

Hilfsmittel im Alltag mit Demenz

Hilfsmittel sind Gegenstände oder Geräte, die dazu beitragen können, dass Menschen mit Demenz so aktiv und selbstständig wie möglich bleiben. In diesem Infoblatt finden Sie eine Auswahl von technischen Hilfsmitteln, die sich im Alltag von Menschen mit Demenz bewährt haben, sowie nützliche Tipps für den Kauf und die Anwendung.

Technische Hilfsmittel sinnvoll einsetzen

Demenzkrankheiten beeinträchtigen die kognitiven Fähigkeiten. Die erkrankte Person hat Schwierigkeiten mit dem Kurzzeit-Gedächtnis, der zeitlichen und örtlichen Orientierung, dem Planen und Organisieren, dem Verständnis von Schrift und Zahlen, dem Umgang mit Geräten und mit der Mobilität. Diese Beeinträchtigungen verändern sich im Verlauf der Krankheit und führen zu Schwierigkeiten oder Gefährdungen im Alltag. Hilfsmittel können eine sinnvolle Unterstützung bieten. Beispielsweise können sie:

- die Autonomie stärken (z. B. die Mobilität und die Orientierung unterstützen)
- die Sicherheit erhöhen und Gefahren vermeiden (z.B. Haushaltgeräte wie Kochherde sichern, Stürze vermeiden, usw.)
- im Alltag unterstützen (z. B. Telefon bedienen, Termine einhalten, Medikamente einnehmen usw.).

Die Wahl eines geeigneten Hilfsmittels

Der Umgang mit neuen technischen Geräten ist für Menschen mit Demenz eine Herausforderung. Damit ein Hilfsmittel optimale Unterstützung im Alltag bietet, gilt es, bei der Auswahl auf folgendes zu achten:

- Besprechen Sie den Kaufentscheid mit allen Beteiligten (demenzkranken Person, Angehörige und

Betreuende). Es ist wichtig, dass die demenzkranke Person mitbestimmen kann und sie das Gerät akzeptiert, damit es genutzt wird und einen Mehrwert bringt.

- Berücksichtigen Sie die Bedürfnisse der demenzkranken Person und ihre aktuellen Fähigkeiten sowie diejenigen der Betreuenden.
- Nutzen Sie die vorhandenen Ressourcen der demenzkranken Person, damit ihre Autonomie so weit wie möglich erhalten bleibt.
- Suchen Sie grundsätzlich nach möglichst einfachen Lösungen.
- Eine Probezeit oder die Unterstützung eines technischen Kundendienstes können hilfreich sein. Erkundigen Sie sich beim Anbieter, ob diese gewährleistet sind.
- Ergotherapeut_inn_en können Sie mit ihrem Fachwissen bei der Wahl und beim Einsatz eines Hilfsmittels beraten.
- Benötigt die Anwendung technische Kenntnisse, müssen Angehörige oder Dritte diese gewährleisten können, damit das Gerät die gewünschte Unterstützung bieten kann.
- Die erkrankte Person braucht meist eine Anlern- oder Gewöhnungszeit. Die Nahestehenden müssen sie entsprechend begleiten können.

Wann eignet sich welches Hilfsmittel?

Damit ein Hilfsmittel seinen Zweck erfüllen kann, muss es für das jeweilige Bedürfnis geeignet sein und die individuellen Fähigkeiten des Nutzers, der Nutzerin berücksichtigen. Nur so kann es den Alltag wirkungsvoll erleichtern und eine echte Hilfe sein für Betroffene und Angehörige. Hier stellen wir Ihnen einige Lösungen vor, die sich bewährt haben.

Zeitliche Orientierung

Zur besseren zeitlichen Orientierung gibt es automatische Kalenderuhren mit Anzeige von Uhrzeit, Wochentag und Datum. Die Sprache ist einstellbar. Ein Zifferblatt mit Zahlen wird generell besser verstanden als eines mit Strichen oder römischen Zahlen. Achten Sie bei der Produktwahl darauf. Wochentage sollten voll ausgeschrieben sein. Abkürzungen und zu viele Informationen auf dem Zifferblatt werden oftmals nicht mehr verstanden.

Auch vereinfachte Senioren-Tablets zeigen eine Kalenderuhr an. Sie haben noch weitere Funktionen wie Tagesagenda, Erinnerung an Termine, Fotos, Video-Anrufe, Spiele, vereinfachter Zugang zu E-Mail und Internet.

Einnahme von Medikamenten

Am Anfang einer Demenz kann eine Medikamentenbox die selbstständige Einnahme erleichtern. Die Medikamente werden eine Woche im Voraus gerichtet, von Angehörigen, der Apotheke oder einem Pflegedienstleister (kostenpflichtig). Erkundigen Sie sich bei der Spitex oder Ihrer Apotheke.

Zusätzlich helfen können Anrufe der Angehörigen oder eines kostenpflichtigen Anrufdienstes, aber auch elektronische Hilfsmittel mit Erinnerungsfunktion. Zum Beispiel:

- Vereinfachte Tablets für SeniorInnen
- Diktiergeräte (Erinnerungsnachrichten)
- Programmierbare Medikamentenspender, die durch ein Signal an die Einnahme erinnern und nur Medikamente freigeben, die gerade einzunehmen sind.

Ist eine selbstständige, richtige und regelmässige Einnahme von Medikamenten nicht mehr möglich,

hilft ein periodischer Besuch eines häuslichen Pflegedienstes weiter (kostenpflichtig).

Suche von Gegenständen

Schlüssel können in einem Gürteltui mit einer Rückholmechanik am Hosenbund oder an der Handtasche befestigt werden. Zum Wiederfinden von Schlüsseln gibt es sogenannte Schlüsselfinder, als Anhänger und Chips, die auf ein elektronisches Signal antworten (Funk oder Bluetooth).

Zugang bei geschlossener Wohnungstür

Wenn eine demenzerkrankte Person ihre Schlüssel verloren oder vergessen hat, leisten folgende Hilfsmittel gute Dienste:

- Türzylinder mit einer Not- und Gefahrenfunktion machen es möglich, eine von innen verschlossene Wohnungstür von aussen zu öffnen, auch wenn innen ein Schlüssel steckt.
- In einem Schlüsselsafe mit Code, im Milchkasten montiert, kann für den Notfall ein Reserveschlüssel für die Nahestehenden bereitgelegt werden.

Telefonieren einfacher gestalten

Fixtelefone mit grossen Tasten, vorprogrammierten Nummern und Tasten mit Fotos der Bezugspersonen leisten grosse Dienste, indem sie das selbstständige Telefonieren länger möglich machen. Zudem existieren vereinfachte Seniorenhandys mit Direktwahl- und Notruftasten.

Notruf

Seniorenhandys und Uhren mit Notruf sind für Menschen mit Demenz nur sehr begrenzt geeignet, weil sie im Notfall oft nicht daran denken, den Notruf auszulösen.

Personenortung

Dank Geräten mit GPS- und GSM-Ortung können Personen, die sich verirrt haben, schneller wieder gefunden werden. Es gibt sie als Armbanduhren, kleine Geräte, die am Gürtel oder am Rucksack getragen werden können, und als Schuheinlagen. Bei Menschen mit Demenz muss die Ortung ohne Mit-

wirken der demenzkranken Person erfolgen können. Angehörige können sie über Internet vornehmen [Smartphone oder Computer] oder sie im Voraus an eine Notrufzentrale delegieren. Wenn sinnvoll, kann eine Sicherheitszone definiert werden. Beim Verlassen der Zone wird der Angehörige [bzw. die Notrufzentrale] per SMS oder mittels einer App informiert. Einige Modelle bieten eine Zusatzfunktion an. Sie ermöglichen den Angehörigen einen mündlichen Kontakt zur demenzkranken Person herzustellen, ohne dass diese selber aktiv werden muss. Damit das System funktioniert, braucht es die Hilfe der Betreuenden: in Betrieb nehmen, programmieren, Akkus aufladen, sicherstellen, dass es mitgenommen/getragen wird, orten, die Person suchen und holen.

Notfall-Armbänder und -Karten

Es ist hilfreich, wenn Menschen mit Demenz ein Dokument bei sich tragen mit ihren Personalien und denjenigen eines Angehörigen, der bei Bedarf zu benachrichtigen ist. Dazu eignen sich selbstgemachte Visitenkarten oder auch die Notfall-Karten oder das beschriftbare Vinyl-Armband von Alzheimer Schweiz [beide zu bestellen auf alz.ch].

Herd sichern und Brände verhüten

Wenn Menschen mit Demenz selber kochen, jedoch vergessen, den Herd auszuschalten, kann zur Brandverhütung ein Sicherheits-System mit automatischer Abschaltung installiert werden [bei Elektro-Herden]. Je nach System schaltet der Herd bei Überhitzung, nach einer programmierten Zeit oder beim Verlassen der Küche automatisch ab. Aber auch wenn die Person nicht mehr alleine kocht, kann es nützlich sein, zur Sicherheit einen zentralen Ein-/Aus-Schalter zu installieren und nur noch Wasserkocher und Mikrowellengerät zu benutzen.

Weitere Hilfsmittel:

- Funk-Rauch- und Wassermelder senden den Alarm per SMS an Betreuende.
- Raucher-Schürzen als Brandschutz für Menschen, die im Sitzen oder im Liegen rauchen.
- Bügeleisen, die nach 30 Sekunden abschalten, wenn sie nicht mehr bewegt werden.

Meldesysteme

Sind Menschen mit Demenz sturzgefährdet oder laufen häufig weg, kann zu Hause ein Meldesystem [Rufsystem] die Sicherheit erhöhen. Es informiert die betreuende Person automatisch, wenn die demenzkranke Person aufsteht oder das Haus verlässt. Hierzu gibt es zum Beispiel Kontakt-Trittmatten und Sitzkissen mit Funk-Alarm oder Sensoren für die Türen. Der Betreuende im Haus wird durch ein Licht- und Tonsignal oder durch ein SMS informiert. Manchmal reicht jedoch bereits ein einfaches Windspiel und der Betreuende wird auf die Öffnung der Tür aufmerksam.

Mobilität

Zahlreiche Hilfsmittel unterstützen die selbstständige Mobilität, erleichtern die Pflege zu Hause und bieten mehr Sicherheit. Beispielsweise:

- Haltegriffe [z. B. bei der Toilette oder im Bad]
- Toilettensitzerhöhung, Dusch-Stuhl, Badewannenbrett oder -lift
- Rollator, Rollstuhl
- Möglichst viele Möglichkeiten zum Festhalten in der Wohnung
- Drehkissen helfen beim Einsteigen ins Auto
- Aufstehsessel und -kissen, Pflegesessel
- Elektrische Pflegebetten, z. B. niedrig senkbar
- Treppenlift
- Kleidung mit Verschlüssen, die das An- und Auskleiden leichter machen.

Inkontinenz

Verschiedene Hilfsmittel vereinfachen den Toilettengang:

- Nachtlampen mit Bewegungssensor, die automatisch Licht machen, wenn die Person aufsteht. Licht in der Toilette brennen lassen und Türe offenlassen.
- Toilettensstuhl, resp. Urinflasche oder Steh-toilette auf Rädern für Herren, neben das Bett stellen, damit die Toilette nicht gesucht werden muss.
- Toiletten mit WC-Dusch-System erleichtern die Intimhygiene beim Toilettengang durch warme Sprühreinigung und Warmlufttrocknung. Die Systeme sind als Aufsätze für die vorhandene Toilette oder als Kompletanlagen erhältlich.

Ethische Überlegungen

Menschen mit Demenz, die urteilsfähig sind, entscheiden sich selbst für oder gegen den Gebrauch eines Hilfsmittels. Ihren Willen gilt es zu respektieren.

Ist eine an Demenz erkrankte Person nur begrenzt oder nicht mehr in der Lage, ihre eigenen Bedürfnisse sowie Risiken und Gefahren wahrzunehmen, gilt es, bei der Wahl eines Hilfsmittels folgende ethische Prinzipien zu beachten und Vor- und Nachteile der verschiedenen Möglichkeiten abzuwägen:

- / **Zur Lebensqualität beitragen:** Das Wohl der demenzkranken Person soll im Zentrum stehen. Das Hilfsmittel soll zu mehr Autonomie beitragen und helfen, Risiken zu vermindern.
- / **Recht auf Bewegungsfreiheit:** Das Hilfsmittel soll mehr Bewegungsfreiheit schenken.
- / **Nicht schaden:** Das Hilfsmittel oder seine Anwendung darf die demenzkranke Person nicht verwirren, stören oder verängstigen.
- **Recht auf Selbstbestimmung:** Die demenzkranke Person soll so weit wie möglich mitbestimmen und mitentscheiden. Ihre Vorlieben und Abneigungen sollen berücksichtigt werden.
- / **Recht auf Privatsphäre:** Beim Einsatz eines technischen Hilfsmittels gilt folgender Grundsatz: Nicht mehr Überwachung als unbedingt nötig. Nutzen und Bedürfnisse der Person und der Betreuenden sind mit dem Gefährdungsrisiko abzuwägen.

Grenzen von Hilfsmitteln

Hilfsmittel können nicht allen Risiken vorbeugen und sind keine Garantie für absolute Sicherheit. Sie bringen nur Nutzen, wenn sie von der demenzkranken Person akzeptiert werden und ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten entsprechen. Diese verändern sich im Verlauf einer Demenzkrankheit. Überprüfen Sie daher regelmässig, ob das gewählte Hilfsmittel immer noch geeignet ist. Keinesfalls können Hilfsmittel menschliche Zuwendung ersetzen.

Finanzielles

Die Grundversicherung der Krankenkasse übernimmt nur selten Kosten für die genannten Hilfsmittel. Viele Zusatzversicherungen beteiligen sich aber an den

Kosten, wenn das Hilfsmittel vom Arzt verschrieben wurde. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

Die Invalidenversicherung (IV) übernimmt für Menschen unter 65 Jahren einen Teil der Kosten von Hilfsmitteln oder gibt diese leihweise ab. Sie finanziert unter Umständen den behindertengerechten Umbau der Wohnung. Erkundigen Sie sich bei der Schweizerischen Arbeitsgemeinschaft Hilfsmittelberatung für Behinderte und Betagte (sahb.ch).

Für Menschen ab 65 beteiligt sich die AHV an den Kosten für Hilfsmittel wie Hörgeräte, Lupenbrillen und Rollstühle (siehe Leistungskatalog der AHV).

Bei Bezüglern und Bezügerinnen von Ergänzungsleistungen (EL) zu AHV und IV übernimmt der Kanton einen grossen Teil der Kosten oder gibt Hilfsmittel leihweise ab. Auch für Personen, die (noch) keine Ergänzungsleistungen beziehen, kann es sich lohnen, die Kosten für Hilfsmittel geltend zu machen. Diese werden bei der Berechnung des Anspruchs einbezogen. Hilfsmittel können als Krankheits- oder Behindernungskosten bei der Steuererklärung angegeben werden, falls sie nicht durch eine Versicherung gedeckt sind. Zudem existieren Fonds für individuelle Finanzhilfen wie z. B. der Unterstützungsfonds von Alzheimer Schweiz. Erkundigen Sie sich bei Alzheimer Schweiz und ihren kantonalen Sektionen.

Infos zu den Bezugsquellen der Hilfsmittel finden Sie auf alz.ch/hilfsmittel.

Das Beratungsteam am Alzheimer-Telefon berät Sie gerne zu allen Fragen rund um das Thema Hilfsmittel.

Das Alzheimer-Telefon: 058 058 80 00
Montag bis Freitag: 8–12 und 13.30–17 Uhr

Impressum

Herausgeberin:

Alzheimer Schweiz

Wissenschaftlicher Beirat:

B. Deschwanden, Ergotherapeutin,

H. Gauss, Pflegefachfrau