



Rheingau-
Taunus-Kreis



**„Leben mit Demenz“
Chance und Herausforderung**

**Pflege zu Hause –
ein regionaler Ratgeber für Angehörige und alle
Beteiligten im Rheingau-Taunus-Kreis**

Wichtige Informationen zum Thema Demenz im Überblick

1. Einleitung	S. 3
2. Was ist Demenz?	S. 3
3. Was ist zu tun?	S. 4
4. Verhalten verstehen	S. 4
5. Leistungen der Pflegeversicherung	S. 6
• 5.1 Pflege zu Hause	S. 6
• 5.2 Sonstige Leistungen der Pflegeversicherung	S. 8
6. Leistungen der Krankenversicherung	S.10
7. Rechtliche Vorsorge und gesetzliche Betreuung	S.11
8. Beratungsangebote und Anlaufstellen	S.12
9. Diagnostik und Behandlung	S.14
• 9.1 Fachärzte	S.14
• 9.2 Gedächtniskliniken- und Ambulanzen	S.15
10. Angebote zur Unterstützung im Alltag im Rheingau-Taunus-Kreis für Betroffene und Angehörige	S.17
• 10.1 im Rheingau	S.17
• 10.2 im Untertaunus	S.18
11. Tagespflegeangebote	S.21
12. Technische Hilfen - Assistenzsysteme	S.22
13. Selbstpflege	S.23

1. Einleitung

Rund 1,6 Millionen demenziell erkrankte Menschen leben derzeit in Deutschland. Das Thema „Demenz“ geht uns alle an, denn immer mehr Menschen sind davon betroffen, als Angehörige, Freunde, Nachbarn oder als selbst erkrankter Mensch. Es kann jeden von uns treffen.

Das Thema „Demenz“ ist eine Herausforderung, die gemeinsam leichter bewältigt werden kann.

Wir wollen Ihnen helfen, die Beratungsangebote und Betreuungsdienste im Rheingau-Taunus-Kreis zu finden und aufzeigen, welches die ersten Schritte sind, auf dem Weg zum Umgang mit dem Thema.

2. Was ist Demenz?

Das Krankheitsbild der Demenz hat viele Gesichter und beginnt in der Regel schleichend.

Daher werden Einschränkungen und auffällige Verhaltensweisen der Erkrankten oft erst im Rückblick als erste Symptome einer Demenz erkannt.

Folgende Änderungen im Verhalten können sein:

- Ständiges Verlegen von Gegenständen und die Suche nach diesen
- Vergessen kurz zurückliegender Ereignisse
- Beeinträchtigung der zeitlichen und räumlichen Orientierung: z.B. Termine werden vergessen; der Aktionsradius wird kleiner, Betroffene haben Angst, sie würden sich verlaufen, können dies aber nicht mitteilen
- Schwierigkeiten, sich in einer fremden Umgebung zurecht zu finden.
- Störungen des Denk- und Urteilsvermögens
- Sprachstörungen, Wortfindungsstörungen
- Interessenverlust und Apathie
- Sozialer Rückzug
- Herausfordernde Verhaltensweisen
- Hartnäckiges Abstreiten von Fehlern, Irrtümern oder Verwechslungen
- Unbekannte Stimmungsschwankungen
- Fehleinschätzung von Gefahren

Treten Gedächtnislücken regelmäßig auf und bestehen Einschränkungen im Alltagsablauf, die bisher nicht vorhanden waren und kommen weitere Merkmale wie Sprach- oder Orientierungsschwierigkeiten hinzu, sollte zur diagnostischen Abklärung dringend eine Ärztin oder ein Arzt zurate gezogen werden.

Nutzen Sie die vielfältigen Möglichkeiten der Information und Aufklärung über das Krankheitsbild und über den Umgang mit den betroffenen Menschen. Denn nur, wenn ich mehr über die Krankheit weiß und die Verhaltensveränderungen einschätzen kann, lerne ich mit dieser veränderten Situation umzugehen, und sie besser zu verstehen.

3. Was ist zu tun?

- Beobachten und über die beobachteten Auffälligkeiten (Veränderungen) sprechen, gegebenenfalls Tagebuch / Protokoll führen
- Mit dem Hausarzt sprechen, Abklärung und Sicherung der Diagnose Demenz durch den Haus- und einen Facharzt
- Sich mit dem Thema auseinandersetzen und sich informieren
- Aufsuchen einer qualifizierten Beratungsstelle
- Das Gespräch mit der Familie, Freunden, Bekannten suchen
- Leistungen der Pflegeversicherung beantragen
- Ambulante regionale Betreuungs- und Unterstützungsangebote kennenlernen und in Anspruch nehmen
- Möglichkeiten der rechtlichen Vorsorge klären
- Angebote der Tagespflege und stationären Pflege kennenlernen

4. Verhalten verstehen

Es fällt leichter, die Geduld und Kraft zur Pflege eines demenziell veränderten Angehörigen aufzubringen, wenn wir sein Verhalten verstehen können.

Für den demenziell erkrankten Menschen verändert sich die Welt grundlegend. Der Verlust der Fähigkeiten und der Orientierung machen Angst. Bekannte Menschen und selbst nahe Angehörige können als fremd, übergriffig oder bedrohlich erlebt werden; daher reagiert der Kranke abweisend, ärgerlich oder auch aggressiv. Situationen und das Verhalten der anderen können nicht mehr eingeordnet und angemessen beurteilt werden.

Das verunsichert und sorgt manchmal für erheblichen Stress. Vergleichbar damit, dass jemand fortlaufend in einer fremden Sprache auf uns einredet. Wenn Erinnerung im Laufe einer Demenz maßgeblich schwindet, werden Erlebnisse falsch zugeordnet, Vergangenes wird für Gegenwart gehalten. Geschehnisse, für die es keine Erklärung gibt, werden neu eingeordnet, um wieder eine begreifbare Realität erleben zu können. Denn all unser Empfinden und unsere Wahrnehmung sind darauf ausgerichtet, Kontinuität zu erleben und die Welt zu begreifen.

So erlebt der Erkrankte eine neue Realität, die für ihn ebenso wahr ist, wie für uns unsere Wahrnehmung. Wenn täglich in der Wohnung Dinge nicht mehr auffindbar sind, kann der Kranke überzeugt sein, dass Einbrecher in der Wohnung ein- und ausgehen, denn auch in seiner Welt können Dinge sich nicht einfach auflösen. Oder der Kranke ist überzeugt, die Angehörigen verstecken ihm die Dinge, was gleichbedeutend damit ist, dass sie einen ärgern wollen. Wenn ihnen die einfachsten Worte oder Handlungsabläufe nicht mehr einfallen oder gelingen wollen, ist das sehr verunsichernd für die Kranken, macht ungeduldig, wütend und auch sehr traurig. Schmerzen können eventuell nicht mehr richtig mitgeteilt werden, Hilfe kann nicht verständlich erbeten werden, das lässt sie verzweifeln.

Informationen zum Thema Demenz

Es gibt eine Reihe von Tipps, die Ihnen im Umgang mit dem Angehörigen, der an Demenz erkrankt ist helfen. Bestimmte Verhaltensweisen wirken beruhigend und förderlich und helfen auch Ihnen, den Alltagsstress zu verringern oder sich weniger über ungerechtfertigte Vorwürfe und Anschuldigungen des Angehörigen zu ärgern.

Dazu gehören:

- In kurzen und einfachen Sätzen sprechen,
- ruhig und geduldig sprechen,
- ernst nehmen,
- Diskussionen vermeiden, wer Recht hat; lieber den kranken Menschen ablenken, ein Thema von ihm aufgreifen, das angenehm oder neutral besetzt ist,
- für eine gleichbleibende Tagesstruktur sorgen,
- gewohnte Beschäftigungen ermöglichen, ohne zu überfordern,
- Humor in der Beziehung bewahren.

Wenn sprachliche Kommunikation kaum oder nicht mehr möglich ist, kann man verstärkt nonverbale Kommunikation einsetzen oder Methoden nutzen, die angenehme Sinnes- und Körperwahrnehmungen bieten (so genannte „basale“ Stimulation oder Validation), um dem Erkrankten Gefühle von Nähe, Entspannung und Zugehörigkeit zu vermitteln.

Nutzen Sie Informations-, Austausch- und Schulungsmöglichkeiten, soweit es Ihnen möglich ist.

Eine große Hilfe kann der Austausch mit anderen pflegenden und sorgenden Menschen sein. Dabei lässt sich häufig leichter herausfinden, was speziell Sie in Ihrer Situation entlasten könnte. Auch Ihrem Ärger, der Enttäuschung und der eigenen Trauer könnten Sie dort einmal Raum geben.

Es gibt vielfältige Möglichkeiten der Hilfen und Unterstützung, auch in unserer Region. Informieren Sie sich und lassen Sie sich helfen.

5. Leistungen der Pflegeversicherung

5.1 Pflege zu Hause

Leistungen der Pflegeversicherung gibt es nur auf Antrag

Die erforderlichen Antragsformulare sind bei der jeweiligen Pflegekasse erhältlich. Da die Pflegekasse mit der zuständigen Krankenkasse organisatorisch verbunden ist, genügt ein Anruf bei der Krankenkasse, die Ihnen das Formular dann zuschickt.

Beantragung eines Pflegegrades

Der Pflege- und Hilfebedarf wird durch den MDK (Medizinischen Dienst der Kranken- und Pflegekassen) festgestellt. Die Pflegekasse beauftragt den MDK bei dem Versicherten einen Hausbesuch durchzuführen und ein Gutachten zu erstellen. Die Pflegekasse sollte 5 Wochen nach Antragstellung einen Bescheid (schriftliche Mitteilung), über das Ergebnis der Pflegeeinstufung erteilt haben.

Statt Pflegestufen gibt es jetzt Pflegegrade

Die Leistungshöhe richtet sich nach dem jeweiligen Pflegegrad. Bei der Begutachtung werden die gesundheitlichen bedingten Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten in sechs Lebensbereichen erhoben und mit Punkten bewertet. Über die in der Begutachtung erreichte

Punktzahl lässt sich der Pflegegrad bestimmen (s. Tabelle unten). Es gibt 5 Pflegegrade, je höher der Pflegegrad umso schwerer ist die Beeinträchtigung der Selbstständigkeit.

Neu ist, das jetzt auch neben den körperlichen, verstärkt auch die geistigen und psychischen bedingten Beeinträchtigungen berücksichtigt werden. Dies kommt den Menschen mit Demenz zugute.

Der neue Pflegegrad 1

Bei geringer Beeinträchtigung der Selbstständigkeit und der Fähigkeiten, bekommt man den Pflegegrad 1. Es werden dafür Entlastungsleistungen ausschließlich als Sachleistungen zur Verfügung gestellt, in Höhe von monatlich 125 € und wohnumfeldverbessernde Maßnahmen bis zu einmalig 4.000 €.

Punkte	Pflegegrad	Beeinträchtigung
12,5 - unter 27	1	Geringe Beeinträchtigung
Ab 27 -unter 47,5	2	erhebliche Beeinträchtigung
Ab 47,5 – unter 70	3	schwere Beeinträchtigung
Ab 70-unter 90	4	schwerste Beeinträchtigung
Ab 90-100	5	schwerste Beeinträchtigung mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung

Informationen zum Thema Demenz

Wahlmöglichkeit: Pflegesachleistung / Geldleistung / Kombinationsleistung

- Pflegesachleistung wird von einem, bei der Pflegeversicherung anerkannten Pflegedienst durchgeführt, dieser kann direkt mit der Pflegeversicherung abrechnen.
- Geldleistung, das sogenannte Pflegegeld wird ausgezahlt, wenn die Pflege durch Familienangehörige oder andere private Pflegepersonen erbracht wird.
- Kombinationsleistung ist eine Kombination aus Sach- und Geldleistung. Als Kombinationsleistung wird die Pflege durch einen professionellen Pflegedienst **und** durch Angehörige oder private Pflegepersonen bezeichnet. Das bedeutet, die Pflegeversicherung bezahlt den Pflegedienst und zahlt ein anteiliges Rest-Pflegegeld aus.
Seit 2015 spricht man auch von einer Kombinationsleistung, wenn Entlastungsleistungen in Anspruch genommen werden.

Entlastungsleistungen für alle Pflegegrade (125 € im Monat)

Für Menschen mit einer Demenz ist dabei das Angebot an Einzel- und Gruppenbetreuung interessant, dass durch anerkannte Pflege- und Betreuungsdienste erbracht werden kann, aber auch für hauswirtschaftliche Hilfen. Die von dem anerkannten Dienst in Rechnung gestellten Leistungen müssen bei der zuständigen Pflegekasse zur Erstattung eingereicht werden.

Der verbleibende Betrag ist von Monat zu Monat übertragbar und kann auch ins Kalenderhalbjahr des Folgejahres übertragen werden.

<u>Pflegegrad</u>	<u>Pflegegeld</u>	<u>Pflegesachleistung</u>	<u>Entlastungsleistung</u>	<u>Vollstationär</u>
1	0 €	0 €	125 €	125 €
2	316 €	689 €	125 €	770 €
3	545 €	1.298 €	125 €	1.262 €
4	728 €	1.612 €	125 €	1.775 €
5	901 €	1.995 €	125 €	2.005 €

5.2 Sonstige Leistungen der Pflegeversicherung

Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege sind spezielle Leistungen, die pflegende und betreuende Angehörige entlasten sollen und für Auszeiten von Pflegetätigkeiten sorgen oder auch Überbrückung für die Organisation einer veränderten Pflegesituation sein können.

Kurzzeitpflege

Kurzzeitpflege meint eine vorübergehende Versorgung des Pflegebedürftigen in einer vollstationären Einrichtung für max. 28 Tage und / oder bis zu 1612 € im Jahr. Anspruch ab Pflegegrad 2 und sofort nach der Eingradung (keine Wartezeit). Seit 2015 können die Leistungen der Verhinderungspflege übertragen bzw. mit der Kurzzeitpflege kombiniert werden. Dabei erhöht sich der Gesamtanspruch der Kurzzeitpflege auf bis zu 3.224 € und auf bis zu 8 Wochen. Der Erhöhungsbetrag wird auf den Leistungsanspruch der Verhinderungspflege angerechnet.

Tipp: Werden die Leistungen miteinander kombiniert, dann bekommt man für 2 mal 28 Tage das hälftige Pflegegeld.

Verhinderungspflege oder Ersatzpflege

Kann die private Pflegeperson wegen Krankheit, Urlaub oder aus sonstigen Gründen die Versorgung des Pflegebedürftigen vorübergehend nicht gewährleisten, besteht der Anspruch auf Verhinderungspflege. Voraussetzung ist, dass im Vorfeld 6 Monate zu Hause gepflegt wurde. Die Verhinderungspflege kann sehr individuell in Anspruch genommen werden, durch eine professionelle oder eine private Pflege, am Block (bis zu 6 Wochen im Jahr) oder auch stundenweise. Am besten Sie lassen sich im Vorfeld der Beantragung durch ihre Pflegekasse oder eine andere Beratungsstelle ausführlich informieren. Der Anspruch besteht ab Pflegegrad 2 auf bis zu 1612 € im Jahr.

Seit 2015 sind 50% des Budgets der Kurzzeitpflege (806€) übertragbar, d.h. die Verhinderungspflege kann auf bis zu 2.418€ erweitert werden. Der Erhöhungsbetrag wird auf den Leistungsanspruch der Kurzzeitpflege angerechnet.

Tagespflege / Teilstationäre Pflege

Das Angebot der Tagespflege wird in Einrichtungen durchgeführt, die pflegebedürftige Menschen tagsüber pflegen und betreuen. Sie bieten Beschäftigung, körperliche Aktivierung und Förderung der sozialen Kontaktfähigkeit.

Pflegehilfsmittel

Sinnvoll kann eine Versorgung mit Pflegehilfsmitteln, die zur Erleichterung der Pflege und Linderung der Beschwerden des Pflegebedürftigen beitragen, sein. Diese können vom Hausarzt/Facharzt verordnet werden, z.B. Pflegebett, Toilettenstuhl, Beistelltisch.

Informationen zum Thema Demenz

Seit 2017 kann auch der MDK bei der Begutachtung zum Pflegegrad eine Hilfsmittel-Empfehlung abgeben, die als Verordnung gilt.

Zuschüsse zu pflegebedingten Umbaumaßnahmen

Zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes und zur Erleichterung der häuslichen Pflege kann die Pflegekasse Zuschüsse für behindertengerechte Umbaumaßnahmen der eigenen Wohnung bewilligen, z.B. Umbaumaßnahmen im Badezimmer, Verbreiterung von Türen. Maximaler Zuschuss von 4.000 € für eine Pflegesituation. Beantragung und Entscheidung der Pflegekasse muss vor Beginn der Maßnahme erfolgen.

Absicherung von nicht erwerbsmäßig tätigen Pflegepersonen

Für Pflegepersonen, die ihre Hilfe nicht erwerbsmäßig in einem Haushalt leisten, bietet die Pflegeversicherung ebenfalls spezifische Leistungen und weitere Vorteile

1. Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung
2. Beiträge zur gesetzlichen Unfallversicherung
3. Beiträge zur gesetzlichen Arbeitslosenversicherung

Voraussetzung ist, dass die Pflegeperson nicht mehr als 30 Stunden in der Woche einer Erwerbstätigkeit nachgeht und sie mindestens 10 Stunden in der Woche an mindestens 2 Tagen in der Woche den Pflegebedürftigen versorgt. Der Umfang ihrer Pflegetätigkeit wird in dem erstellten MDK- Gutachten festgestellt. Wird bereits Rente oder Pension bezogen, entfällt der Leistungsanspruch.

Wichtig zu wissen: Pflegt man mehrere Personen wird die Zeit insgesamt angerechnet!

Pflegekurse für pflegende Angehörige und ehrenamtliche Pflegepersonen

- Anspruch auf individuelle Pflegeanleitung und Schulung zu Hause
- Anspruch auf Pflegekurse zur Vermittlung von Pflegetechniken

Diese Kurse und Schulungen werden in der Regel von Pflegediensten oder Betreuungsdiensten in der Region angeboten.

Fragen Sie bei der zuständigen Pflegekasse oder beim Pflegestützpunkt in Ihrer Region nach. Klären Sie die Kostenübernahme mit der Pflegekasse.

Stationäre Pflege

Die stationäre Versorgung in einem Pflegeheim kann vorübergehend oder auch auf Dauer sein. Sind die ambulanten Möglichkeiten ausgeschöpft und kann die häusliche Versorgung nicht mehr sichergestellt werden, übernimmt die Pflegeversicherung die pflegebedingten Aufwendungen.

Seit dem 01.01.2017 gibt es einen „Einrichtungseinheitlichen Eigenanteil“ (EEE). Der Eigenanteil bleibt immer gleich, auch wenn die Pflegebedürftigkeit und der Pflegegrad sich erhöhen. Sie wissen so von Beginn an, welche Kosten auf Sie zukommen. Die

Informationen zum Thema Demenz

Höhe der Eigenanteile der stationären Einrichtungen im RTK ist in jeder Einrichtung unterschiedlich.

Sind Sie auf der Suche nach einem Pflegeheim, dann schauen Sie doch im Internet unter: AOK-Pflegeheimnavigator, dort finden Sie alle Heime in ihrer Nähe mit dem jeweiligen Eigenanteil.

Sollten Ihre eigenen Mittel und die Leistung der Pflegeversicherung nicht ausreichen, lassen Sie sich über weitere Möglichkeiten beraten.

Bei der Auswahl einer stationären Pflegeeinrichtung sollten Sie sich einen eigenen Eindruck verschaffen und verschiedene Einrichtungen besuchen und zeigen lassen. Der persönliche Eindruck ist dabei sehr wichtig. Eine Checkliste mit Auswahlkriterien kann dabei hilfreich sein. Sie finden hierfür eine Checkliste im www.wegweiser-demenz.de.

6. Leistungen der Krankenversicherung

Hier werden Leistungen der Krankenversicherung erläutert, die gerade in der Versorgung von Menschen mit Demenz die Behandlung und Versorgung ergänzen und auch stabilisieren können.

Verordnung für Häusliche Krankenpflege

Wenn Leistungen der Behandlungspflege erbracht werden müssen, z.B. Medikamentengabe oder Kompressionsstrumpfe anziehen, kann der Hausarzt eine Verordnung ausstellen und diese Aufgaben an einen Pflegedienst delegieren.

Die Maßnahmen müssen medizinisch notwendig und begründet sein. Diese Verordnung kann dann an einen anerkannten Pflegedienst ihrer Wahl gegeben werden, der diese bei ihrer Krankenkasse zur Bewilligung einreicht.

Wichtig: Dies kann auch ohne einen Pflegegrad verordnet werden!

Verordnung für Physiotherapie, Ergotherapie

Gerade in der beginnenden Phase der Demenzerkrankung können verschiedene Formen der Therapie sinnvoll sein und die vorhandenen Fähigkeiten der betroffenen Menschen positiv beeinflussen. Sprechen Sie darüber mit ihrem behandelnden Arzt/Ärztin, der/die diese Maßnahmen verordnen kann.

Sanitätshäuser

Werden Hilfsmittel für die Körperpflege oder auch Gehhilfen benötigt, können Sie sich auch an die Sanitätshäuser wenden. Sie können sich dort beraten lassen, über die Verordnungsfähigkeit informieren und auch einige Hilfsmittel vor Ort kennenlernen. Diese Hilfsmittel können vom Hausarzt verordnet werden. Möglich ist auch eine Empfehlung durch den MDK bei der Begutachtung. Das ist neu und ersetzt die

Informationen zum Thema Demenz

Verordnung durch den Arzt. Beachten Sie dies beim Besuch des MDK bei der Begutachtung und sprechen Sie es an!

7. Rechtliche Vorsorge und gesetzliche Betreuung

Wer aufgrund einer schweren Erkrankung nicht mehr in der Lage ist, alle rechtlichen Angelegenheiten zu erledigen, benötigt für diese eine Vertretung. Ein automatisches Vertretungsrecht naher Angehöriger besteht nicht! Wer an einer Demenz leidet, könnte irgendwann bei wichtigen Entscheidungen die Hilfe von Anderen benötigen. Dazu kann die Einwilligung in Operationen, die Regelung der ambulanten Versorgung oder auch der Einzug in ein Pflegeheim gehören.

Vorsorgen kann man für diesen Fall mit einer Vollmacht, einer Patientenverfügung und einer Betreuungsverfügung.

- Die Vollmacht ist eine Willenserklärung, die einem anderen Menschen die rechtsgeschäftliche Vertretung ermöglicht. Mit einer rechtzeitig abgefassten Vollmacht kann man festlegen, in wessen Hände man die Entscheidungsgewalt über die eigenen Angelegenheiten legen will. Bevollmächtigen sollten Sie ausschließlich Personen, die Ihr absolutes Vertrauen genießen.
- Mit einer Patientenverfügung weist eine Person im Falle einer Einwilligungsunfähigkeit den behandelnden Arzt an, bestimmte medizinische Behandlungen nach den persönlichen Vorstellungen vorzunehmen, zu intensivieren oder bestimmte Maßnahmen zu unterlassen.
- Die Betreuungsverfügung regelt im Falle der Einrichtung einer gesetzlichen Betreuung, wer Betreuer werden soll und was dessen Aufgaben und Pflichten sein können.

Grundsätzlich sollte eine rechtliche Vorsorge so früh wie möglich getroffen werden, um im Falle einer Entscheidungsunfähigkeit bereits eine rechtliche Vertretung benannt zu haben. Im frühen Stadium der Demenz besteht unter Umständen noch die Möglichkeit, eine rechtliche Vorsorge zu treffen.

Wenn eine Vollmacht nicht vorliegt und aufgrund des fortgeschrittenen Krankheitsstadiums auch nicht mehr verfasst werden kann, muss gegebenenfalls ein gesetzlicher Betreuer bestellt werden.

Beratungen zur rechtlichen Vorsorge und gesetzlichen Betreuung erhalten Sie bei der Betreuungsbehörde des Rheingau-Taunus-Kreises und dem Pflegestützpunkt.

- **Betreuungsbehörde des Rheingau-Taunus-Kreises
im Kreishaus**
Heimbacher Straße 7
65307 Bad Schwalbach
Tel: 06124 510709 oder 06124 510710
E-Mail: betreuungsstelle@rheingau-taunus.de

Informationen zum Thema Demenz

Die aktuelle Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht des Rheingau-Taunus-Kreises können Sie bei der Betreuungsstelle anfordern oder auch unter dem Link herunterladen:

<http://www.rheingau-taunus.de/formularserver/gesundheit/vorsorgevollmacht>

8. Beratungsangebote und Anlaufstellen zu dem Thema Demenz

Mittlerweile gibt es ein umfangreiches Angebot an Beratungs- und Informationsstellen, die sich mit dem Thema Demenz beschäftigen.

Wir haben für Sie die wichtigsten Institutionen und Informationsquellen zusammengestellt, damit Sie sich einen ersten Überblick verschaffen können.

- **Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus-Kreis**

- **Die Beratungsstelle in Ihrer Region**

- Heimbacher Str. 7, 65307 Bad Schwalbach

- Tel: 06124-510525 oder 06124-510527

- E-Mail: pflegestuetzpunkt@rheingau-taunus.de

- Sprechzeiten:
 - Montag und Donnerstag 10:00 – 12:00 Uhr
 - Dienstag 16:00 – 18:00 Uhr
 - Mittwoch 14:00 – 16:00 Uhr

Der Pflegestützpunkt ist eine neutrale und kostenlose Beratungsstelle, bei allen Fragen zur Pflegebedürftigkeit und Versorgung.

Die Beratung kann auch im Rahmen eines Hausbesuches erfolgen.

- **Außensprechstunde des Pflegestützpunktes im Rheingau**

- **Oestrich-Winkel** im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 45
jeden 1. Freitag im Monat von 10:00 bis 12:00 Uhr

- **Walluf** in der Geschäftsstelle der Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus, Im Grohenstück 13, 1. Stock.
jeden 3. Freitag im Monat von 10:00 bis 12:00 Uhr
um telefonische Terminvereinbarung wird gebeten

- **Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus e.V.**
Hilfe zur Selbsthilfe Demenz

Die Alzheimer Gesellschaft bietet folgendes an:

- Gesprächskreise für Angehörige von Menschen mit Demenz
- Persönliche psychosoziale Beratung
- Informationsveranstaltungen
- Qualifikation
- Netzwerkarbeit
- Weiterentwicklung von Hilfsangeboten

Informationen zum Thema Demenz

Beratungen und die Teilnahme an Gesprächskreisen sind kostenlos und nicht von einer Mitgliedschaft abhängig. Bitte informieren Sie sich auf der Internetseite über die aktuellen Angebote, Termine und Sprechzeiten. Persönliche Beratung nach Vereinbarung.

Kontakt:

Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus e.V.
Im Grohenstück 13, 65396 Walluf
Tel: 06123-7050119
E-Mail: info@alzheimer-rheingau-taunus.de

www.alzheimer-rheingau-taunus.de
www.netzwerk-demenz-rtk.de

- **Gesundheitsamt des Rheingau-Taunus-Kreises**
Tel.: 06124-510383
Bei Fragen und Hilfebedarf im Umgang mit schweren Lebenssituationen durch Krankheit, Behinderung, Lebenskrisen und Alter und auch bei einer demenziellen Erkrankung, ist der sozialmedizinisch- sozialpsychiatrische Dienst ansprechbar.
- **Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft**
www.deutsche-alzheimer.de
mit dem Alzheimer-Telefon: 030-2593795-14
Beratung und Informationen rund um das Thema Demenz
- **Pflegeberatung durch die jeweilige Pflegekasse**
Es besteht ein gesetzlicher Anspruch auf eine Pflegeberatung gegenüber der Pflegekasse, sobald ein Antrag auf Leistungen der Pflegeversicherung gestellt wurde. Auf Wunsch kann dieser auch als Hausbesuch erfolgen.

Für Privatversicherte ist das die Private Pflegeberatung Compass
www.compass-pflegeberatung.de
- **Demenzfreundliche Kommune Bad Schwalbach**
Koordination und Anlaufstelle
Diakonisches Werk Rheingau-Taunus
Gartenfeldstr. 15, 65307 Bad Schwalbach
Tel: 06124-708219, Kontaktperson: Frau Melanie Weber
Montags; 10-12 Uhr, mittwochs: 13.30-15.30 Uhr und nach Vereinbarung
www.demenzfreundliches-badschwalbach.de
- **Scivias Gerontopsychiatrisches Zentrum St. Valentinus**
Tel: 06123-603220 oder Tel: 06123-603-0
Suttonstraße 24 in 65399 Kiedrich
Beratung, Informationen und Angebote für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen.

Informationen zum Thema Demenz

Angebote mit einem Versorgungsschwerpunkt für Gerontopsychiatrische Erkrankungen: Dauerpflege, Kurzzeitpflege, Tagesbetreuung

- **Forum Demenz Wiesbaden**
Tel: 0611-313488 oder 0611-314676
E-Mail: forum.demenz@wiesbaden.de
www.forum-demenz-wiesbaden.de
Informationsplattform über Veranstaltungen und Links zu weiterführenden Themen und Angeboten über Demenz
- **Serviceportal Wegweiser Demenz**
www.wegweiser-demenz.de
Ein Internetserviceportal des Bundesministeriums.
- **Demenzatlas Hessen**
Geht in 2018 online www.demenzatlas-hessen.de
Eine hessenweite Onlinedatenbank mit Informationen über bestehende Versorgungsstrukturen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen.

9. Diagnostik und Behandlung

Beim Verdacht auf eine Demenz sollte die Diagnose abgeklärt werden. Zum einem, um andere behandelbare Krankheiten auszuschließen (z.B. Tumor, Depression, Schilddrüsenerkrankung), zum anderen um gegebenenfalls unabdingbare medikamentöse Behandlungen, z.B. eine Durchblutungsstörung des Gehirns mit Gefahr eines Schlaganfalls, nicht zu verzögern. Außerdem ist die Diagnose eine wichtige Voraussetzung für Betroffene und Angehörige für den richtigen Umgang mit der Erkrankung.

Konsultieren Sie deshalb Ihren Hausarzt und klären Sie ab, ob er eine erste Einschätzung und einfache Test durchführen kann und/oder gegebenenfalls eine Überweisung zu einem Facharzt/Gedächtnisklinik ausstellt. Fachärzte für Demenzerkrankungen sind Neurologen und Psychiater.

Es ist auch möglich, die Diagnosestellung in einer Gedächtnis-/Memoryklinik oder Gedächtnisambulanz durchführen zu lassen. Dort können die Betroffenen genauer untersucht werden als dies in einer Arztpraxis möglich ist.

Informationen zum Thema Demenz

9.1 Fachärzte für Neurologie und Psychiatrie

Innerhalb des Rheingau-Taunus-Kreises gibt es folgende Fachärzte und Einrichtungen:

<u>Name</u> <u>Telefon</u>	<u>Fachgebiet</u>	<u>Straße</u> <u>PLZ/Ort</u> <u>Stadtteil</u>
Dr.med. Engel, Jana 06123-999688	Psychiatrie und Psychotherapie	Kiliansring 7 65343 Eltville am Rhein
Dr. med. Hartmann, Rolf 06123-999688	Neurologie und Psychiatrie	Kiliansring 7 65343 Eltville am Rhein
Dr. med. Wolf, Christoph 06123-999688	Neurologie und Psychiatrie	Kiliansring 7 65343 Eltville am Rhein
Wagner-Rudloff, Thomas 06128-3088	Neurologie und Psychiatrie	Mühlfeldstraße 22 65232 Taunusstein- Hahn
Lich, Thomas 06126/5840425	Psychiatrie	Auf der Langwies 1b 65510 Hünstetten
Rak-Notheisen, Helga 06126-91510	Neurologie und Psychiatrie	Löherplatz 1 65510 Idstein
Dr. med. Hoffmann, Helge 06128-8588931	Neurologie	Grillparzer Straße 38 65232 Taunusstein

Stand September 2017. Quelle: Kassenärztliche Vereinigung Hessen
(<http://arztsuche Hessen.de>)

9.2 Gedächtniskliniken – und ambulanz

Vitos Psychiatrie Ambulanz Rheingau
Kloster-Eberbach-Straße 4
65346 Eltville / Eichberg Haus 2
Tel: 06123-602311
E-Mail: anmeldung.iae@vitos-rheingau.de
Benötigt wird eine Überweisung vom Hausarzt

Informationen zum Thema Demenz

Vitos Psychiatrie Ambulanz Idstein

Außenstelle der Vitosklinik Eichberg
Limburger Straße 39, 65510 Idstein
Tel: 06126-9358-0
Benötigt wird eine Überweisung vom Hausarzt

Vitos Klinik Rheingau / Eichberg

Gerontopsychiatrische stationäre Fachabteilung Station E 16
Stationäre Behandlung älterer Menschen mit sämtlichen psychiatrischen
Krankheitsbildern (Aufnahme mit ärztlicher Einweisung und ggf. mit gerichtlichem
Unterbringungsbeschluss)
Tel: 06123-602-0

Memory Clinic Wiesbaden

Asklepios Paulinen Klinik
Geisenheimer Straße 10, 65197 Wiesbaden
Tel: 0611-8472802
Benötigt wird eine Einweisung des Haus- oder Facharztes

Gedächtnisambulanz Mainz

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Uni-Klinik Mainz
Untere Zahlbacher Straße 8, 55131 Mainz
Tel: 06131-17-7340
Benötigt wird eine Überweisung vom Haus- oder Facharzt

Gedächtnissprechstunde Mainz

Tagesklinik und Institutsambulanz für Psychiatrie und Psychotherapie
Drechslerweg 25, 55128 Mainz
Tel: 06131-7896-0
Benötigt wird eine Überweisung vom Haus- oder Facharzt

Gedächtnissprechstunde

Zentrum der Psychiatrie
Klinikum der Universität Frankfurt/ Main
Heinrich-Hoffmann-Str. 10, Haus 93
60528 Frankfurt/Main
Kontakt: Sekretariat, Tel: 069 - 63015996
Benötigt wird eine Überweisung vom Hausarzt.

Memory Clinic

Diakonissenkrankenhaus
Holzhausenstr. 72 - 92
60322 Frankfurt
069 - 95937 5485
Benötigt wird eine Überweisung vom Hausarzt. Betreuung nur ambulanz.

10. Angebote zur Unterstützung im Alltag im Rheingau-Taunus-Kreis für Betroffene und Angehörige

10.1 Im Rheingau

Unterstützungsangebote für Betroffene und pflegende Angehörige

Begleitete Angehörigengruppe der Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus

- in Eltville jeden 2. Dienstag im Monat, Mehrgenerationenhaus MÜZE 1, Gutenbergstraße 38 um 18:00 Uhr
- in Rüdesheim, jeden letzten Mittwoch im Monat, St. Josefs-Hospital Rheingau, Eibinger Straße 9 Tagungsraum/Schwesternhaus um 18:00 Uhr

Mehrgenerationenhaus Oestrich-Winkel

- **Pflegebegleitung:** Pflegebegleiter pflegen nicht, sie bieten Hilfe zur Selbsthilfe, zur Entlastung an. Sie haben Zeit für die Pflegenden/Angehörigen zum Zuhören, regen zur Selbstsorge an oder beraten auf Wunsch über bestehende Entlastungsangebote im Nahraum. Das Angebot ist kostenlos.
Tel: 06723-602558
Hauptstr. 45, 65375 Oestrich-Winkel

Betreuungsdienste

HUFAD

Häusliche Unterstützung für Alzheimer und Demenzpatienten

- Einzelbetreuung rheingauweit
- Gruppenbetreuung in Oestrich-Winkel im Mehrgenerationenhaus
- Gruppenbetreuung in Geisenheim, Eltville, Hallgarten und Lorch
- Qualifizierte Schulung von ehrenamtlichen Betreuer/ innen und Teambesprechungen

Bürgerzentrum, Paul-Gerhardt-Weg 1, 65375 Oestrich-Winkel

Frau Gisela Vogel Tel: 06723-992151 oder Mobil: 0151-41818168

Mobile Freizeit der Gemeinnützigen Zuhause Mobil GmbH

Rheingaustr.29, 65375 Oestrich-Winkel

Tel: 06723-6034970 Fax: 06723-99852591

Mail: mobile-betreuung-rtk@ifb-stiftung.de

Angebot: Betreuung und Begleitung im privaten Bereich und in der Freizeitgestaltung, Einzelbetreuung

Pflegedienste mit einem zusätzlichen Angebot für Betreuungsleistungen im Rheingau

- **Pflegedienst Gernot Bäumler**
Leydecker Weg 5, 65385 Rüdesheim
Tel. 06722-1819
Einzelbetreuungen in der Region von Rüdesheim bis Oestrich-Winkel
Alltagsbegleitung
- **Ambulanter Pflegedienst Rheingau**
Jürgen Gentemann
Rheinblick 4, 65399 Kiedrich
Tel. 06123-4213
Fax 06123-5510
Einzelbetreuungen im Rheingau
- **Home Instead Seniorenbetreuung**
Betreuungs- und Pflegedienst im Rheingau, Schlangenbad, Bad Schwalbach,
Taunusstein und Niedernhausen
Tel. 0611-2059700
Einzelbetreuung in der Häuslichkeit, Begleitung außer Haus.

Pflegedienste mit einem zusätzlichen Angebot für Entlastungsleistungen

Mittlerweile bieten fast alle Pflegedienste im Rheingau-Taunus-Kreis auch Einzelbetreuung für Menschen mit Demenz an. Fragen Sie bei dem Pflegedienst Ihrer Wahl nach, ob sie auch Einzelbetreuung im Angebot haben. Das Angebot umfasst eine individuelle stundenweise Betreuung der Erkrankten. Die Entlastungsleistungen stehen für alle Menschen zur Verfügung, die einen Pflegegrad haben.

10.2 Im Untertaunus

Unterstützungsangebote für Betroffene und pflegende Angehörige

Begleitete Angehörigengruppe der Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus

- in Taunusstein jeden 1. Dienst im Monat im Seniorenzentrum in der Lessingstraße 26-28 um 18:30 Uhr
- in Idstein jeden 3. Dienstag im Monat im Quartiersbüro der Stadt Idstein, Limburger Straße 63a um 18:00
- in Heidenrod-Kemel jeden 3. Mittwoch im Monat von 18:00 bis 19:30 Uhr, im Gemeindezentrum Römerhalle, An der Römerhalle 1 (kleiner Saal)

Informationen zum Thema Demenz

Forum Demenz Idstein

Im Forum Demenz können Angehörige über Sorgen und Probleme sprechen. Dort treffen Sie Menschen, die ähnliches erleben und Sie können sich mit Experten austauschen. Geleitet wird das Forum von Frau Heidi Göbel, Seniorenbüro der Stadt Idstein und Frau Dr. Wenninger, Leiterin der Idsteiner Außenstelle der Vitos Institutsambulanz, sowie immer wieder wechselnden Referentinnen, mit den unterschiedlichsten Themen.

Veranstaltungen und Termine erfahren Sie auf der Homepage der Stadt Idstein oder im Seniorenbüro.

Veranstalter: Seniorenbüro der Stadt Idstein, Frau Heidi Göbel, Am Hexenturm 10, 65510 Idstein, Tel: 06126-78313
E-Mail: heidi.goebel@idstein.de

Betreuungsdienste im Untertaunus

Stadt Taunusstein Leitstelle Älterwerden

- **Betreuungsgruppen:** an einem Nachmittag und einem Vormittag in Taunusstein-Hahn im Seniorenzentrum in der Lessingstraße 26-28
- **Einzelbetreuung:** im Einzugsgebiet von Taunusstein
- **Demenz-Café "Vergissmeinnicht"** - ein Angehörigentreffen auch mit den Betroffenen möglich, einmal im Monat (aktuelle Termine erfragen)
- **Angebot einer Angehörigengruppe** (aktuelle Termine erfragen)

Kontaktadresse der Leitstelle: Aarstraße 150, 65232 Taunusstein-Hahn
Tel: 06128-241323 oder 06128-241322

Koordination der Angehörigengruppe, Betreuungsgruppe, der Einzelbetreuung und des Demenz-Cafés: Frau Spanehl
Tel: 06120-904905 oder Mobil: 0176-24431081

- **Pflegebegleitung in Taunusstein:** Pflegebegleiter pflegen nicht, sie bieten Hilfe zur Selbsthilfe an. Sie haben Zeit für die Pflegenden/Angehörigen zum Zuhören, regen zur Selbstsorge an oder beraten auf Wunsch über bestehende Entlastungsangebote im Nahraum.
- **Beratungstermine** für pflegende Angehörige immer mittwochs von 16:00 bis 18:00 Uhr mit telefonsicher Voranmeldung Tel. 06120-904905

- **Krankenpflegeförderverein Hünstetten e.V.**

Einzelbetreuung in der Region Hünstetten

Kontaktadresse: Hauptstraße 17, 65510 Hünstetten-Limbach

Tel: 06126-3003

E-Mail: kpfv-ines@web.de

Informationen zum Thema Demenz

- **Diakonisches Werk Rheingau-Taunus**
Betreuungsgruppe Horizonte für Menschen mit Demenz
Wo? Haus der älteren Mitbürger, Schulgasse 7 in Idstein
Wann? Donnerstag von 15:00 bis 18:00 Uhr
Frau Brigitte Schöniger, Tel: 06126/95195-11 oder 06126/2290940
E-Mail: brigitte.schoeniger@diakonie-rt.de
- **Mobile Freizeit der Gemeinnützigen Zuhause Mobil GmbH**
Gerichtsstr. 5, 65510 Idstein
Tel: 06126-584467 Fax: 06126-9585667
E-Mail: mobile-betreuung-rtk@ifb-stiftung.de
Angebot: Betreuung und Begleitung im privaten Bereich und in der Freizeitgestaltung, Einzelbetreuung

Pflegedienste mit einem zusätzlichen Angebot für Betreuungsleistungen

- **Diakoniestation Bad Schwalbach / Schlangenbad**
Martha-von-Opel-Weg 34, 65307 Bad Schwalbach
Tel: 06124-12644
E-Mail: info@diakonie-bss.de
Einzelbetreuung, Betreuungsangebot in der Gruppe jeden
Donnerstagnachmittag in Bad Schwalbach von 14:00 bis 18:00 Uhr
Im evangelischen Gemeindezentrum
Stundenweise Entlastung und Betreuung in der Häuslichkeit
Spaziergänge und Ausflüge
- **Amptist**
Lessingstr. 28, 65232 Taunusstein
Tel: 06128-246341
E-Mail: amptist@web.de
Einzelbetreuung, Pflegekurse in Gruppen und individuelle Schulungen
- **Diakoniestation Idstein**
Fürstin-Henriette-Dorothea-Weg 1, 65510 Idstein
Tel: 06126-941810
E-Mail: ev.diakoniestation.idstein@ekhn-net.de
Alltagsbegleitung/Einzelbetreuung,
Pflegekurse für Angehörige in Gruppen und individuell
Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Seniorentreffen der Diakoniestation Idstein

Gemeinsame Zeit für und mit Menschen auch mit Demenz:

Wo? Gemeindehaus der kath. Kirche St. Thomas, Waldems-Esch

Wann? jeden Montag 14:30 bis 17:30 und Dienstag von 14:30 bis 17:30 Uhr

Tel: 06126-941810

E-Mail: betreuung.ds.idstein@ekhn-net.de

Informationen zum Thema Demenz

- **Sozialstation Heidenrod**
Rathausstr. 9, 65321 Heidenrod-Laufenselden
Tel: 06120-79-0
E-Mail: info@heidenrod.de
Einzelbetreuung, Gruppenbetreuung: donnerstags Nachmittag ab 14:30 bis 17:30 Uhr in Heidenrod-Martenroth im Dorfgemeinschaftshaus
- **Home Instead Seniorenbetreuung**
Betreuungs- und Pflegedienst im Rheingau, Schlangenbad, Bad Schwalbach, Taunusstein und Niedernhausen
Tel. 0611-2059700
Einzelbetreuung in der Häuslichkeit, Begleitung außer Haus.

11. Tagespflegeangebot im Rheingau-Taunus-Kreis

Aufgabe der Tagespflege ist es, Pflegebedürftige zu fördern und pflegende Angehörige zu unterstützen und zu entlasten. Während die Betroffenen in der Einrichtung betreut und beschäftigt werden, können die Angehörigen eine Pause einlegen.

Das Angebot richtet sich an Menschen mit Demenz, die noch eine gewisse Mobilität haben und transportfähig sind.

Es ist nach Absprache möglich, einen Probetag zu vereinbaren. Geöffnet sind die Einrichtungen meistens an den Werktagen, dabei können auch nur einzelne Tage in der Woche in Anspruch genommen werden.

Wird das Angebot in Anspruch genommen, muss die zuständige Pflegekasse darüber informiert werden. Da viele Menschen mit Demenz die Tagespflege nutzen, sind die Einrichtungen in der Regel auf die besonderen Bedürfnisse dieser Menschen eingerichtet. Erkundigen Sie sich beim Anbieter Ihrer Wahl nach den entsprechenden Angeboten. Fragen Sie nach den Preisen, Öffnungszeiten und dem Radius des Fahrdienstes.

Neben dem vollen Anspruch auf Pflegesachleistung oder Pflegegeld besteht seit 2015 auch ein voller Anspruch auf Tagespflege in Höhe von 100% des Sachleistungsanspruchs des jeweiligen Pflegegrades. Man hat damit einen Gesamtleistungsanspruch von 200%. Lassen Sie sich hierüber im Detail beraten.

Verzeichnis der Pflegeeinrichtungen im Rheingau-Taunus-Kreis und Umgebung mit Tagespflegeangebot

Seniorenzentrum Taunusstein	Lessingstr. 26-28	65232	Taunusstein-Hahn	06128/248-0 Herr Frohn Frau Wust
Theodor-Fliedner-Stift	Stiftstr. 14	56368	Katzenelnbogen	06486/9180
Cura Sana Bad Camberg	Prießnitzstraße 2	65520	Bad Camberg	06434-9092233
EVIM Alzheimer Tageszentrum Wiesbaden	Rheingauerstraße 114	65230	Wiesbaden-Biebrich	0611-6098894
Pflegezeit Wiesbaden	Helmholtzstraße 52	65199	Wiesbaden	0611-33496939
ASB Tagespflege Wiesbaden	Dresdener Ring 2	65191	Wiesbaden-Bierstadt	0611/46901220
Seniorenpark carpe diem Niederselters Einzugsgebiet: Waldems	Am Winterholz 19	65618	Selters-Niederselters	06483-919-0

12. Wohnberatung - Technische Hilfen - Assistenzsysteme (AAL)

Menschen mit einer demenziellen Erkrankung sind durch die Vielzahl der mit der Krankheit verbundenen möglichen Einschränkungen sehr stark auf angepasste Wohnverhältnisse angewiesen.

Große Bedeutung bekommt in dem Zusammenhang das Thema Sicherheit. Häufig stellt sich die Frage der Selbst- und Fremdgefährdung. Insbesondere Dritte befürchten aufgrund des Krankheitsbildes Überschwemmungen oder Wohnungsbrände durch nicht abgedrehte Wasserhähne und nicht abgeschaltete Elektrogeräte.

Für Entlastung und Sicherheit der Betroffenen und deren Angehörige können sowohl ganz einfache, niedrigschwellige Veränderungen oder Hilfsmittel, als auch die Verwendung von technischen Hilfen sorgen. Es lohnt sich in jedem Fall, sich über Hilfsmittel, mögliche Veränderungen und neue Technologien zu informieren und beraten zu lassen, denn die darauf aufbauenden bedarfsgerechten Dienstleistungen können erheblich dazu beitragen, ein selbstbestimmtes Leben zu fördern.

Die nachfolgende Auflistung enthält einige Beispiele, ist aber nicht abschließend und sollte immer für den individuellen Fall geprüft werden:

Technische und niedrigschwellige Hilfen:

- Bewegungsmelder, Nachtlichter
- Füllstandmelder für Badewannen, Aqua-Stopp-Systeme, Nässe Sensoren,
- Zur Verhinderung einer Überschwemmung können die Absperrventile so eingestellt werden, dass der Überlaufschutz im Waschbecken und in der Badewanne das Wasser abfließen lässt
- Hausnotrufsysteme
- Sturzmelder
- Zeitschaltuhren für Elektrogeräte
- Automatische Tablettentimer
- Personenortungs- oder Raumüberwachungssysteme
- Sensormatten
- Einsatz von kabellosen Wasserkochern, Mikrowellen, Bügeleisen mit Abschaltautomatik, Herd mit Abschaltautomatik oder Hitzewache
- Lichtstärke sollte 500 LUX betragen, damit das Licht weder blendet noch Schatten wirft
- Einbau von Sicherheitsschlössern, die auch von außen geöffnet werden können
- Orientierungshilfen

Weiterführende und ausführlichere Informationen erhalten Sie bei folgenden Stellen:

- Kombinierte Wohn- und Pflegeberatung durch den Pflegestützpunkt:
Herr Aurand Tel: 06124-510-527
- <http://nullbarriere.de/wohnberatung-demenz.htm>
- Wegweiser Pflege und Technik des Forschungszentrum Informatik Karlsruhe
<http://wegweiserpflegeundtechnik.de>

13.Selbstpflege – für sich selbst sorgen

Wir möchten Sie zum Schluss bestärken, als pflegende und sorgende Angehörige, auch immer für sich selbst zu sorgen, denn nur wer sich selbst pflegt, kann auch für andere da sein.

Einen Angehörigen zu Hause zu pflegen und für ihn da zu sein, ist in jedem Fall eine große Herausforderung und ein Spagat zwischen dem Wunsch, helfen zu wollen und der Sorge um den eigenen Lebensalltag. Auch die Sorge und die Betreuung von einem Angehörigen, der in einem Pflegeheim lebt ist nicht einfach und fordert neue Wege und Möglichkeiten des Miteinander und Abschied nehmen.

Das Krankheitsbild der Demenz stellt Sie vor zusätzliche Aufgaben und erfordert ein großes Maß an Kraft, Geduld und Energie. Häufig ist die seelische Anspannung und Inanspruchnahme dabei die größere Belastung als die Pflegemaßnahmen selbst.

- Nutzen Sie die Entlastungs- und Unterstützungsmöglichkeiten, reduzieren Sie Stress und Überforderung
- Sorgen Sie für Zeiten der Entspannung und der Auszeit
- Finden Sie heraus, was Ihnen guttut
- Achten Sie auf sich selbst und auf Warnsignale ihres Körpers und erkennen Sie Ihre eigenen Grenzen
- Lernen Sie loszulassen und Hilfe anzunehmen
- Suchen Sie nach Möglichkeiten, die Ihnen helfen könnten
- Nehmen Sie die Beratungsangebote in Ihrer Region an und lassen Sie sich Ihre Möglichkeiten in einem persönlichen Gespräch aufzeigen.
- Suchen Sie den Austausch mit anderen Betroffenen und nutzen Sie die Unterstützungspotenziale in den Angehörigengruppen

*Eine Begegnung kann in einem einzigen Augenblick
geschehen*

Informationen zum Thema Demenz

Impressum

Herausgeber:

Rheingau-Taunus-Kreis, Fachdienst Soziales, Pflegestützpunkt,
Heimbacher Str. 7, 65307 Bad Schwalbach
Tel: 06124-510-398, E-Mail: elke.joerg-pieper@rheingau-taunus.de
pflgestuetzpunkt@rheingau-taunus.de

Redaktion: Petra Nägler-Daniel, Elke Jörg-Pieper

Druck: Stand November 2017

Inhalte und Adressen sind nach bestem Wissen recherchiert. Es kann jedoch keine Garantie auf Vollständigkeit übernommen werden. Aus diesem Grund können an die Verfasser keine rechtlichen Ansprüche gestellt werden. Rückmeldungen über Änderungen oder weitere Angebote nehmen der Pflegestützpunkt und die Altenhilfeplanung gerne an.