

Sana Geriatriezentrum
Zwenkau

Sana Kliniken
Leipziger Land



DEMENZ & DELIR

EINE INFORMATIONSBROSCHÜRE
FÜR ANGEHÖRIGE



Sehr geehrte Angehörige,

insbesondere für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen kann ein Krankenhausaufenthalt eine besondere Situation darstellen. Darüber hinaus kann es vorkommen, dass vor allem ältere Menschen eine akute Verwirrtheit bzw. Desorientierung während eines Krankenhausaufenthalts entwickeln. Dieser Zustand wird als Delir bezeichnet.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen helfen, die Themen Demenz und Delir im Krankenhaus besser zu verstehen, mögliche Verunsicherungen abbauen und Ihnen hilfreiche Informationen zu Unterstützungsmöglichkeiten bereitstellen.

Darüber hinaus möchten wir Ihnen in dieser schwierigen Situation Sicherheit geben und Sie ermuntern, sich jederzeit an das Behandlungsteam zu wenden.

Was ist ein Delir?

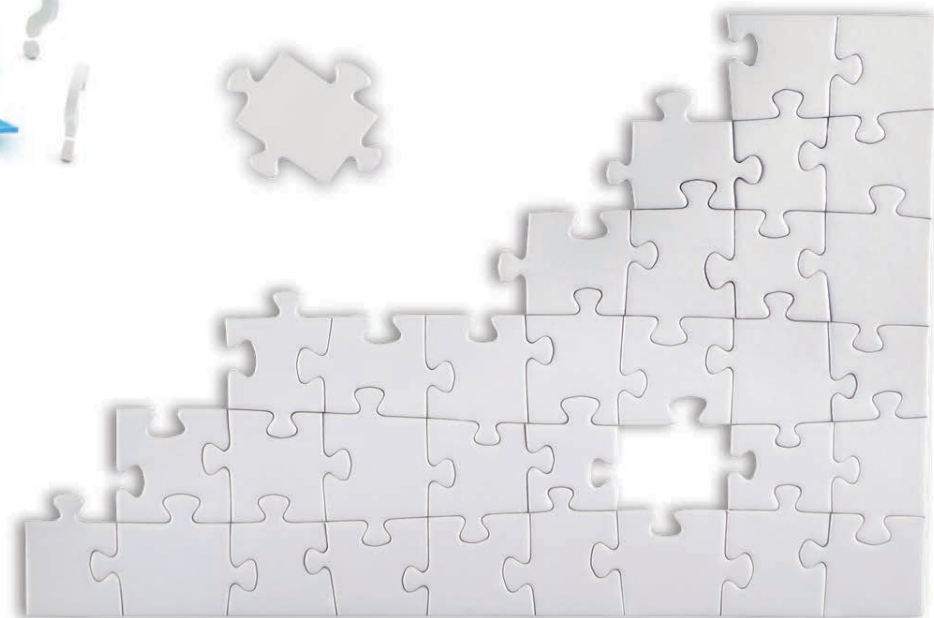
Ein Delir ist ein Zustand akuter Verwirrtheit, der bei schwerer Krankheit oder nach Operationen auftreten kann. Ihr Angehöriger wirkt dabei verändert oder durcheinander. Ein Delir kann sich sowohl als verlangsamte als auch mit großem Bewegungsdrang begleitete Reaktionslage äußern. Je schneller ein Delir erkannt und behandelt wird, desto günstiger ist der Verlauf.



Folgende Symptome sind typisch für ein Delir:

- Desorientierung oder Vergesslichkeit in Bezug auf vergangene oder aktuelle Geschehnisse, die Zeit oder den Ort
- Verwechslung oder Nicht-Erkennen anderer Personen
- Sinnestäuschungen (Sehen, Hören oder Erleben nicht realer Personen oder Dinge)
- Unruhiges, aggressives, herausforderndes oder misstrauisches Verhalten
- Schläfrigkeit, Zurückgezogenheit oder Teilnahmslosigkeit
- Gestörter Schlaf-Wach-Rhythmus
- Zusammenhanglose, unpassende Äußerungen
- Wechselnde Emotionslagen, z. B. Angst und Furcht, Reizbarkeit, Abwehr
- Untypisch gesteigerter oder verminderter Bewegungsdrang

Die Symptome können zum Teil stark schwanken – auch innerhalb von Minuten bis Stunden – und nehmen meist gegen Abend zu. In der Regel dauert ein Delir wenige Tage bis Wochen an. In seltenen Fällen kann ein deliranter Zustand jedoch auch noch nach einem halben Jahr auftreten.



Was verursacht ein Delir?

Die Ursachen sind sehr vielfältig und reichen von fieberhaften Infektionen, Unfällen, Operationen, akuten Hirnerkrankungen über Störungen des Stoffwechsels bis hin zum Substanzentzug, etwa von Alkohol oder Medikamenten.

Risikofaktoren

- Erhöhtes Alter
- Vorbestehende Demenz
- Stress
- Seh-und Hörbeeinträchtigung
- Schlafbeeinträchtigung und Schlafentzug
- Flüssigkeitsmangel und Mangelernährung
- Umgebungswechsel
- Schmerzen
- Viele Medikamente



Wie wird ein Delir behandelt?

Um die entsprechende Behandlung zu beginnen, muss ein Delir zunächst erkannt werden.

Sie kennen Ihren Angehörigen und die individuellen Verhaltensweisen am besten und können uns somit helfen, ein Delir zu erkennen. Sollten Sie bei Ihrem Angehörigen eine plötzlich einsetzende Verhaltensänderung bemerken, wenden Sie sich bitte an die Pflegekräfte.

Die Behandlung auslösender Ursachen sowie die Minimierung gleichzeitig störender Umweltfaktoren spielen eine wichtige Rolle. Insbesondere nicht-medikamentöse Maßnahmen wie eine geregelte Tagesstruktur, eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr sowie die Bereitstellung von Hilfsmitteln kommen bei der Behandlung zum Einsatz. Diese helfen Ihrem Angehörigen, zusätzliche Sicherheit zu geben.

In einigen Fällen können Medikamente zur symptomorientierten Therapie eingesetzt werden, die dem Schutz des Patienten dienen.

Der Übergang ins Krankenhaus bei Menschen mit Demenz

Für Menschen mit Demenz ist das gewohnte Umfeld ein sicherer Halt, doch akute Erkrankungen und Untersuchungen machen einen Klinikaufenthalt notwendig, sollten aber so kurz wie möglich gehalten werden.

Um Ihren Angehörigen bestmöglich zu versorgen, benötigt das Krankenhauspersonal alle wichtigen Informationen. Je mehr desto besser. Da die Betroffenen diese Auskünfte zum Teil selbst nicht geben können, ist es wichtig, dass Sie dies tun.

Der folgende Informationsbogen kann Sie dabei unterstützen, möglichst viele Informationen an die behandelnden Ärzte und Pflegekräfte weiterzuleiten. Bitte geben Sie den ausgefüllten Informationsbogen bei den Pflegekräften auf Station ab.

Bitte denken Sie auch an vorhandene Hilfsmittel wie:

- Hörgeräte, Brille, Prothesen oder Gehhilfen



Wie können Sie Ihren Angehörigen unterstützen?

Angehörigen kommt in der Begleitung von Menschen mit Delir und Demenz eine wichtige Rolle zu. Sie können stabilisierend und reorientierend wirken.

Die folgenden Maßnahmen sind sowohl für Menschen mit Demenz als auch für Menschen mit einem Delir geeignet.

- **Regelmäßige Besuche durch Angehörige und Freunde sind wichtig und spenden Vertrautheit und Geborgenheit. Bitte stimmen Sie Ihre Besuche untereinander ab, um Ihren Angehörigen nicht zu überfordern.**
- **Bringen Sie vertraute Gegenstände, Fotos, Zeitungen und vorhandene Hilfsmittel z. B. Brille oder Hörgerät mit, um die Orientierung Ihres Angehörigen zu fördern. Bei geplanten Aufenthalten sind diese Dinge gerade auch zu Beginn sehr hilfreich.**
- **Auch eine gut sichtbare (persönliche) Uhr und ein Kalender auf dem Nachttisch sind hilfreich.**
- **Sprechen Sie während Ihres Besuchs ruhig und in kurzen einfachen Sätzen.**
- **Schaffen Sie eine positive Atmosphäre und bleiben Sie auch in schwierigen Situationen geduldig, um Ihren Angehörigen nicht zu verunsichern oder weiter einzuschränken.**
- **Formulieren Sie Fragen, die einfach zu beantworten sind.**
- **Wiederholen Sie – wenn nötig – Informationen, die nicht verstanden oder vergessen wurden, ruhig und geduldig.**
- **Die betroffenen Personen haben oft Schwierigkeiten, sich an kurz zurückliegende Zeiten zu erinnern (z. B. die überstandene Operation). Sie erinnern sich jedoch meist gut an frühere Erlebnisse oder den Alltag zuhause. Sprechen Sie daher über schöne gemeinsame Erlebnisse und alltägliche Dinge.**

Wie können Sie Ihren Angehörigen unterstützen?

- Nehmen Sie gemeinsame Mahlzeiten ein. Soweit es keine Einschränkungen gibt, können Sie gerne Speisen und Getränke mitbringen. Bitte besprechen Sie dies zuvor mit den Pflegekräften.
- Sehen Sie zusammen fern oder hören Sie zusammen Musik.
- Spielen Sie zusammen einfache, bekannte Spiele.
- Halten Sie Körperkontakt, wenn es für die betroffene Person gerade angenehm ist.
- Suchen Sie den aktiven Kontakt zu Pflegekräften und Ärzten zwecks regelmäßigem Austausch und seien Sie Teil des Behandlungsteams.



Diese Maßnahmen helfen nicht nur ein Delir zu vermeiden, sondern sind auch bei einem bestehenden Delir oder einer Demenz hilfreich.

Informationsbogen für Angehörige



INFORMATIONSBogen FÜR ANGEHÖRIGE

bei Aufnahme ins Krankenhaus

Patient/in:

Patient/in

Wohnsituation
.....
.....

Herkunft / Muttersprache
.....
.....

ehem. Beruf
.....
.....

Interesse / Hobbys / Religion
.....
.....
.....
.....

Besteht bei Ihrem Angehörigen ein erhöhter Bewegungsdrang? ja nein

Ansprechpartner

Name
.....

Telefonnummer
.....

Adresse
.....
.....

Gesetzlicher Vertreter / Betreuer / Telefonnummer
.....

Einschränkungen

Sehen leicht schwer Brille vorhanden

Hören leicht schwer Hörgerät vorhanden R L

Sprachverständnis erhalten kurze Fragen werden verstanden
 sehr eingeschränkt fehlt Gesten werden verstanden

Sprach- und Sprechfähigkeit erhalten sehr eingeschränkt
 kurze Sätze können gebildet werden

Kommunikation

Um einen Bezug zu Ihrem Angehörigen herzustellen, möchten wir wissen mit welchem Namen wir ihn ansprechen sollen?

Ablehnendes Verhalten

nein
 ja, bei
.....
.....
.....

Ängste

Bestehen bei Ihrem Angehörigen Ängste und wenn ja welche?

.....
.....
.....

Körperpflege

selbstständig
 eingeschränkt selbstständig

Hilfe bei:

.....

komplette Übernahme durch Hilfsperson

Ausscheidung

kontrollierte Stuhl- und Harnausscheidung
 unkontrollierte Urin Stuhl Ausscheidung
 Hilfsmittel zur Ausscheidung:
.....
.....

INFORMATIONSBogen FÜR ANGEHÖRIGE

bei Aufnahme ins Krankenhaus

Patient/in:



Schlafgewohnheiten

Tag-Nacht-Rhythmus vorhanden? ja nein

Durchschnittliche Schlafdauer am Tag:
Durchschnittliche Schlafdauer in der Nacht:
Einschlafrituale
.....
.....

Tagesablauf

Morgens:
.....
.....
.....

Mittags:
.....
.....
.....

Abends:
.....
.....
.....

Ernährung

selbstständig
 eingeschränkt selbstständig

Hilfe bei:

.....

komplett Übernahme durch Hilfsperson
 bevorzugte Speisen / Getränke
.....
.....

Abneigung
.....
.....

Kleidungswechsel

selbstständig
 eingeschränkt selbstständig

Hilfe bei:

.....

komplett Übernahme durch Hilfsperson
 Vorlieben
.....

Abneigung
.....

Welche Anliegen sind Ihnen noch wichtig?

.....
.....
.....
.....
.....

Hilfreicher Umgang mit Demenz durch Validation

Im Folgenden haben wir einige wichtige Hinweise zum Umgang mit Menschen mit Demenz und dem Thema Validation für Sie zusammengestellt.

Was bedeutet Validation?

Validation bedeutet, zu versuchen, das innere Erleben meines Angehörigen mit Demenz für wahr, bedeutsam und gültig zu erklären. Auch wenn die Dinge, die der Betroffene sagt nicht richtig sind, widerspreche ich nicht. Stattdessen versuche ich „ein Stück in den Schuhen meines Gegenübers zu gehen“ und seine Sicht auf die Dinge zu verstehen.

Ich bin empathisch und fühle mich in meinen Angehörigen ein. Ich bin echt, d.h. ich zeige ehrliches Interesse für mein Gegenüber. Und ich bin wertschätzend, d.h. ich akzeptiere meinen Angehörigen genau so, wie er gerade ist (und denkt).

Das führt dazu, dass sich mein Angehöriger angenommen und auch ernstgenommen fühlt.

Gefühle, vor allem negative Gefühle, werden immer stärker, wenn sie nicht ernstgenommen werden. So kann sich eine Situation schnell aufschaukeln. Gelingt es aber, Gefühle anzuerkennen und zu würdigen, können sie wieder kleiner werden und verschwinden.



Wie funktioniert Validation?

Schritt 1 - Gefühle und Antriebe erspüren

Was bewegt meinen Angehörigen und was treibt ihn an?

Gefühle

- spiegeln momentane Befindlichkeit wider, als Ausdruck des Erlebens aus der Innenwelt z. B. Freude, Traurigkeit, Angst, Ärger...

Antriebe

- beruhen auf früh erlernten Normen und Regeln und wirken als „Motor“ für das Handeln, z. B. Ehrlichkeit, Fleiß, Pünktlichkeit...

Schritt 2 - Annehmen, Akzeptieren und Wertschätzen der Gefühle und Antriebe

Das, was ich bei meinem Gegenüber wahrnehme, bestätige ich in kurzen Sätzen.

- „Du bist sehr in Sorge.“
- „Es ist zum Verzweifeln.“
- „Es muss doch gerecht zugehen.“
- „Ordnung ist dir wichtig.“

Schritt 3 - passende Sprichworte und Redewendungen finden

Spruchworte als gesammelte Volksweisheiten werden v.a. von älteren Menschen gut verstanden.

- „Ohne Fleiß keinen Preis.“
- „Ordnung ist das halbe Leben.“
- „Kleine Kinder, kleine Sorgen...“

Fühlt sich mein Angehöriger von mir verstanden, kommt er zur Ruhe und ist dadurch viel leichter auf ein anderes Thema abzulenken und reagiert weniger aggressiv.

Beispiel für eine Validation

Frau M. läuft mit Nachthemd, Hut und Handtasche umher und ruft aufgeregt: „Komm schnell. Ich muss zum Bahnhof. Meine Mutter wartet nicht gerne.“ Hektisch strebt sie zum Ausgang und wird immer erregter. Bei dem Versuch, sie mit dem Griff an ihre Schulter zu beruhigen, erhebt sie drohend ihren Stock.

Schritt 1 - Gefühle und Antriebe erspüren

- **Gefühle:** Zeitdruck, Aufregung, Hilflosigkeit, Ärger...
- **Antriebe:** Verlässlichkeit, Pünktlichkeit, Respekt der Eltern

Schritt 2 - Annehmen, Akzeptieren und Wertschätzen

„Es ist ärgerlich, wenn man aufgehalten wird.“
„Du willst deine Mutter nicht warten lassen.“
„Pünktlichkeit ist dir sehr wichtig.“

Schritt 3 - passende Sprichworte und Redewendungen finden

„Versprochen ist versprochen.“
„Man muss sein Wort halten.“
„Fünf Minuten vor der Zeit, ist des Maurers Pünktlichkeit.“

Abschluss – Ablenkung auf ein anderes Thema: „Du warst immer ganz zuverlässig. Überhaupt hast du viel gearbeitet in deinem Leben. Da hast du dir jetzt einen ruhigen Abend verdient. Darf ich dir einen schönen warmen Kakao bringen? Da träumt es sich gleich viel besser!“

Und denken Sie daran: **Übung macht den Meister.**

Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn es nicht gleich beim ersten Mal klappt. Sie machen nichts falsch, wenn Sie versuchen, Ihren Angehörigen besser zu verstehen und sich in ihn hineinzusetzen!

Worauf sollten Sie noch achten?

Auch wenn viele der hier beschriebenen Maßnahmen den Krankenhausaufenthalt für Menschen mit Demenz oder einem Delir erleichtern, können dennoch Krisen und Überforderung auftreten. Diese äußern sich beispielsweise durch:

- **Weglaufen**
- **Schreien**
- **Verweigern**
- **Starke Verwirrtheit**
- **Oder auch Passivität**

Nicht selten wird auch Angst oder Wut geäußert, oft verbunden mit dem Wunsch, umgehend nach Hause gehen zu wollen.

Suchen Sie in solchen Fällen bitte das Gespräch mit den behandelnden Ärzten oder Pflegekräften. Gemeinsam können Sie über mögliche Auslöser und Bedürfnisse z. B. Hunger und Durst, Toilettendrang oder Schmerzen sprechen.

In einigen akuten Fällen und nach ärztlicher Absprache kann auch die Aufnahme eines Angehörigen (sog. Rooming-in) für die Betroffenen hilfreich sein. Insbesondere für Menschen mit einer bekannten Demenz, bei denen eine Operation geplant ist, kann die zusätzliche Unterbringung, aber auch die Begleitung zu Untersuchungen bzw. zur Operation in Betracht gezogen werden. Bitte besprechen Sie dies möglichst frühzeitig mit den behandelnden Ärzten.



Unterstützung zu Hause

Die Weiterversorgung nach der Krankenhausbehandlung wird durch das sogenannte Entlassungsmanagement organisiert. Am Entlassungstag ist es besonders wichtig, dass die Patienten und ihre pflegenden Angehörige alle Informationen und Dokumente für die weitere medizinische Versorgung erhalten z. B. den Arztbrief, Therapieempfehlungen oder Informationen zur pflegerischen Weiterversorgung. Je besser Sie informiert sind, desto besser können Sie Ihren Angehörigen unterstützen.

Darüber hinaus ist es wichtig, die bereits erreichte Mobilität und die erlernten Fähigkeiten in den Alltag zu transferieren, diese zu erhalten und weiter zu fördern. Dazu können die folgenden Dinge beitragen:

- **ambulante Heilmittelverordnungen z. B. in der Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie**
- **geistige Aktivierung durch z. B. Gespräche oder Zeitung lesen**
- **geregelter Tagesablauf (ausreichend Schlaf in der Nacht)**
- **Gewohnheiten des Angehörigen berücksichtigen**

Wichtige Ansprechpartner für Angehörige von Menschen mit kognitiven Einschränkungen sind die Sozialämter z. B. das Kreissozialamt Borna oder das Sozialamt der Stadt Leipzig.

Des Weiteren können Sie sich in Selbsthilfegruppen untereinander austauschen und Hilfe zur Selbsthilfe erhalten.

Weitere hilfreiche Informationen zu lokalen Unterstützungsangeboten z. B. auch zu Demenz-WGs erhalten Sie bei unserem regelmäßig stattfindenden Angehörigencafé.

Mehr zum Thema Demenz und Delir

Jeden Mittwoch bieten wir Ihnen zwischen 14.00 Uhr und 16.00 Uhr die Möglichkeit für eine telefonische Angehörigensprechstunde. Darin können Sie Ihre ganz individuellen Fragen stellen, Hilfestellungen für die Zeit im Krankenhaus und Zuhause sowie Informationen zu regionalen Unterstützungsangeboten erhalten.

**Kostenlose Angehörigensprechstunde
der Demenz-/Delirbeauftragten**

Mittwochs von 14.00 bis 16.00 Uhr

Telefonnummer 03433 - 21 / 2626





www.sana.de/geriatriezentrum
www.sana.de/leipzigerland