Psychoedukation Demenz, Modul 7

Krisenplan

Eine Unterstützung für Angehörige und Patienten

EFA
Experten Forum Alzheimer®

Experten Forum Alzheimer®

Herausgeber
Experten Forum Alzheimer Niederrhein
Vorsitz: Dr. med. Barbara Florange
St. Vinzenz-Hospital
Dr.-Otto-Seidel-Straße 31-33
46535 Dinslaken

Autoren
Dr. med. Barbara Florange, Dinslaken
Ehrenfried Geng, Gangelt
Dr. med. Thilo Hashemi, Mettmann
Dr. med. Wolfgang Köhne, Düsseldorf
Dr. med. Michael Lorrain, Düsseldorf
Dr. med. Harm-Cornelis Overbeek, Kleve
Dr. med. Joachim Rings, Leverkusen
Dr. med. Ulrich Schäfer, Duisburg
Dr. med. Volker Schär, Kamp-Lintfort
Jochen Peter Scriba, Krefeld
Dr. med. Frank Wiese, Mönchengladbach

Das Experten Forum Alzheimer (EFA) ist ein bundesweit verbreiteter unabhängiger Zusammenschluss von Ärzten verschiedener Fachrichtungen aus Klinik und Praxis mit besonderer Erfahrung und Tätigkeitsschwerpunkten auf dem Gebiet der Demenz.

Diese Broschüre und Auszüge dieser Broschüre dürfen nicht ohne schriftliche Einwilligung des Herausgebers und Merz Pharmaceuticals in irgendeiner Form mit elektronischen oder mechanischen Mitteln reproduziert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Alle Rechte vorbehalten.
© 2011 EFA Niederrhein und
Merz Pharmaceuticals GmbH, Frankfurt/Main
Abbildungen: © Fotolia.de, panthermedia.de, sodapix.com, photocase.com

Mit freundlicher Unterstützung von
Merz Pharmaceuticals GmbH, 60318 Frankfurt/Main

Psychoedukation Demenz, Modul 7

Krisenplan

Eine Unterstützung für Angehörige und Patienten

Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie haben heute eines von insgesamt 7 Arbeitshandbüchern überreicht bekommen. Die Arbeitsbücher sind zur Verwendung in einer Psychoedukationsgruppe gedacht, die sich ca. 7-mal trifft und von einem Arzt geleitet wird. Sie können die Arbeitshandbücher aber auch als individuelles Informationsmaterial nutzen.

Bitte lesen Sie das Arbeitsheft zunächst gründlich durch. Es ist gar nicht erforderlich, dass Sie gleich zu Beginn alles genau verstehen. Notieren Sie sich Ihre Fragen, in der Broschüre ist dafür ausreichend Platz vorgesehen. Alle Fragen werden dann im Rahmen der folgenden Veranstaltung beantwortet, oder Sie können sich hiermit an Ihren Arzt wenden.

Die Teilnahme an einer Psychoedukationsgruppe ist für viele eine große Hilfe. Sie werden erfahren, dass Probleme, die Ihnen bisher individuell erschienen, in ähnlicher Form auch in anderen Familien vorkommen - und vielleicht sind dort schon Lösungen gefunden worden. Nutzen Sie deshalb die Chance, sich innerhalb der Gruppe zu schwierigen Fragen und Problemen auszutauschen.

Vielleicht ist die Psychoedukationsgruppe für Sie auch ein erster Schritt, sich danach längerfristig einer Angehörigengruppe anzuschließen, in der Sie weitere Unterstützung finden können.

Ihre

Dr. Barbara Florange
Vorsitzende Experten Forum Alzheimer Niederrhein

Die Inhalte

Was ist eine Krise? 5

Verständnis für Krisen! 5

Gründe für Krisen 6

Folgen von Krisen 9

Entlastungsmöglichkeiten 10

Was tun, wenn es doch zur Krise kommt? ... 12

Krisen gehören zur langfristigen Betreuung von Demenzerkrankungen dazu, unabhängig davon, wo die Betreuung eines Demenzpatienten erfolgt.

Das Arbeitsbuch „Krisenplan“ und die zugehörige Schulungseinheit sind dazu gedacht, das Verständnis für Krisen zu schulen und Ihnen vorbereitend Hilfe an die Hand zu geben, um eventuelle Krisen gut zu bewältigen.

Sollten Sie sich am Schluss zur Erstellung eines Patientenpasses entscheiden (vgl. Seite 12), besprechen Sie ihn bitte mit den zuständigen Ärzten.

Was ist eine Krise?

Eine Krise ist eine Notlage, in der der Betroffene keine Handlungsmöglichkeiten für sich sieht. Ursache ist zumeist die plötzliche Entwicklung einer unbekannten Situation und unzureichende Informationen darüber, wie man mit ihr auch anders umgehen könnte.

Charakteristisch ist ein Gefühl der Bedrohung, ein Anstieg von Unsicherheit, Dringlichkeit und Zeitdruck. Im Gefühlsleben entsprechen dieser Situation Hoffnungslosigkeit, ein Gefühl der Auslieferung, aber auch Wut und Zorn.

Ihre Notizen

Verständnis für Krisen!

Krisen sind in der Begleitung von Demenzerkrankungen nicht zu vermeiden. Sie können bei Erkrankten und Pflegenden beginnen und die Lebenssituation des jeweils anderen verschlechtern.

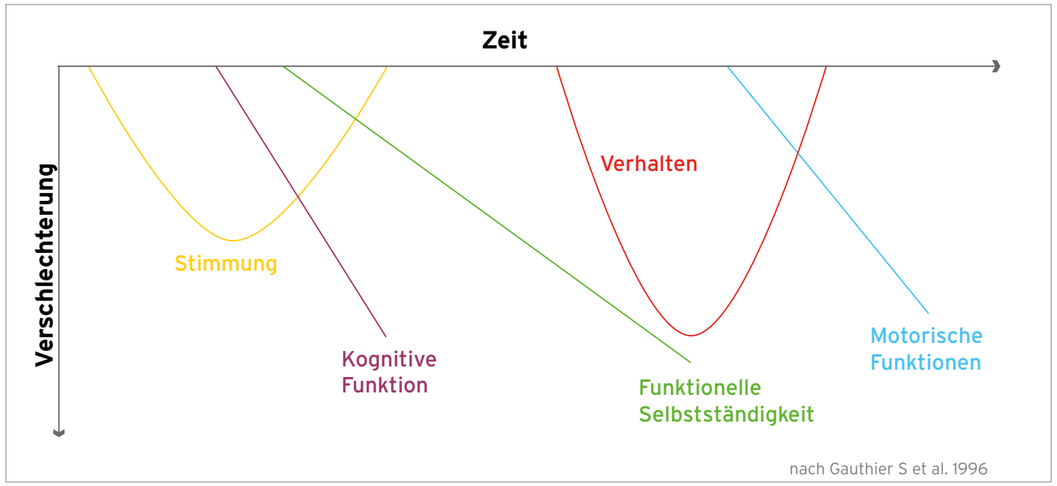
Wichtig ist, an Krisen nicht zu verzweifeln, sondern sie als vorübergehende Veränderung der Betreuungssituation zu verstehen.

Eine gute Vorbereitung hilft, die Häufigkeit solcher Situationen zu verringern und beugt dem Gefühl von Hilflosigkeit vor.

Ihre Notizen

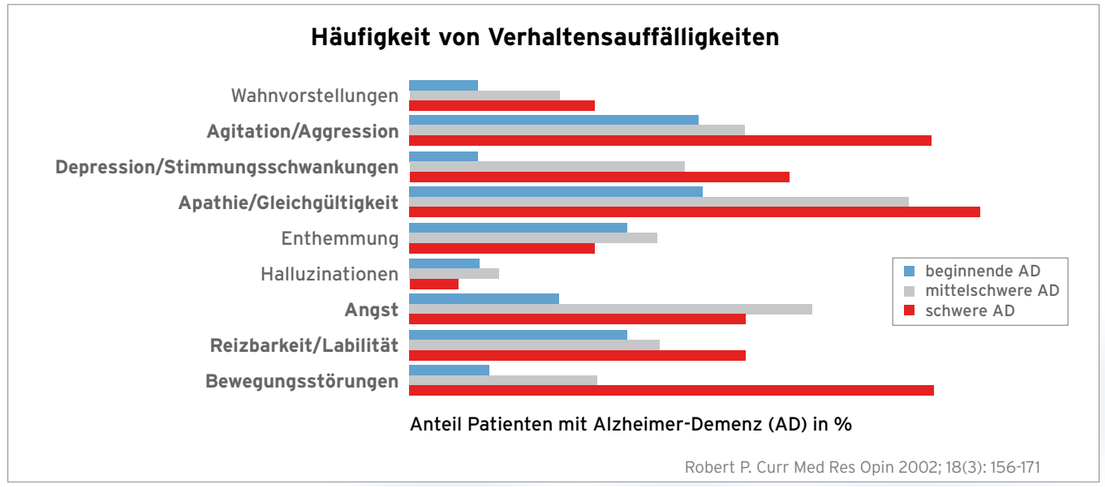
Demenzbedingte Gründe für Krisen

Jede Phase bringt eigene Probleme mit sich.



Hauptbelastungsfaktoren im Zeitverlauf einer Demenzerkrankung

In den verschiedenen Phasen ist mit jeweils anderen Verhaltensauffälligkeiten zu rechnen



Ihre Notizen

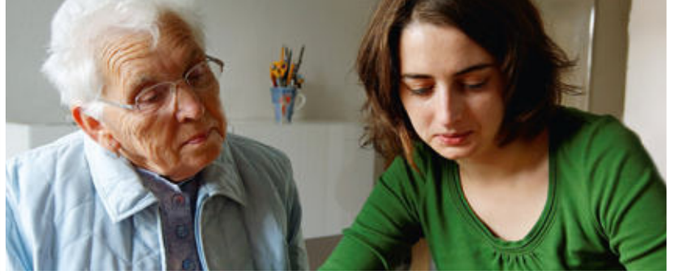
Gründe für Krisen bei Pflegenden

Änderungen der Lebensgewohnheiten der Pflegenden können Krisen auslösen, auch wenn sie geplant und/oder rein positiv sind

Häufige Auslöser für Krisen:

- Wegfall von Beziehungen
- Trennungen, neue Beziehungen
- Heirat, Schwangerschaft, Geburt, Kinder
- Arbeitsplatzwechsel, Arbeitsplatzverlust, Berentung, allgemeine berufliche Belastungen
- gesundheitliche Veränderungen, Behinderungen
- Veränderungen der Finanzlage
- alte oder neue Streitigkeiten oder Abhängigkeiten
- Änderungen des Lebensumfeldes (z. B. neues Haus, Renovierung) oder der Bedürfnisse
- Änderung persönlicher Gewohnheiten
- Änderung der persönlichen Haltung/Überzeugung/Spiritualität
- Änderung sozialer Aktivitäten
- Veränderungen der Schlafgewohnheiten

Ihre Notizen



Folgen von Krisen

Krisen haben bei allen Beteiligten Folgen!

Bei Patienten:

- Zunahme von Orientierungsstörungen
- Zunahme von Aggressivität
- Zunahme von Krankenhausaufenthalten

Bei Pflegenden:

z. B. Erschöpfung mit

- Hoffnungslosigkeit bis Depression
- Aggression
- körperlichen Beschwerden
- Suchtverhalten

Stationäre Aufnahmen können die einzige Lösung für manche Situationen sein

Gute Gründe für Aufnahmen in Pflegeheimen:

- hochgradige Orientierungsstörungen
- ständige Weglaufgefahr
- ausgeprägte Aggressivität
- körperliche Pflegebedürftigkeit
- Inkontinenz
- Überlastung der Pflegenden
- u.v.a.m.

Ihre Notizen

Entlastungsmöglichkeiten

Eine gute Pflegesituation ist abhängig von einer realistischen Übersicht über die eigenen Pflegemöglichkeiten

Die persönliche Beziehung

- sich auf Augenhöhe begegnen können
- Konflikte der Vergangenheit sollten Vergangenheit bleiben können
- gegenseitige Privatsphäre muss gewährleistet sein
- Fähigkeit, Grenzen zu setzen

Der Zeitfaktor

- Fähigkeit, eigene Belange zu verschieben, ohne sie aufzugeben
- Fähigkeit, sich bei steigendem Hilfebedarf an andere wenden zu können
- ausreichender Nachtschlaf muss gewährleistet werden können

Die Wohnung

- ausreichend großer Lebensraum mit Rückzugsmöglichkeiten für alle
- barrierefreies Wohnen inkl. der Sanitärbereiche

Die Finanzen

- ausreichend, um zusätzliche und erforderliche Hilfe/Hilfsmittel zu bezahlen
- ausreichend, um Auszeiten finanzieren zu können

Die Pflege

- Entlastung für private notwendige Termine und um Freizeittermine zu organisieren
- Planung und Gewährleistung von Urlaubszeiten
- professionelle Hilfe für problematische Pflegesituationen

Wahrnehmen von Entlastungsmöglichkeiten gewährleistet langfristig gute Pflege

Immer erforderlich

- Diagnose und Benennung der Grunderkrankung
- Zuordnung und Erklärung von Verhaltensauffälligkeiten im Hinblick auf die Erkrankung oder die Persönlichkeit
- Ausschöpfen von Behandlungsmöglichkeiten
- Entlastung durch zielgerichtete ärztliche, pflegerische und therapeutische Unterstützung

Individuell zu entscheiden

- Entlastung durch Erfahrungsaustausch in Angehörigengruppen oder Einzelberatungen
- Entlastung durch stundenweise Besuchskontakte von privaten Personen oder professionellen Anbietern
- Tagesstätte
- Kurzzeitpflege
- Demenzreisen

Ihre Notizen

Was tun, wenn es doch zur Krise kommt?

Sich eine Krise eingestehen und Hilfsangebote nutzen

Krisen können im Leben und in der Betreuung von Demenzpatienten nicht gänzlich vermieden werden. Sie sind kein Anzeichen von Versagen!

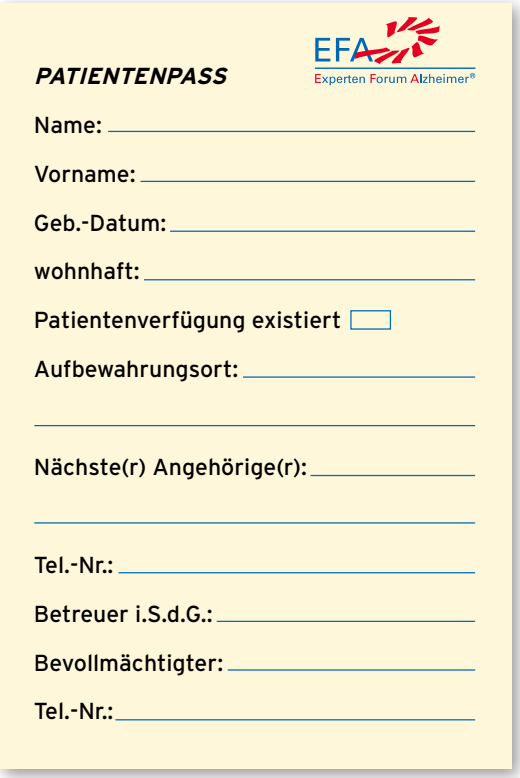
Wer sich eingestehen kann, dass er sich in einer Krise befindet, kann dann auch rechtzeitig die richtigen Personen ansprechen, die weiterhelfen können. Dies wird verhindern, dass sich die Krise zur Katastrophe auswächst. Hierzu gehört auch, ohne Schuldgefühle zu erkennen, wann eine Krise Anzeichen dafür ist, dass die häusliche Versorgung in eine stationäre Versorgung umgewandelt werden sollte.

Der Patientenpass

Der Patientenpass hilft Ihnen, wichtige Telefonnummern und Fakten der demenziellen und aller relevanten körperlichen Erkrankungen gesammelt zur Verfügung zu haben.

Das beste Vorgehen ist, den Patientenpass in der Familie zu besprechen und das endgültige Ausfüllen mit professionell tätigen Personen, insbesondere Ihrem Arzt und ggf. einem Demenzberater abzuschließen.

Den Patientenpass sollten Sie und die Pflegeperson, sofern sie mobil ist, ständig bei sich führen.



PATIENTENPASS

EFA Experten Forum Alzheimer®

Name: _____

Vorname: _____

Geb.-Datum: _____

wohnhaft: _____

Patientenverfügung existiert ☐

Aufbewahrungsort: _____

_____

Nächste(r) Angehörige(r): _____

_____

Tel.-Nr.: _____

Betreuer i.S.d.G.: _____

Bevollmächtigter: _____

Tel.-Nr.: _____

41721