IMMAC

... leading in social investments

Datum:	10. Juli 2011
Medium:	Der Grazer
Thema:	Demenz: Jeder zweite (pflegende) Angehörige wird krank!

Demenz: Jeder zweite (pflegende) Angehörige wird krank!

HILFE. Der explosionsartige Anstieg demenzkranker Menschen stellt eine besondere Herausforderung für Medizin und Pflege dar. Aber auch ihre Angehörigen brauchen Unterstützung.

Von Johanna Vučak
> johanna.vucak@grazer.at

Mit der zunehmenden Überalterung der steirischen Bevölkerung – rund ein Viertel ist bereits älter als 60 Jahre – steigt auch die Zahl der Demenzerkrankungen explosionsartig an. Derzeit sind 16.000 Menschen in der Steiermark an Demenz (lat. „Unvernunft") erkrankt, bis zum Jahr 2025 werden es 22.000, bis 2050 ganze 37.000 sein.

Was lange Zeit wenig beachtet wurde: Nicht nur die Betroffenen leiden, auch die pflegenden Angehörigen stehen unter massiver Belastung. „In der frühen und mittleren Phase von Demenz müssen Angehörige vor allem damit fertig werden, dass sie die zunehmende Verlorenheit miterleben müssen. In späteren Stadien kommen dann Belastungen wie Aggressionsausbrüche, Wandertrieb oder Wahnideen des Demenzkranken hinzu", gibt **Ronald Saurugg**, Oberarzt im Geriatrischen Gesundheitszentrum der Stadt Graz, Einblick in die belastende Situation pflegender Angehöriger. Diese enorme Anforderung führt dazu, dass bis zu 50 Prozent von ihnen im Laufe der Zeit selber krank werden – das reicht von Schlafstörungen über psychische Verstimmungen bis hin zu psychosomatischen Beschwerden und sozialem Rückzug.

Gesundheitslandesrätin

Edlinger-Ploder: Pflegende Angehörige brauchen Unterstützung.

Kristina Edlinger-Ploder, die Demenz in ihrem aktuellen Bedarfs- und Entwicklungsplan Pflege (BEP) für die Steiermark zu einem Schwerpunktthema gemacht hat, will künftig auch auf die Unterstützung der (pflegenden) Angehörigen ein stärkeres Augenmerk legen: „70 Prozent der Pflege geschieht daheim, das soll weiterhin so bleiben, jedoch müssen pflegende Angehörige verstärkt unterstützt werden – etwa durch sozial- und gerontopsychiatrische Zentren, mobile Dienste, eine mobile sozialpsychiatrische Betreuung oder verstärkte Zusammenarbeit mit den Hausärzten."

Übrigens: Demenz ist nicht kausal heilbar, jedoch lässt sich der Verlauf beeinflussen. Je früher mit einer Therapie begonnen wird, umso langsamer schreitet die Krankheit voran. Signale, die auf einen Gedächtnisabbau hindeuten, sind etwa Nachlassen der Gedächtnisleistung, der sprachlichen Ausdrucksfähigkeit, Schwierigkeiten bei Bewegungsabläufen.

Demenz: Tipps für (pflegende) Angehörige

Grundregel: Schauen Sie auch auf sich selbst

- Es ist nicht selbstsüchtig, sich auf eigene Bedürfnisse und Wünsche zu besinnen, es ist sogar wichtiger Teil der Pflegeaufgabe.
- Aktivitäten machen, die gut tun – Musik hören, einem Hobby nachgehen etc. Regelmäßig Bewegung machen.
- Ausgewogene Mahlzeiten – viel lachen – Tagebuch schreiben!
- Mindestens sieben Stunden Schlaf pro Nacht!
- Dafür sorgen, dass immer ein Ansprechpartner da ist!
- Bei Bedarf nicht scheuen, professionelle Hilfe zu beanspruchen.