfte erfüllen täglich anspruchsvolle, teils herausfordernde und zeitintensive Anforderungen. Der normale Arbeitsalltag lässt oft keine ausführlichen Tür-und-Angel-Gespräche mit den Angehörigen zu. Vereinbaren Sie daher idealerweise einen Gesprächstermin und tragen Sie Ihre Anliegen an der richtigen Stelle vor. So wird man sich Zeit nehmen und Ihnen weiterhelfen können.

FUNKTION	EXEMPLARISCHER VERANTWORTUNGSBEREICH
EINRICHTUNGSLEITUNG LEITUNGSKRAFT DER GESAMTEN EINRICHTUNG	Führt, lenkt und verantwortet die Einrichtung als Ganzes
PFLEGEDIENSTLEITUNG VORGESETZTE(R) ALLER PFLEGEMITARBEITER DER EINRICHTUNG	Alle pflegerischen Abläufe innerhalb der gesamten Einrichtung
SOZIALDIENSTLEITUNG LEITUNGSKRAFT DES BETREUUNGSPERSONALS	Individuelle soziale Betreuung aller BewohnerInnen Veranstaltungsplan / Beschäftigungsplan der Woche Organisiation von Veranstaltungen, Festen etc. Vermittlung von Seelsorge

FUNKTION	EXEMPLARISCHER VERANTWORTUNGSBEREICH
WOHNBEREICHSLEITUNG LEITUNGSKRAFT DES PFLEGEPERSONALS AUF EINEM WOHNBEREICH	Alle pflegerischen Abläufe auf dem Wohnbereich / der Etage / der Wohngruppe Ihres / Ihrer Angehörigen Zuständig für Medikamente und Hilfsmittel
HAUSWIRTSCHAFTSLEITUNG LEITUNGSKRAFT ALLER REINIGUNGS- UND HAUSWIRTSCHAFTSKRÄFTE	Reinigung im Haus inkl. der BewohnerInnenzimmer (nicht in den Schränken) I.d.R. Wäscherei Verpflegung (ggf. Zuständigkeit der Küchenleitung)
VERWALTUNG	Heimvertragliche und bürokratische Fragen Taschengeldkonten der BewohnerInnen
HAUSTECHNIK	Reparaturaufträge, die das Eigentum der Einrichtung betreffen Renovierungen in der Einrichtung
EINRICHTUNGSBEIRAT / EINRICHTUNGSFÜRSPRECHER	Ein auf 2 Jahre gewähltes Gremium, welches i.d.R. aus BewohnerInnen, Angehörigen oder ehrenamtlich engagierten Personen besteht und die allgemeinen Interessen aller BewohnerInnen vertritt

Jede Einrichtung bietet Angehörigenabende an. Hier können Sie allgemeine Fragen stellen, Anliegen klären und Ihre AnsprechpartnerInnen kennenlernen. Individuelle Fragen – die direkte Pflege betreffend – sollten Sie aber im Einzelgespräch klären, auch um die Privatsphäre zu beachten.

Darüber hinaus steht Ihnen außerhalb der Einrichtung als beratende Stelle die Betreuungs- und Pflegeaufsicht (Heimaufsicht) Ihres Kreises zur Verfügung. Sie ist auch dann zuständig, wenn sich eklatante Mängel ergeben, die trotz mehrfacher Nachfrage Ihrerseits nicht gelöst werden.
Bei schwer nachvollziehbaren und gravierenden Anliegen wird die Betreuungs- und Pflegeaufsicht eine anlassbezogene Kontrolle in der Einrichtung durchführen, um Ihr Anliegen zu bearbeiten.

SIE SIND NICHT ALLEIN!

Auf Ihrem Weg in die neue Rolle können Sie auf vielfältige Unterstützung zurückgreifen. Neben der Einrichtung selbst können Sie bei der regionalen Alzheimer Gesellschaft, bei kommunalen Seniorenberatungsstellen oder dem Pflegestützpunkt/Compass-Pflegeberatung Hilfe im Einzelgespräch finden. Auch psychologische Unterstützung ist eine Möglichkeit.

Darüber hinaus kann der Austausch mit Menschen, die ähnliche Erfahrungen machen, sehr wertvoll und entlastend sein.

EINE AUFLISTUNG DER KOMMUNALEN BERATUNGS- UND KOORDINATIONSSTELLEN IM KREIS GROß-GERAU FINDEN SIE UNTER:

https://www.kreisgg.de/familie/senioren/beratung-und-information/beratungs-und-koordinationsstellen

NUTZEN SIE DIESE UNTERSTÜTZUNGSMÖGLICHKEITEN AUF DEM WEG IN IHRE NEUE ROLLE. FOLGENDE STELLEN IM KREIS GROß-GERAU HABEN EIN OFFENES OHR FÜR SIE UND KÖNNEN IHNEN UNTERSTÜTZUNG UND WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN GEBEN:

KONTAKTSTELLEN DES NETZWERK DEMENZ IM KREIS GROSS-GERAU

BERATUNGSSTELLE FÜR ÄLTERE MENSCHEN IM SÜDKREIS – RIEDSTADT
c/o Stiftung Soziale Gemeinschaft Riedstadt
Wilhelm-Leuschner-Straße 21
64560 Riedstadt-Erfelden

Telefon 06158–822 573 10
info@seniorenberatung-ried.de
www.seniorenberatung-ried.de

ALZHEIMER- UND DEMENZKRANKEN GESELLSCHAFT RÜSSELSHEIM E.V.
Frankfurter Straße 12
65428 Rüsselsheim am Main

Telefon 06142–210 373
info@alzheimer-ruesselsheim.de
www.alzheimer-ruesselsheim.de

COMPASS PRIVATE PFLEGEBERATUNG
Gustav-Heinemann-Ufer 74C
50968 Köln

Telefon 0800–101 88 00
www.compass-pflegeberatung.de

HESSISCHES AMT FÜR VERSORGUNG UND SOZIALES DARMSTADT
Betreuungs- und Pflegeaufsicht
Schottener Weg 3
64289 Darmstadt

Telefon 06151–7380
betreuungs-pflegeaufsicht@havs-dar.hessen.de

PFLEGESTÜTZPUNKT KREIS GROß-GERAU
Wilhelm-Seipp-Straße 4
64521 Groß-Gerau

Telefon 06152–989 463
pflegestuetzpunkt@kreisgg.de
www.kreisgg.de/familie/senioren/pflegestuetzpunkt

IMPRESSUM \\\ © 2022 Netzwerk Demenz im Kreis Groß-Gerau
Illustrationen © Peter Gaymann | www.gaymann.de
Fotos: U2 © KBL Studio | www.istockphoto.com/de \\\ Motiv „SIE SIND NCHT ALLEIN!" © Tim Gouw | unsplash.com \\\ U4 © Rob Mulally | unsplash.com
Design © Corporate Communication Elke Müller | www.elkemueller.eu

NETZWERK DEMENZ IM KREIS GROSS-GERAU
WWW.NETZWERK-DEMENZ-GG.DE

NETZ WERK DEMENZ
IM KREIS GROSS-GERAU

KONTAKTSTELLE NORD

Alzheimer- und Demenzkranken
Gesellschaft Rüsselsheim e.V.

Frankfurter Straße 12, im Haus der Senioren
65428 Rüsselsheim am Main

MO–FR 8.00–16.00 Uhr

Telefon 06142–21 03 73
info@alzheimer-ruesselsheim.de
www.alzheimer-ruesselsheim.de

KONTAKTSTELLE SÜD

Beratungsstelle für ältere Menschen
im Südkreis Riedstadt und Stockstadt

Wilhelm-Leuschner-Straße 21, 64560 Riedstadt

MO–DO 8:00–16:00 Uhr | FR 8:00–14:00 Uhr
Beratungstermine MO–FR nach Vereinbarung

Telefon 06158–822 573 10
info@seniorenberatung-ried.de
www.seniorenberatung-ried.de