

Zu Hause-Wohnen mit Demenz

Die Wohnung für Demenzerkrankte gestalten

Schon mit kleinem Aufwand können für demenzerkrankte Menschen Orientierung, Sicherheit und Wohlbefinden in der Wohnung verbessert sowie das Zurechtkommen im Alltag erleichtert werden.



Wichtig ist

- nicht zu viele Veränderungen in der Wohnung vornehmen
- Person einbeziehen
- nicht alles auf einmal, sondern Stück für Stück
- Beibehaltung der gewohnten Ordnung von Möbeln und Erinnerungsstücken (möglichst auch nach einem Umzug) zur Orientierung und geben Sicherheit

Bei Weglauftendenzen sollten Namen und Daten zur Kontaktaufnahme (Telefonnummer von Bezugspersonen) in die Kleidung eingenäht werden (möglichst ohne Adressangabe). Haben Sie immer ein aktuelles Foto der erkrankten Person für die eventuell nötige Suche bereit.

Anregungen für die Gestaltung des Wohnraums



Beleuchtung

- hell, nicht zu grell, möglichst schatten- und blendfrei
- Ausleuchten von Nachtwegen, insbesondere zu Toilette/Bad
- Einsatz von Lampen mit Bewegungsmeldern (bspw. Nachts auf dem Weg zum Bad), die nicht zu grell sind (Gefahr des Erschreckens)



Farbgestaltung

- warme, sanfte, helle, freundliche Farbtöne
- Kontrastfarben zum Hervorheben von Geländern, Türen, Rändern am Waschbecken, Badewanne, Schaltern etc.

Wand- und Bodengestaltung

- verwirrende Muster vermeiden
- Schilder mit gut sichtbaren und verständlichen Symbolen bzw. Fotos an Türen und Schränken mit Hinweis auf Inhalt/Funktion (z. B. Bilder von Geschirr am Küchenschrank, Bild einer Toilette an der Tür zum WC usw.)
- Spiegel entfernen (visuelle Verknennung), wenn Gefahr visueller Verknennung und Wahrnehmung des Spiegelbildes als fremde Person

Sicherheit im Wohnraum



Sicherheit

- Sicherungen an Steckdosen und Fenstern (Kindersicherung)
- Elektrogeräte mit Abschaltautomatik, Zeitschaltuhren



Einsatz von Technik

- Einbau von Rauchmeldern
- Notrufsysteme für zuhause und unterwegs (bspw. Hausnotrufsystem, Notrufschalter im Bad, mobiles Notrufgerät)
- Einbindung von technischen Systemen bspw. zur Herdabschaltung, Wasserstopp, Verbrühschutz
- einfach bedienbares Telefon (große Tasten); Nummern vorprogrammieren, Beschriftung bzw. Bilder der Bezugspersonen am Telefon anbringen



Schutz vor Sturz

- Stolperfallen entfernen bzw. fixieren (z. B. lose Kabel und Läufer)
- rutschhemmende Matten in Dusche/Wanne verwenden
- Schwellen und Stufen entfernen
- Haltestangen und -griffe, insb. im Bad sowie kleine Sitzmöglichkeiten



Sicherheit

- Eingangstür: Schließzylinder mit Gefahrenfunktion
- von außen zu öffnende Türschlösser, z. B. auch im Badezimmer
- Glastüren wahrnehmbar machen
- Bewegungsmelder, Fußmatten mit Signalgeber oder Klangspiele zur Anzeige des Verlassens von Zimmer/Wohnung
- bei Weglauftendenzen: Türen gestalterisch in die Umgebung einbinden und/oder mit akustischem Bewegungsmelder sichern
- bei nächtlichem Wandern auf verschlossene Außentüren achten



Vergiftungsfälle vermeiden

- Putz- und Reinigungsmittel sowie giftige Chemikalien und potentiell Gefährliches (Medikamente, Streichhölzer, Feuerzeuge, Zigaretten, Kerzen, Alkohol) sind außerhalb der Reichweite der Erkrankten aufzubewahren
- Stachelige und giftige Pflanzen aus Haus und Garten entfernen
- Dusch- und Körperpflegemittel auf unverträgliche Inhaltsstoffe prüfen

Gestaltung von Räumen



Wohlfühlplatz

- zentralen Platz in der Wohnung einrichten, von dem aus man wichtige Punkte (Badezimmer) sieht
- Getränke, Medikamente, Telefon oder Notrufsystem immer griffbereit
- Sesselerhöhungen zum leichteren Aufstehen verwenden
- Fensterplatz mit Blick auf eine belebte Straße einrichten (Anregung)
- Reduzierung von Reizen im Raum (Vermeiden von Überforderung)
- Entfernung des Fernsehers, wenn die Wahrnehmung nicht mehr angemessen erfolgt (z. B. Reizüberflutung, mangelnde Trennung Realität-Fernsehen, Wahrnehmung von Personen im Raum etc.)
- Verwendung von Erinnerungshilfen zur besseren Orientierung, z. B. Kalender mit Eintrag wichtiger Ereignisse und Termine, gut sichtbare Uhren mit großem, gut erkennbarem Ziffernblatt



Küche

- Elektrogeräte mit Abschaltautomatik, Zeitschaltuhren
- Klären, welche Geräte wirklich genutzt werden und welche verunsichern (bspw. Mikrowelle)
- Gasherd durch Elektroherd ersetzen
- Herdsicherungssystem, ggf. Entfernung von Herdschaltern oder Abstellen des Herdes
- Arbeitsplatz zum Sitzen



Badezimmer

- Überlaufschutz (z. B. bei Wanne, Waschbecken)
- Einbau eines Temperaturbegrenzers, Verbrühungsschutz bei Wasser
- Entfernen des Stöpsels zum Verhindern des Überlaufens von Wasser
- Bad- und Duschvorleger entfernen, Anti-Rutsch-Streifen und Haltegriffe anbringen
- Wannendifter einsetzen
- Sitzhilfen (z. B. Duschhocker) und Haltegriffe in der Dusche
- Elektrische Geräte aus dem Bad entfernen (Rasierer, Föhn etc.)

Einsatz von Hilfsmitteln aus Reha- und Sanitätshäusern

Diese können durch den behandelnden Arzt verordnet oder seit 2017 teilweise auch durch die von der Pflegekasse beauftragten Gutachter im Rahmen der Begutachtung zur Feststellung der Pflegebedürftigkeit empfohlen werden.

Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen

Liegt ein Pflegegrad vor, kann bei der Pflegekasse die Übernahme der Kosten für sogenannte wohnumfeldverbessernde Maßnahmen in Höhe von bis zu 4.000 Euro je Maßnahme beantragt werden.

Information: <http://www.pflegestaerkungsgesetz.de/finanzielle-leistungen/wohnumfeldverbessernde-massnahmen/>

