



MIT DEMENZ LEBEN ...

Informationen und Tipps
für Angehörige, Freunde,
Nachbarn und Dienstleister

aus.gedacht

Demenzoffensive Esslingen a.N.



STADT ESSLINGEN AM NECKAR

ich, du, er, sie, Esslingen denkt weiter



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

die zunehmende Alterung unserer Gesellschaft bringt es mit sich, dass immer mehr Menschen an Demenz erkranken. Das Augenmerk liegt derzeit vor allem auf den medizinischen Aspekten der Krankheit. Eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen und seiner Erkrankung steht bisher noch nicht im Mittelpunkt. Die breite Öffentlichkeit weiß immer noch zu wenig über dieses Thema.



Obwohl wir in Zukunft immer häufiger auf ganz verschiedene Art und Weise mit einer Demenzproblematik konfrontiert werden können: in der alltäglichen oder beruflichen Begegnung mit Menschen mit Demenz, durch den Krankheitsfall in der Familie oder im Zuge eigener Betroffenheit.

Dennoch ist Demenz in der öffentlichen Wahrnehmung nach wie vor ein Tabuthema. Überforderung in den betroffenen Familien spielt dabei ebenso eine Rolle wie die Unwissenheit und Unsicherheit in der Nachbarschaft und im Bekanntenkreis. Die Lebens-

qualität der Betroffenen und ihrer Pflegenden hängt wesentlich von der Haltung der Gesellschaft zu dieser Krankheit ab.

Kaum eine Diagnose löst größeren Schrecken bei den Betroffenen und ihren Angehörigen aus als dementielle Erkrankungen. Alle Spielregeln des Alltags, alle Gefühle und Rollen ändern sich. Nach wie vor werden die meisten Erkrankten von ihren Angehörigen gepflegt, deren Kräfte oft nicht ausreichen.

Damit weiterhin Menschen mit einer Demenz zuhause wohnen bleiben können und Angehörige die Unterstützung erhalten die sie benötigen, hat die Stadt Esslingen diese Informationsbroschüre für Betroffene, Angehörige, Nachbarn, Freunde, Dienstleister und Institutionen erstellt.

Im Mittelpunkt und als erste Anlaufstelle steht der Pflegestützpunkt Esslingen mit seinem Informations- und Beratungsangebot. Daneben bauen wir mit vielen Akteuren in der Stadt an einem bedarfsgerechten und quaternahen Versorgungsnetz. Neben professioneller Pflege und hauswirtschaftlichen Dienstleistungen können auch ergänzende Angebote, wie Betreuungsgruppen, Pflegebegleiter, Seniorennetzwerke und Besuchsdienste, zur Entlastung der Angehörigen beitragen.

In dieser Broschüre finden die Leserinnen und Leser von A wie Alzheimersprechstunde und G wie Gedächtnisübungen über T wie Tagespflege und W wie Wohnberatung auch viele Hinweise über die Krankheit Demenz.

Ich möchte Sie ermutigen, von diesen Angeboten Gebrauch zu machen und sich rechtzeitig die Informationen und Unterstützung zu holen die Sie benötigen.

Ihr

Dr. Jürgen Zieger
Oberbürgermeister

„Wie kommen die Schuhe in den Kühlschrank?“ – Eine Fallbeschreibung

Frau Mayer ist 72 Jahre alt und lebt allein in ihrer Wohnung. Tochter Ute und Sohn Tim schauen oft bei ihr vorbei, und sie

Demenz

Gedächtnisabbau

Es gibt viele Krankheiten, die zu einer Demenz führen können. Die bekannteste und häufigste Form ist die Alzheimer-Demenz. Das auffälligste Symptom, das die meisten Menschen mit einer Alzheimer-Demenz verbinden, ist der im Lauf der Jahre zunehmende Abbau des Gedächtnisses. Dabei ist zunächst das Kurzzeitgedächtnis betroffen, immer mehr wird jedoch auch das Langzeitgedächtnis in Mitleidenschaft gezogen, bis hin zum fast totalen Erlöschen jeder Erinnerung. Ein Mensch, der an einer Alzheimer-Demenz leidet, kann sich ab einer bestimmten Phase seiner Erkrankung auch mit viel Anstrengung nicht daran erinnern, dass er zum Beispiel

- heute schon Besuch gehabt hat,
- vor kurzem bereits zu Mittag gegessen hat,
- erst vor vier Wochen ein Enkelkind bekommen hat,
- vormittags schon beim Einkaufen war,

Wie kommen die Schuhe in den Kühlschrank?

freut sich über den guten Kontakt zu ihren Kindern. Da sie noch sehr rüstig ist, kam sie bisher mit etwas Hilfe ganz gut allein zurecht. In letzter Zeit fällt Tochter Ute jedoch auf, dass die Mutter viel zu viele Lebensmittel im Kühlschrank aufbewahrt und Verdorbenes nicht mehr entfernt. Überhaupt vergisst Frau Mayer oft Dinge, sie bringt

- die Wohnung, in der er sich befindet, sein Zuhause ist,
- jetzt im Pflegeheim wohnt – oder in einer späteren Krankheitsphase,
- je verheiratet war.

Weniger bekannt und doch auch sehr belastend sind eine ganze Reihe von weiteren Symptomen, die für das Verständnis der Erkrankung wesentlich sind:

So ist meistens schon im frühen Krankheitsstadium die Fähigkeit zum komplexen und logischen Denken gestört. Es können keine sinnvollen Zuordnungen mehr gebildet werden, etwa: Schuhe gehören in den Schuhschrank. Die Kategorie Schrank wird nicht weiter unterteilt: Schrank ist Schrank – und so können die Schuhe eben auch im Kühlschrank landen, oder die Geldbörse, oder der Schmuck.

die Namen der Enkelkinder durcheinander, kauft manchmal sogar doppelt ein. Als sie letztens ihre Schwester in Ostfildern besuchte, fand sie den Weg vom Bahnhof nicht mehr nach Hause und musste ein Taxi nehmen.

Erste Anzeichen

Erkrankten fällt es zunehmend schwerer, vorausschauend zu planen und richtige Reihenfolgen einzuhalten:

- Kommt die Bluse über oder unter die Jacke?
- Welche Lebensmittel müssen zuerst verbraucht werden?
- Kommen erst die Nudeln in den Topf oder das Wasser?

Die meisten Menschen, die an Demenz erkrankt sind, haben im Laufe der Zeit mit Störungen der Sprache zu kämpfen. Es kann sein, dass ihnen die richtigen Worte nicht einfallen, es kann aber auch sein, dass sie den Sinn von Worten nicht mehr erfassen können. Sie sprechen umständlich und weitschweifig, weil sie immer mehr fehlende Worte umschreiben müssen. Dies und auch die nachlassenden Fähigkeiten, sich zu konzentrieren und Wesentliches von Unwesentli-

chem zu unterscheiden, führen dazu, dass Menschen mit Demenz Gesprächen nicht mehr folgen können, irgendwann abschalten, sich zurückziehen und ganz die Lust an gewohnten Tätigkeiten verlieren. Sie fühlen sich „draußen“, ausgeschlossen, isoliert. Sprache ist ein wesentlicher Faktor für die Teilnahme an der Gemeinschaft. Es ist wichtig, im Gespräch auf demenzkranke Menschen Rücksicht zu nehmen, das heißt sie nicht zu überfordern und sich auf ihr Tempo einzustellen.

Abstraktes Denken fällt immer schwerer, insbesondere der Umgang mit Zahlen und daraus resultierend der Umgang mit Geld, Kontoauszügen, Bank- oder Behördenangelegenheiten.

Die Orientierung wird zunehmend schlechter, der Mensch mit Demenz findet sich immer weniger in seiner Umgebung zurecht.

Die selbstständige Alltagsbewältigung wird immer schwerer

Sprachstörungen erschweren die Kommunikation und isolieren

Die Welt der Demenzkranken ist oft beängstigend und chaotisch

Erst kürzlich hat der Nachbar erzählt, die Mutter lasse die ganze Nacht über das Licht brennen und geistere in der Wohnung herum. „Ein bisschen wunderlich wird Mutter schon“, denken sich die Kinder. Als Ute bei einem Besuch jedoch ein paar Schuhe im Kühlschrank findet, ist sie beunruhigt. So kann das nicht weiter gehen!

Ute und Tim reagieren inzwischen häufig recht ungeduldig darauf, das ihre Mutter immer wieder mit den gleichen Geschichten von früher anfängt: „Das hast du doch schon hundert Mal erzählt, ich kann's jetzt nicht mehr hören“, ist die häufige Reaktion. Auch an den Termin beim Hausarzt hat Frau Mayer nicht gedacht. Das wäre früher

Warnsignale

Frühe Diagnose ist wichtig

Es gibt viele Krankheiten, die zu einer Demenz führen können. Einige wenige davon sind heilbar. Deshalb ist eine genaue Diagnosestellung durch den Arzt zu einem möglichst frühen Zeitpunkt sinnvoll.

Leider ist die am häufigsten vorkommende Demenz-Erkrankung, die Demenz vom Alzheimer-Typ, nicht heilbar. Trotzdem sind Früherkennung und ein möglichst früher Behandlungsbeginn auch hier wichtig, denn durch medikamentöse Behandlung und der Krankheit angepasste Verhaltensweisen und Betreuung kann der Krankheitsverlauf deutlich verzögert und abgemildert werden.

Der Arzt kann schon durch sehr einfache Tests Hinweise auf das mögliche Vorliegen einer Demenz erhalten.

Bei Vorliegen folgender Symptome ist der Gang zum Arzt auf alle Fälle sinnvoll, um eine Demenz oder andere Erkrankungen (zum Beispiel Depression) rechtzeitig diagnostizieren zu können. Hinweise auf eine Demenz sind:

- Gedächtnisstörungen: Termine, Namen, kürzlich Erlebtes werden vergessen, gleiche Begebenheiten werden immer wieder erzählt, Gegenstände werden häufig verlegt.
- Sprachschwierigkeiten: Es wird immer öfter nach bestimmten Worten gesucht, die Sprache wird umständlich, weitschweifig, der Sinnzusammenhang von Gesprächen wird nicht erfasst, der rote Faden geht verloren.
- Rückzug aus sozialen und geselligen Bezügen: Der Betroffene meidet immer öfter Gesellschaft, geht nicht mehr in seinen Verein...

Hinweise auf eine Demenzerkrankung

nie vorgekommen. „Mutter lässt jetzt ganz schön nach“, denken sich die Kinder, „das bringt eben das Alter so mit sich“.

Frau Mayer geht nun immer weniger aus dem Haus, bei Zusammenkünften mit der Familie wirkt sie seltsam abwesend und uninteres-

siert. Man hat den Eindruck, als wüsste sie oft gar nicht, wovon gerade die Rede ist. An viele Begebenheiten kann sie sich offensichtlich nicht mehr erinnern.

Schließlich nimmt sie auch nicht mehr an ihren so heiß geliebten

Wichtige Daten vergessen

- Gewohnte, früher gekonnte Tätigkeiten gelingen nicht mehr: zum Beispiel Kochen, Einkaufen, Organisieren des Haushalts ...
- Interessen lassen nach, Hobbys werden aufgegeben.
- Probleme, sich auf eine Sache zu konzentrieren: Tätigkeiten werden begonnen, aber nicht zu Ende gebracht, die Aufmerksamkeit lässt nach.
- Probleme beim Abwägen und Beurteilen von Situationen: Welche Kleidung passt zum heutigen Wetter? Einschätzen von Situationen im Straßenverkehr und anderen.
- Die Stimmung ändert sich auffallend oder schwankt stark.
- Die Orientierung wird schlechter (örtlich: man findet sich in fremder oder vertrauter Umgebung nicht zurecht; zeitlich: man weiß das Jahr, den Monat nicht mehr).
- Die Persönlichkeit ändert sich auffallend.

Das Leben eines Menschen, der an Demenz erkrankt ist, ist enorm kompliziert, chaotisch und oft beängstigend. Er bemerkt meist selbst, vor allem aber auch an den Reaktionen seiner Umwelt, dass etwas mit ihm nicht mehr stimmt. Der an Demenz erkrankte Mensch versucht auf seine Weise, Erklärungen zu finden, bzw. das erlebte Chaos in den Griff zu bekommen. Da er infolge seiner Gedächtnisstörung einen anderen Informationsstand hat als seine Umwelt, kommt er auch zu anderen Deutungen und Schlüssen, die aus seiner Sicht betrachtet völlig in Ordnung sind. Er lebt mehr und mehr in seiner eigenen Welt.

Im Einzelfall reagiert ein Demenzkranker auch ungehalten auf seine Umgebung. Es ist sinnvoll, zunächst nach Auslösern für dieses Verhalten zu suchen. Hat der Kranke Schmerzen? Fühlt er sich bedroht, weil er eine Person nicht erkennt und sich durch ihr Verhalten brüskiert fühlt, zum Beispiel weil diese ihn duzt,

**Auffallende
Verhaltensweisen**

**Aggressives
Verhalten**

Treffen in ihrer Seniorengruppe teil: „Das ist nichts mehr für mich“, meint sie, als Ute sie darauf anspricht. Die Kinder sind auch besorgt, weil Frau Mayer immer seltener richtig kocht: „Ich brauche nicht mehr so viel“, sagt sie immer. Geduldig versuchen die Kinder, mit den Eigenheiten ihrer Mutter umzugehen. Aber das sie den Geburtstag

ihrer einzigen Tochter vergessen hat, nimmt ihr Ute wirklich übel – noch dazu, wo sie sich fast täglich um ihre Mutter kümmert. In den Augen der Kinder wird Frau Mayer immer „komischer“. Man kann gar nicht mehr vernünftig mit ihr reden. Besonders viel Ärger gibt es, wenn Ute ihre Mutter darauf hinweist, dass sie sich wieder einmal

Auffallende Verhaltensweisen

Depressive Verstimmungen

Vorschriften macht, einfach in sein Zimmer kommt oder ihn gar waschen will?

Misstrauen, Beschuldigungen

Aus den Gefühlen von Überforderung, Beschämung oder Ohnmacht heraus kommt es dann immer wieder zu impulsiven Reaktionen seitens der Betroffenen.

Unruhe, Bewegungsdrang

Viele Demenzkranke leiden, insbesondere im Frühstadium der Erkrankung, auch an tiefen depressiven Verstimmungen. Wenn auch unregelmäßig und mit schwankender Deutlichkeit, so nehmen die Erkrankten ihre Einbußen sehr wohl wahr. Rückzug, Trauer, Depression sind nicht selten die Folge davon.

Weglaufen

Viele Missgeschicke im Alltag kann sich der Demenzkranke aufgrund fehlender Krankheitseinsicht nicht anders erklären, als dass Dritte, oft auch nächste Angehörige oder Vertraute, ihn bestehlen, belügen oder

sich unberechtigt in seine Angelegenheiten mischen. Wer sonst sollte für das Verschwinden der Geldbörse verantwortlich sein, wenn nicht derjenige, der gerade im Raum ist? Warum möchte der Sohn oder die Tochter auf einmal Einblick in die Kontoauszüge?

Menschen mit Demenz haben oftmals ein großes Bedürfnis nach Bewegung. Sie halten es nicht aus, sich lange an einem Platz aufzuhalten, laufen oft beträchtliche Strecken und sind von innerer Unruhe erfüllt – als wollten sie endlich irgendwo ankommen.

Immer wieder kommt es vor, dass die Betroffenen manchmal unbemerkt die Wohnung, das Zimmer, das Heim, verlassen und nicht mehr zurückfinden. Eine Erklärung hierfür wäre, dass die aktuelle Wohnung nicht als eigenes Zuhause erkannt wird. Oft suchen die Menschen dann das Zuhause ihrer Kindheit.

duschen oder die verschmutzte Kleidung wechseln sollte. Dabei hat sie doch immer so viel Wert auf ein gepflegtes Äußeres gelegt. Die Auseinandersetzungen häufen sich.

Frau Mayer ist ständig in Sorge um ihr Geld. Es fällt schon auf, das

sie fast täglich zur Bank geht, um sich zu vergewissern, dass mit den Finanzen alles seine Ordnung hat. Oft hebt sie Geldbeträge ab und versteckt sie dann bei sich zu Hause, wo sie es nicht mehr findet. Neulich hat sie sich bei Ute beklagt, dass Sohn Tim ihr Geld gestohlen habe. Als Ute mit Tim darüber spricht, ist er über die ungerech-

In Erinnerung leben

Der Tag-Nacht-Rhythmus bei Menschen mit Demenz kann phasenweise durcheinander geraten. Im Einzelfall werden Kranke in der Nacht sehr aktiv, räumen in den Schränken herum und denken nicht daran zu schlafen. Der Hinweis auf die späte Stunde hat meistens wenig Erfolg, da die Kranken mit der „äußeren“ Uhr nichts mehr anzufangen wissen und ganz ihrem eigenen Rhythmus folgen. Eine Aussprache mit dem behandelnden Arzt kann hier sehr hilfreich sein.

Manchmal benehmen sich Menschen mit Demenz in der Öffentlichkeit auffällig oder unangemessen, was sowohl für den Kranken selbst als auch für den begleitenden Angehörigen sehr peinlich sein kann: zum Beispiel wenn der Kranke auf wildfremde Leute zugeht, an der Haltestelle nicht aus der Straßenbahn aussteigen will oder im Supermarkt etwas einsteckt, weil er nicht mehr weiß, dass man das nicht tut.

Auch wenn es schwer fällt: der offene Hinweis auf die Krankheit kann hier helfen.

Es ist wichtig, diese schwierigen Verhaltensweisen nicht persönlich zu nehmen, sondern sie als Folge der Erkrankung zu sehen. Oft kann ein Auslöser gefunden werden: der Kranke hat Angst, fühlt sich bedroht oder missverstanden und deutet Situationen falsch, bzw. aus seiner Realität heraus. Gerade für pflegende Angehörige sind diese schwierigen Verhaltensweisen belastender als die eigentlichen Krankheitssymptome.

Inzwischen stehen aber auch gut verträgliche Medikamente zur Verfügung, wenn die Situation zu belastend wird.

Tag-Nacht-Umkehr

Peinliches Verhalten in der Öffentlichkeit

fertigten Vorwürfe sehr erbost. Seitdem ist er mit seiner Mutter im Streit. Der Familienfrieden ist dahin.

Eines Abends wird Frau Mayer von der Polizei nach Hause gebracht, nachdem sie im Viertel nur mit Nachthemd und Pantoffeln bekleidet

herumgeirrt war. Den Kindern ist das sehr peinlich, sie sind besorgt und wissen sich nicht mehr zu helfen.

Um eine umfassende Beratung zu erhalten, meldet sich der Sohn bei dem „Pflegestützpunkt Esslingen/Beratungsstelle für Ältere“ an.

Was können wir tun?

Anstöße für ein Umdenken im Umgang mit Menschen,
die an Demenz erkrankt sind

Das Thema Demenz geht nicht nur Betroffene, Angehörige, Pflegepersonal und Ärzte an. Wir können unseren Kontakt zu demenzkranken Menschen nicht an andere delegieren – Menschen mit Demenz bleiben unsere Freunde, Bekannten, Nachbarn, Mitmenschen und Mitbürger.

Unsere Gesellschaft verarmt sozial, wenn wir unsere Kommunikationsbereitschaft für demenzkranke Menschen nur an Fachleute übertragen.

ich, du, er, sie, Esslingen denkt weiter

- Menschen mit Demenz möchten ernst genommen werden, auch wenn uns ihr Verhalten manchmal eigenwillig und nicht angepasst erscheint.
- Sie brauchen Kontakt und Kommunikation und nicht Ausgrenzung, um weiter in Würde in der Gemeinschaft leben zu können.
- Sie sind angewiesen auf unsere Bereitschaft, uns in

„ihre Welt“ hineinzusetzen – anders herum ist es für sie nicht mehr möglich.

- Menschen mit Demenz nehmen sehr viele Botschaften über Stimmung und Gefühl auf – sie sind Meister darin, das zu registrieren, was hinter den Worten liegt. Darin sind sie vielen gesunden Menschen voraus. Es erfordert Phantasie und Bemühen, sich auf diese Art der Kommunikation einzulassen. Es ist aber sicher ein Gewinn für alle.
- Viele Menschen haben als sogenannte Multiplikatoren eine wichtige Aufgabe in der Stadt. Ihr Umgang mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind, hat Vorbildfunktion und prägt das Verhalten anderer mit.
- Wenn Probleme und Gefährdungen auftreten: In Esslingen am Neckar gibt es Beratungsstellen, in denen alle Beteiligten gemeinsam eine Lösung finden können.

Wo und an welche Stellen sich Betroffene, Angehörige, Freunde und Nachbarn wenden können, erfahren Sie auf den folgenden Seiten dieser Broschüre.

Die wichtigsten Ansprechpartner in Esslingen

Information und Beratung

Kontaktatenverzeichnis
siehe Seite 16-17

Wo erhalte ich bei Verdacht auf eine Demenz Information und Beratung?

Stadt Esslingen am Neckar
Pflegestützpunkt Esslingen /
Beratungsstelle für Ältere
Sozialpsychiatrischer Dienst für alte
Menschen – SOFA
Alzheimer-Sprechstunde

Was tue ich, wenn der Demenzkranke plötzlich deutlich verwirrt ist als sonst und wahnhaft reagiert?

In diesem Fall sollten Sie Kontakt zu Ihrem Hausarzt aufnehmen. Dieser wird im Einzelfall entscheiden, ob ein Facharzt hinzugezogen werden sollte. Darüber hinaus besteht für Sie die Möglichkeit, Kontakt mit SOFA aufzunehmen:

Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen – SOFA

Wohin kann ich mich wenden, wenn ich mich mit der Betreuung und Pflege überfordert fühle?

Sozialpsychiatrischer Dienst für alte
Menschen – SOFA
Pflegestützpunkt Esslingen /
Beratungsstelle für Ältere

Die wichtigsten Ansprechpartner in Esslingen

Information und Beratung

Finanzielle Hilfen

Ergänzende Leistungen für Versicherte mit erheblich altem Betreuungsbedarf nach § 45 a + b SGB XI.

Für Menschen mit erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz im ambulanten Bereich – dazu gehören auch demenziell erkrankte Menschen. Auf Antrag bei der Pflegekasse können entweder 100,- € im Monat (Grundbetrag) oder 200,- € im Monat (erhöhter Betrag), z.B. für Betreuungsangebote, gewährt werden. Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Ihrer Pflegekasse

**Pflegestützpunkt Esslingen /
Beratungsstelle für Ältere**

**Pflegestützpunkt Esslingen /
Beratungsstelle für Ältere**

Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen – SOFA

Ihre Krankenkasse – Pflegeberatung

Wer berät mich bei Fragen der finanziellen Unterstützung (z.B. Anspruch auf Leistungen der Pflegeversicherung)?

Ärztliche Beratung

Wer diagnostiziert eine Demenzerkrankung?

Jeder niedergelassene Arzt
mit gerontopsychiatrischer Erfahrung

Fachärzte: Neurologen und Psychiater

**Geriatrisches Zentrum
Esslingen-Kennenburg**
Privatsprechstunde bei Dr. Martin Runge

**Memory-Klinik Stuttgart
Fachambulanz für Frühdiagnostik
demenzieller Erkrankungen**

Wer kann Medikamente für die Beeinflussung einer Demenz verordnen?

Jeder niedergelassene Arzt
mit gerontopsychiatrischer Erfahrung

Fachärzte: Neurologen und Psychiater

**Geriatrisches Zentrum
Esslingen-Kennenburg**
Privatsprechstunde bei Dr. Martin Runge

**Memory-Klinik Stuttgart
Fachambulanz für Frühdiagnostik
demenzieller Erkrankungen**

Unterstützungs- und Betreuungsangebote für die Versorgung zu Hause

Kontaktatenverzeichnis
siehe Seite 16-17

Wohin kann ich mich wenden, wenn ich Entlastung brauche?

Pflegestützpunkt Esslingen /
Beratungsstelle für Ältere
pflegeBegleiter
Gesprächsgruppe für Angehörige

Wo gibt es Betreuungsgruppen für Demenzkranke?

Betreuungsgruppe für demenzkranke Menschen im Mehrgenerationen- und Bürgerhaus Pliensauvorstadt
Betreuungsangebot für verwirrte ältere Menschen – „Zeit für mich“ im Gemeindehaus Oberesslingen

Welche unterstützenden Angebote gibt es noch?

Informationen über weitere Entlastungsangebote wie Urlaub ohne Koffer, Freizeiten, Gedächtnisübungen, Besuchsdienste, Kümmerer, TAT+RAT, Wohnberatung:
Pflegestützpunkt Esslingen /
Beratungsstelle für Ältere

Wohin kann ich mich wenden, wenn ich tageweise oder länger Entlastung brauche?

Tagespflege:

Städtisches Pflegeheime,
Altenpflegeheim Obertor

Tages- oder Wochenendpflege:

Geriatrisches Zentrum
Esslingen-Kennenburg

Kurzzeitpflege:

Eine zeitlich befristete stationäre Versorgung pflegebedürftiger, auch an Demenz erkrankter Menschen

Adressen über:

Pflegestützpunkt Esslingen /
Beratungsstelle für Ältere

Gastbetten:

Pflegenden Angehörigen Urlaub und Erholung ermöglichen: „Gastbetten und Gastpflege“ in Familien – ein Projekt des Landkreises Esslingen.

Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen – SOFA

Versorgungsangebote für Schwerstkranke

Wo finde ich
Unterstützung
bei der Palliativ-
Versorgung?

Ev. Krankenpflegeverein Zollberg
Palliativ-Verbund Esslingen und
Umgebung

Wo finde ich
Unterstützung bei
der Begleitung
Schwerstkranker
und Sterbender?

Arbeitsgemeinschaft Hospiz Esslingen

Rechtliche Fragen

Wer kann über
Fragen zu
Vorsorgever-
fügungen und
Vollmachten
informieren

**ESSLINGER INITIATIVE
Vorsorgen – Selbst bestimmen e.V.**

Beratung erhalten Sie auch bei allen
Rechtsanwälten und Notaren.

Bei Generalvollmachten wird Beratung und
Beurkundung durch den Notar empfohlen.

Informationen zur stationären Versorgung

Wer informiert,
wo es Pflegeheime
bzw. Kurzzeitpfe-
geeinrichtungen
gibt, die sich mit
ihrer Konzeption
auf Demenzkranke
eingestellt haben?

Stadt Esslingen am Neckar
Amt für Sozialwesen

Pflegestützpunkt Esslingen /
Beratungsstelle für Ältere

Das Landratsamt Esslingen gibt
regelmäßig ein Verzeichnis aller
Pflegeeinrichtungen im Landkreis
heraus.

Wohin wende ich
mich bei Fragen zu
einer gesetzlichen
Betreuung?

Betreuungsverein Esslingen e.V.

Verein für Betreuungen e.V.

Notariat Esslingen

Pflege-, Unterstützungs- und Betreuungsangebote für die Versorgung zu Hause

Kontaktatenverzeichnis
siehe Seite 16-17

An wen kann ich mich wenden, wenn ich Unterstützung im Haushalt und bei der Pflege brauche?

Pflegestützpunkt Esslingen / Beratungsstelle für Ältere

Ritterstraße 16, 73728 Esslingen a.N.
Rita Latz, Telefon (0711) 35 12 – 32 20
Beate Barzen-Meiser, Telefon (0711) 35 12 – 32 19

Ambulante Psychiatrische Pflege

Ritterstraße 16, 73728 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 35 12 – 32 38

Arbeiter-Samariter-Bund Esslingen

Jusiweg 10–12, 73734 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 93 88 22 – 51

AWO Sozialstation e.V.

Julius-Motteler-Straße 12, 73728 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 3 16 00 60

Deutsches Rotes Kreuz Curavita

Hirschlandstraße 97/1, 73730 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 3 90 05 – 1 38

DIAKONIE- UND SOZIALSTATION ESSLINGEN e.V.

Urbanstraße 4, 73728 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 39 69 88 – 0

Diakonischer Ambulanter Dienst Esslingen

Kennenburger Straße 63, 73732 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 39 05 – 138

Malteser-Hilfsdienst e.V.

Klosterallee 1–3, 73733 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 9 25 82 – 13

Ev. Krankenpflegeverein Esslingen-Zollberg e.V.

Zollernplatz 2/1, 73734 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 38 50 06

Ambulanter Pflegedienst Hinz

Hirschlandstraße 19, 73730 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 3 50 90 – 56

Ambulanter Pflegedienst „HUMANAE VITAE“

Fabrikstraße 16, 73728 Esslingen-Mitte
Telefon (0711) 35 36 80

HOMO HOMINI, Ambulanter Pflegedienst

Lerchenbergstraße 82, 73733 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 3 27 86 – 57

Pflegedienst – SOLHEJMO

Bachstraße 21, 73730 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 4 20 82 40

Kontaktatenverzeichnis

Stadt Esslingen am Neckar Pflegestützpunkt Esslingen / Beratungsstelle für Ältere

Rita Latz
Ritterstraße 16, 73728 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 35 12 – 32 20
Beate Barzen-Meiser
Ritterstraße 16, 73728 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 35 12 – 32 19

pflegeBegleiter

Forum Esslingen
Im Heppächer 23, 73728 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 35 74 20
Sprechzeiten Mittwoch 9:30 – 11:30 Uhr
oder
Stadt Esslingen am Neckar
Telefon (0711) 35 12 – 31 08

Sozialpsychiatrischer Dienst für alte Menschen – SOFA

Stuttgarter Straße 2, 72622 Nürtingen
Telefon (07022) 78 58 30

Alzheimersprechstunde

Jeden ersten Freitag im Monat von
9 bis 12 Uhr in den Räumen der Stadt
Esslingen a.N., Ritterstraße 16, Zimmer 4
Auskünfte unter
Telefon (0711) 35 12 – 31 08

Geriatrisches Zentrum Esslingen-Kennenburg

Kennenburger Str. 63, 73732 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 39 05 – 1 00
Privatsprechstunde bei Dr. Martin Runge

Memory-Klinik Stuttgart

Fachambulanz für Frühdiagnostik
demenzieller Erkrankungen
Bürgerhospital
Türlestraße 22, 70191 Stuttgart
Telefon (0711) 2 78 – 2 29 70

Gesprächsgruppe für Angehörige DIAKONIE- UND SOZIALSTATION ESSLINGEN e. V.

Jeden zweiten Donnerstag im Monat
von 19:30 – 21 Uhr
Urbanstraße 4, 73728 Esslingen a.N.
Susanne Schwarz
Telefon (0711) 39 69 88 – 21

Betreuungsgruppe für demenzkranke Menschen

Mehrgenerationen- und Bürgerhaus
Pliensauvorstadt, Weilstraße 8
Jeden Donnerstag von 14 bis 17 Uhr
Information und Anmeldung:
AWO Sozialstation, Andreas Haas
Julius-Motteler-Str. 12, 73728 Esslingen
Telefon (0711) 3 16 00 60

Betreuungsangebot für verwirrte ältere Menschen – „Zeit für mich“

14- tägig mittwochs von 14 bis 17 Uhr
im Gemeindezentrum Martinskirche,
Keplerstraße 41
Ev. Krankenpflegeverein Oberesslingen
Information:
Gertrud Fohrer, Telefon (0711) 3 10 99 29
und Monika Wille, Telefon (0711) 31 18 46

Tagespflege:

Städtische Pflegeheime Esslingen am Neckar, Altenpflegeheim Obertor

Leitung: Nicolai Merthan
Hindenburgstr. 8–10, 73728 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 3 51 72 – 50 27

Tages- oder Wochenendpflege:

Geriatrisches Zentrum Esslingen-Kennenburg

Pflegestift Kennenburg
Charlotte Fiedler
Kennenburger Str. 63, 73732 Esslingen
Telefon (0711) 39 05 – 1 00

Palliativversorgung:

Ev. Krankenpflegeverein Zollberg e.V.

Zollernplatz 2/1, 73734 Esslingen
Telefon (0711) 38 40 06

Palliativverbund Esslingen und Umgebung

Stadt Esslingen am Neckar
Stabsstelle
Bürgerengagement und Senioren
Ritterstraße 16, 73728 Esslingen a.N.
Telefon (0711) 35 12 – 31 08

Begleitung Schwerstkranker und Sterbender Arbeitsgemeinschaft Hospiz Esslingen

Küferstraße 2, 73728 Esslingen
Kordinatorin: Erika Dionisius
Telefon (0711) 9 31 97 97

Rechtliche Fragen:

ESSLINGER INITIATIVE Vorsorgen – Selbst bestimmen e.V.

Auskunft zu Anlaufstellen und Infotermi-
nen:
StadtSeniorenRat Esslingen e.V.
Forum Esslingen
Im Heppächer 23, 73728 Esslingen
Telefon (0711) 35 74 20

Betreuungsverein Esslingen e.V.

Küferstraße 13, 73728 Esslingen
Telefon (0711) 3 16 51 51

Verein für Betreuungen e.V.

Flandernstraße 49, 73732 Esslingen
Telefon (0711) 93 78 88 – 40

Notariat Esslingen

Schelztorstraße 46, 73728 Esslingen
Telefon (0711) 39 63 42 – 0

Verzeichnis Pflegeheime:

Landratsamt Esslingen

Pulverwiesen 11, 73728 Esslingen
Telefon (0711) 39 02 – 0

Weitere Informationen erhalten
Sie aus dem Wegweiser für
Seniorinnen und Senioren

Stadt Esslingen am Neckar Amt für Sozialwesen Stabsstelle Bürgerengagement und Senioren

Ritterstraße 16, 73728 Esslingen
Telefon (0711) 3512-3108

oder im Internet

www.esslingen.de –
Soziales & Gesundheit – Senioren

10 Tipps für Angehörige, Freunde und Nachbarn

1. Informieren Sie sich gründlich über die Krankheit

Dieses Wissen wird Ihnen mehr Sicherheit im Umgang mit dem Demenzkranken geben und Sie vor Fehlinterpretationen seines Verhaltens schützen.

2. Versuchen Sie, den Demenzkranken so anzunehmen, wie er ist

Er kann sich nicht mehr ändern. Die Krankheit macht es ihm meist unmöglich, etwas Neues zu lernen.

3. Kontakt und Begegnung mit anderen Menschen ist für Demenz kranke eine lebenswichtige Medizin

Dabei ist es hilfreich, sich im Kontakt an den Gewohnheiten und Vorlieben des Betroffenen zu orientieren. Denken Sie daran, dass für ihn vertraute Menschen und Dinge der Vergangenheit oft wichtiger sind als die Gegenwart, in der er sich oft überfordert fühlt und nicht mehr zurechtfindet.

4. Ein gleich bleibender Tagesablauf gibt Demenzkranken ein Gefühl der Sicherheit

Er braucht Orientierungshilfen und eine verständnisvolle, Halt gebende Führung. Ein Austausch von Informationen zum Wohle des Erkrankten zwischen Freunden und Bekannten ist nicht nur erwünscht, sondern kann im Einzelfall auch sehr hilfreich sein.

5. Nehmen Sie dem Demenzkranken nicht alles ab, nur weil es langsamer geht als früher

Geben Sie Anregungen und Beschäftigungen, auch wenn das Ergebnis nicht immer Ihren Vorstellungen entspricht. Loben Sie auch bei kleinen Erfolgen. Vermeiden Sie Überforderungen, da diese Angst, aber auch Zorn und Verweigerung auslösen kann.

6. Wenn die „Sprache“ immer schwieriger wird, vereinfachen Sie Ihre Sätze

Oft sind Blicke, Gesten oder Berührungen geeigneter, ein Gefühl von Nähe und Verbundenheit zu vermitteln, als viele Worte.

Die Texte dieser Broschüre wurden mit freundlicher Genehmigung aus der Broschüre „Mit Demenz leben“ der Demenzkampagne Ostfildern entnommen.

7. Verlorengangene Fähigkeiten sind verloren

Wie jeder andere Mensch auch, möchte ein Mensch mit Demenz nicht nur an seinen Defiziten gemessen werden. Er hat noch viele Fähigkeiten, die erhalten geblieben sind. Er freut sich über Bestätigung. Suchen Sie daher Gesprächsthemen, für die das Kurzzeitgedächtnis nicht von Bedeutung ist. Es gibt vieles andere, über das man sprechen kann und wozu der Kranke auch etwas beizutragen hat (zum Beispiel die Schule, Kindererziehung, seine Heimat ...)

8. Ängstlichkeit, Anhänglichkeit oder ständig wiederholte Fragen entspringen der Ratlosigkeit und Verunsicherung

Sie sind kein Ausdruck von Trotz oder Bösartigkeit. Das Verleugnen von sichtbaren Fehlleistungen sind keine bewussten Lügen, sondern oft die einzige Möglichkeit, Beschämung und Betroffenheit zu bewältigen. Versuchen Sie mit Ruhe und Gelassenheit, mit Ablenkung und Zuwendung darauf zu reagieren, nicht mit Erklärungen oder Vorwürfen.

9. Jeden Tag Geduld und Verständnis aufzubringen ist kaum möglich

Denken Sie daran, dass der Betroffene Unstimmigkeiten und Spannungen schnell vergisst und vermutlich schneller darüber hinweg kommt als Sie.

10. Vergessen Sie sich nicht selbst!

Ein Tipp speziell für Pflegende: Sie müssen mit Ihren Kräften haushalten! Auch Sie brauchen Erholung und Ausgleich! Sie dürfen die Pflege und Betreuung auch für einige Stunden in fremde Hände geben. Sie handeln nicht egoistisch, wenn Sie sich einige freie Stunden verschaffen.

Weitere Informationen finden Sie im Wegweiser für Seniorinnen und Senioren der Stadt Esslingen am Neckar, der jedes Jahr in aktueller Form erscheint. Der Wegweiser liegt beim Amt für Sozialwesen in der Ritterstraße 16 und im Aktivbüro im Neuen Rathaus zu Abholung bereit. Unter www.esslingen.de kann man ihn ebenfalls einsehen.

Herausgeber

Stadt Esslingen am Neckar

Amt für Sozialwesen

Stabsstelle Bürgerengagement und Senioren

Renate Schaumburg

Ritterstraße 16

73728 Esslingen

Telefon (0711) 35 12 – 31 08

Telefax (0711) 35 12 – 55 31 08

E-Mail Renate.Schaumburg@esslingen.de

Pflegestützpunkt Esslingen /

Beratungsstelle für Ältere

Rita Latz und Beate Barzen-Meiser

Ritterstraße 16

73728 Esslingen

Telefon (0711) 35 12 – 32 20 oder – 32 19

Telefax (0711) 35 12 – 55 32 20 oder – 55 32 19

E-Mail Rita.Latz@esslingen.de oder

Beate.Barzen-Meiser@esslingen.de

aus.gedacht

Demenzoffensive Esslingen a.N.

