

# „Diagnose Demenz- wie Sorge ich als Angehörige/r von Anfang an auch für mich selbst?“

**Vortrag**

**am 20. September 2023**

Suzanne Reidick

Gerontopsychiatrische Beratung

Clemens-Wallrath-Haus

Gerontopsychiatrisches Zentrum

Alexianer Münster GmbH



# Gerontopsychiatrische Beratung

- Rat und Hilfe für Patienten, Angehörige und das weitere soziale Umfeld
- Die Beratungsstelle ist in Trägerschaft der Alexianer Münster GmbH.
- Die Beratungsstelle wird aus Mitteln der Stadt Münster und der Alexianer Münster GmbH finanziert.
- Die Beratung ist kostenfrei und trägerübergreifend.

# Pflege von Menschen mit Demenz

- ca. 70% der Pflegebedürftigen werden zu Hause von ihren Angehörigen gepflegt
  - 2/3 davon von nur einer Hauptpflegeperson
  - nur 1/3 davon wird teilweise oder ganz durch ambulante Dienste versorgt
- ca. 75% der Pflegenden sind Frauen

# Auswirkungen von Demenz in der Familie

- Störung der sozialen Ordnung
- Veränderung des gesamten familiären Systems
- Neugestaltung der Beziehungen
- Neuverteilung der Aufgaben



# Mögliche Stressfaktoren

- Veränderung der Beziehung / Rollenumkehr
- Ängste/Unsicherheiten
- Einschränkung eigener Wünsche und Bedürfnisse
- Schlechtes Gewissen / Schuldgefühle
- Gestörte Nachtruhe, Mangelnde Erholungsmöglichkeiten
- Umgang mit schwierigen Verhaltensweisen
- Ständige Anwesenheit
- Rückzug / Einsamkeit
- Hohe Kosten für Pflege

# Warum ist es so schwer eine Balance herzustellen?

**Neue Rollen und  
Aufgaben**

**Veränderung der  
Beziehung**

**Wenig Freizeit und  
Zeit für sich selbst**

...

# Gründe für geringe Inanspruchnahme von ambulanten Hilfen

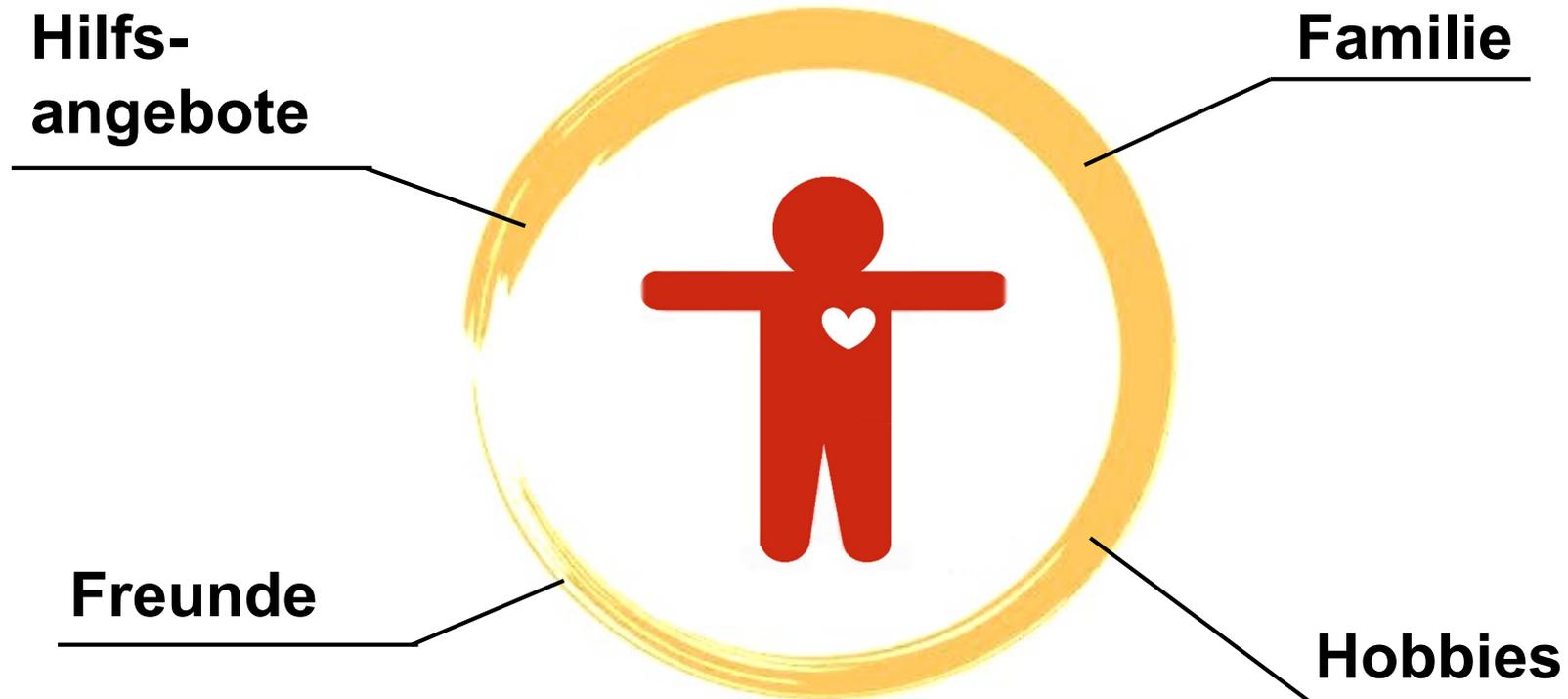
1. Fehlende Informationen
2. Fehlendes Bewusstsein sich als pflegende/r Angehörige/r zu erleben
3. Äußere Hürden
4. Innere Hürden

# „Innere Hürden“ Hilfe anzunehmen

## Ja, aber...

- ich habe es ihm / ihr doch versprochen: „In guten wie in schlechten Tagen“/ „Sie ist doch meine Mutter“
- er/sie würde eine fremde Person sowieso nicht akzeptieren.
- jetzt ist es noch zu früh, ich will ihn nicht bevormunden.
- ich mag die Kinder nicht fragen. Sie haben so viel zu tun.
- ich denke, dass ich es doch alleine schaffen müsste.
- dazu habe ich keine Zeit.
- es geht ja noch.

# Selbstfürsorge



# Angebote für die ambulante Unterstützung

Beratungsstellen

Angehörigenschulungen

Angehörigengesprächsgruppen

ambulante Hilfen

Pflegedienste

Tagespflegen

Kurzzeitpflegen

Betreuungsgruppen

häusliche Besuchsdienste

Unterstützung im Alltag

Urlaubsangebote

Kuren f. pflegende Angehörige



**Herzlichen Dank  
für Ihre  
Aufmerksamkeit!**