



## ZUHAUSE ODER IM PFLEGEHEIM - BEI DEMENZ

Der Eintritt in ein Pflegeheim ist eine meist komplexe, emotionale und eher schwierige Entscheidung, besonders bei Demenz. Angehörige stellen sich die Fragen, wie:

### **Wann ist der richtige Zeitpunkt und worauf sollten wir bei der Auswahl des Pflegeheimes achten.**

Zum richtigen Zeitpunkt gibt es keine allgemeine und pauschal gültige Antwort. Die individuellen Rahmenbedingungen und Ressourcen für Betreuung und Pflege können sehr variieren, vor allem durch den progressiven Verlauf der Demenzerkrankung über viele Jahre.

Gerade im Anfangsstadium bis zum mittleren Stadium ist das Leben zuhause in den eigenen vier Wänden in vielen Fällen noch sehr gut möglich.

### **Was es mehr und mehr zu Hause braucht, ist Unterstützung im Alltag,**

um Sicherheit, die Mahlzeiten- und Flüssigkeitsaufnahme, die regelmässige Einnahme von Medikamenten und erforderliche Arztbesuche zuverlässig zu gewährleisten.

Zu diesem praktischen Blickwinkel kommen psychosoziale Perspektiven. Dabei geht es um Aktivitäten, die Freude machen, um Kontakte und um persönliches Wohlbefinden.

Ein empfohlener Zeitpunkt ist der, wenn Lebensqualität zuhause nicht mehr erlebbar ist, wenn pflegende Angehörige zunehmend leiden und die Kraft für eine liebevolle Betreuung und Pflege nicht mehr ausreicht, wenn die Sicherheit der Person gefährdet ist, wenn es nicht mehr würdig und zumutbar ist. Auswahl und Anmeldung für ein Pflegeheim sollten vorausschauend erfolgen, bevor der Eintritt unbedingt erforderlich ist. In der Regel wird man nach der Entscheidung auf einer Warteliste des Heims erfasst und regelmässig informiert, wenn ein Bett frei geworden ist.

Ein frei gewordenes Bett verpflichtet jedoch nicht zum Eintritt. Das Heim informiert immer wieder.

### **Tipps zur Auswahl eines Pflegeheimes:**

1. Achten Sie auf räumliche Nähe, damit Sie so oft wie möglich zu Besuch gehen können.
2. Besuchen Sie Pflegeheime, die in Frage kommen unangekündigt und gehen Sie in der Cafeteria einen Kaffee trinken. Beobachten Sie die Stimmung im Haus und lassen Sie es auf sich wirken.
3. Wie riecht es im Heim?
4. Beobachten Sie bei einer Besichtigung des Heimes das Betreuungs-, Pflege- und Servicepersonal. Arbeitet das Personal eingespielt, professionell und achtsam zusammen?
5. Geht das Personal liebevoll und auf Augenhöhe mit den Heimbewohner\*innen um?
6. Können Heimbewohner\*innen eine Auswahl von kleinen Möbeln, Bildern und Erinnerungsstücken mitbringen?





7. Können Heimbewohner\*innen auf Wunsch den Hausarzt behalten?
8. Ist das Heim oder eine Abteilung auf Menschen mit Demenz spezialisiert?  
Gibt es vielleicht sogar eine Wohngruppe?
9. Gibt es ausreichend Platz für Menschen mit Demenz, wenn ein hoher Bewegungsdrang besteht?
10. Ist das Haus und der Garten architektonisch so gestaltet, dass Sicherungsmassnahmen (geschlossene Türen) nicht spürbar sind?
11. Gibt es ausreichend Angebote zur Aktivierung?
12. Wird im Konzept des Heimes der Erhalt von Fähigkeiten der Bewohner\*innen thematisiert?
13. Stellen Sie sich vor, Sie werden selbst krank und müssen zeitweise in dieses Heim ziehen.  
Wäre das, wenn auch nur zeitweise für Sie vorstellbar?

Beachten Sie, dass kompetentes und freundliches Personal besonders für Menschen mit Demenz wichtiger ist als ein hochmodernes und perfekt eingerichtetes Haus. Wichtig ist, die Vorteile sachlich zusammen zu tragen, wie z.B. die professionelle Betreuung, Pflege und Versorgung rund um die Uhr.

Hinzu kommen u.a. soziale Interaktionen, therapeutische Aktivitäten und ein sicheres Umfeld. Die Lebensqualität von Menschen mit Demenz kann sich dadurch verbessern. Wenn Menschen mit Demenz im ähnlichen Stadium zusammenleben, sind sie unter sich und werden nicht mit verbalen und nonverbalen Signalen zu ihren Defiziten konfrontiert. Es spielt keine Rolle, dass man am Tisch kleckert, das Essen mit Messer und Gabel verlernt hat, während des Essens aufsteht, die Bluse der Frau aus dem Nachbarzimmer anzieht oder sich auch mal in ein Bett einer anderen Bewohner\*in legt.

Geben Sie dem Heim umfassende Informationen zur Biografie ihres Angehörigen, zu Vorlieben, Essens- und Trinkgewohnheiten, zu früheren Hobbies, Reisen, zum Beruf usw. Diese Informationen ermöglichen dem Personal eine individuelle Betreuung und Pflege.

Geniessen Sie, so oft wie möglich zu Besuch zu kommen, einfach so als Tochter oder Sohn und ohne pflegerische oder alltägliche Verantwortungen, Zeit zu haben, um mit Ihrer Mutter, Ihrem Vater, Bekannten oder Freunden einen Tee oder Kaffee zu trinken und Zeit füreinander zu haben.

Der Übergang in ein Pflegeheim kann herausfordernd sein. Angst, Trennung, Sorgen, ein schlechtes Gewissen, Trauer, Verlust sind eine Auswahl von Emotionen, die oft auftreten und ernst genommen werden sollten.

Die umsichtige und kluge Vorbereitung kann den Weg für ein würdiges Leben trotz Demenz ebnen, für die Betroffenen und auch für die Familien. Und manchmal ist ein Pflegeheim ein guter und zu empfehlender Abschnitt auf diesem Weg.

*Katrin Fritz*

