



Handreichung für den Umgang mit

Hin- und Weglauftendenzen bei

Demenz



**Liebe Leserin,
lieber Leser,**

diese Handreichung möchte Sie darin unterstützen, mit einem risikoreichen Verhaltensphänomen von Menschen mit Demenz umzugehen: sogenannten Hinlauftendenzen. Sie ist für die private Nutzung im häuslichen Umfeld gedacht. Professionelle Gesundheitsdienstleister haben weitere und andere Methoden mit der Problematik umzugehen und werden entsprechend Risiken ermitteln und minimieren.

Eine individuelle, auf Ihre Situation zugeschnittene Beratung, will und kann eine Broschüre nicht ersetzen. Es ist ratsam, sich bei Bedarf mit erfahrenen Fachleuten in Verbindung zu setzen. Mit dem Thema Hinlauftendenzen sind in der Regel weitere Themen wie die generelle Wohnraumsicherheit, die Tagesstrukturierung, Sturzprophylaxe und weitere verbunden. Zögern Sie nicht, entsprechende Angebote in Anspruch zu nehmen. Der einzig gute Vermisstenfall ist jener, der gar nicht erst eintritt.

Ihr

Jochen Gust

Ansprechpartner finden

Rat und weitere Kontakte in Ihrer Region erhalten Sie u.a. über:

Die Adressdatenbank der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.:
www.deutsche-alzheimer.de

Die Adressdatenbank des Wegweiser Demenz des BMFSFJ:
www.wegweiser-demenz.de

Adressdatenbank der Stiftung ZQP (Zentrum für Qualität in der Pflege):
www.zqp.de

Viele Städte und Landkreise bieten auf ihren Webseiten Senioren- od. auch spezielle Demenz-Wegweiser an oder haben Beauftragte, die Ihnen Ansprechpartner vermitteln können.

Demenzen

Der Begriff Demenz (lat. Dementia) ist ein Oberbegriff für einen Zustand anhaltender oder fortschreitende Beeinträchtigungen (der höheren) Hirnleistungen. Ursächlich hierfür können verschiedene Erkrankungen sein. Der Hauptvertreter der chronisch-fortschreitenden Demenzen ist die nach ihrem Entdecker benannte Alzheimerkrankheit. Häufig werden die verschiedenen Ursachen auch als neurokognitive Störungen bezeichnet.

Umgangssprachlich wird vor allem auf das immer schlechter werdende Gedächtnis abgestellt. Jedoch bringen Demenzen eine ganze Reihe von Beeinträchtigungen mit sich, die sich auch weiter auf das Verhalten eines Menschen auswirken.

Typisch für eine Demenz ist ein Symptomkomplex, weswegen zusammenfassend auch von einem „Syndrom“ gesprochen wird.

Dazu gehören Störungen im Bereich

- des Denkens
- der Orientierung
- der Lernfähigkeit
- der Sprache
- der Wahrnehmung
- des Urteilsvermögens
- und weitere

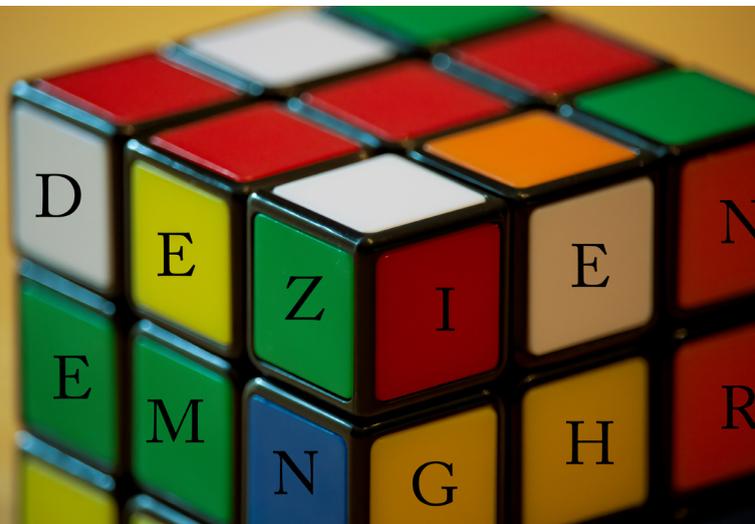
Die Probleme müssen über einen längeren Zeitraum bestehen (mind. 6 Monate).

Sowohl für die Betroffenen, als auch für die sorgende Umgebung steht im Alltag nicht nur die Gedächtnisstörung als solche im Vordergrund. Auch die sogenannte Merkfähigkeitsstörung trägt erheblich zur Belastung im Alltag bei. Ist die Merkfähigkeit gestört, können Informationen und Sachverhalte nicht mehr oder nur zum Teil ins Gedächtnis übertragen werden.

Etwa 1,6 Mio. Menschen sind in Deutschland direkt betroffen. Demenzerkrankungen sind altersassoziiert - zumeist erkranken Menschen im höheren Lebensalter (65+). Demenzen sind weit mehr als „Gedächtnisstörungen“ und wirken im Verlauf in alle Lebensbereiche hinein. Und meist nicht nur in das Leben der Betroffenen selbst, sondern auch in das der Familie. Einen Großteil der Herausforderung meistern pflegende Angehörige.

Steht der Verdacht auf eine Demenz im Raum, ist eine (leitliniengerechte) Diagnostik wichtig. Erste Ansprechpartner sind daher Haus- und Fachärzte sowie sog. Gedächtnisambulanzen. Auch wenn eine Heilung meist nicht möglich ist, kann eine angemessene Therapie entscheidend zum Erhalt der Lebensqualität beitragen, Leistungsansprüche auslösen und den Betroffenen und ihren Familien die Chance geben, sich mit der Zukunft zu befassen und diese zu planen.

Im Verlauf einer Demenz schwindet die Krankheitseinsicht und Betroffene werden immer stärker der Fähigkeit beraubt, sich an tatsächliche Gegebenheiten anzupassen. Dies stellt die Betroffenen und ihre sorgende Umgebung vor eine zusätzliche, besonders schwierige Herausforderung.



Phänomen Hinlaftendenz

Eine einheitliche Definition von „Hinlaftendenzen“ gibt es nicht. Häufig wird nach wie vor auch von „Weglaftendenzen“ gesprochen. Der Begriff hat eine Wandlung deshalb erfahren, weil eine **Hinlaftendenz** als Wort den besseren Anhalt liefert, wie mit diesem Verhalten umzugehen ist. Menschen

haben Gründe für das was sie tun. Laufen sie weg, haben sie ein „Hin“ - ein Ziel, einen Grund das zu tun. Erkennen wir die Gründe als gegeben und aus der subjektiven Sicht der Betroffenen als sinnvoll an, eröffnen sich Handlungsspielräume die über Fixierungen oder Einsperren hinausgehen.

In der Literatur werden Begriffe in diesem Zusammenhang häufig sehr unscharf eingesetzt und auch mit anderen Phänomenen vermischt. Global wird dann z.B. vom „wandering“-Phänomen gesprochen, was verschiedene Bewegungsmuster zusammenfasst. Jemand der den ganzen Tag in seiner Wohnung umherläuft und Dinge von A nach B räumt, fällt dann ebenso darunter wie eine Person die nach draussen geht, sich verirrt und von der Polizei gesucht werden muss.



Festzuhalten ist, dass es „Warnzeichen“ gibt, bei denen Sie hellhörig werden sollten. Eine Hinlaftendenz verwirklicht sich manchmal aus heiterem Himmel. Nicht so selten ist aber auch, dass Betroffene sie „ankündigen“. **Wiederholungsgefahr besteht immer.**

Mögliche Warnzeichen

Betroffene

- wirken nervös, gehen umher und scheinen etwas zu suchen.
- machen Aussagen, dass sie unter zeitlichem Druck stehen („Ich komme zu spät...“) oder Fragen im Zusammenhang immer wieder nach der aktuellen Uhrzeit.
- teilen mit, dass sie einen bestimmten Ort oder Personen aufsuchen möchten oder müssen („Ich muss nach Hause...“; „Ich möchte zu meiner Mutter...“; „Ich muss zur Arbeit...“; etc.)
- erkundigen sich, wann sie gehen dürfen oder wie man herauskommt bzw. wo der Ausgang oder das Treppenhaus ist.
- vermissen etwas wie z.B. Papiere oder Bargeld („Ich muss zur Bank...“).

Nehmen Sie Äußerungen der Betroffenen ernst.

Prävention & Vorbereitung

Vielfach wird das Verhalten von Menschen mit Demenz schlicht der Diagnose zugeschrieben. „Der Betroffene läuft weg, weil er Alzheimer hat.“. Sachlich richtig, hilft eine solche Feststellung im Alltag meist nicht weiter wenn es darum geht, in angemessener Weise Verhalten zu beeinflussen bzw. Risiken zu minimieren. Hinlauftendenzen können aus ganz unterschiedlichen Faktoren entstehen, die sich gegenseitig in unterschiedlicher Gewichtung beeinflussen. Eine Rolle spielen das pathologische Geschehen als solches, Persönlichkeitsmerkmale, Gewohnheiten und Bedürfnisse sowie der Umgang mit Stress und Beeinträchtigungen. Auch die Wirkung



einer nicht angepassten Umwelt und unangemessene Handlungen und Reaktionen im Rahmen der Versorgung spielen eine Rolle.

Was lässt bleiben?

- trainieren Sie einen angemessenen, wertschätzenden Umgang mit Menschen mit Demenz. Üben Sie Kontakt- und Verhaltensregeln ein, die Kommunikation ermöglichen, erleichtern und den Betroffenen die Anerkennung ihrer Gefühle und Bedürfnisse vermitteln.
- ermöglichen Sie Bewegung und körperliche Anstrengung. Bewegung ist gesund, hat positive Effekte auch auf das Gehirn. Zudem wird beim Gehen die Motorik, Gang- und Trittsicherheit trainiert. Im Fall des Hinlaufens kann es lebensrettend sein, unterwegs nicht zu stürzen.
- behalten Sie Rituale und Gewohnheiten bei.
- nehmen Sie Betroffenen nicht alle Dinge ab, die ein erwachsener Mensch normalerweise mit sich führt oder griffbereit hat. Dazu gehören, Schlüssel, Bargeld, Papiere. Falls dies doch notwendig werden sollte, schaffen Sie Ersatz falls möglich und erlaubt.
- vermeiden Sie (häufige) Ortswechsel und falsche Versprechungen (z.B. „Ich komme gleich wieder.“ od. „Du bist hier nur zur Kur.“, wenn die Betroffene ins Pflegeheim gezogen ist).
- entwickeln Sie eine Kultur des „Zulassen-könnens“. Lassen Sie zu, dass Betroffene Aufgaben erledigen und fordern Sie die Erledigung im Rahmen vorhandener Fähigkeiten durchaus auch ein. Nicht selten wird Menschen mit Demenz „alles“ abgenommen und Tätigkeiten unterbunden. Sich nützlich zu fühlen und tätig sein zu wollen ist zutiefst menschlich. Vermeiden Sie, dass der Betroffene sich irgendwo Aufgaben suchen muss.

Beachten Sie, dass sich Fähigkeiten und Bedürfnisse im Krankheitsverlauf verändern.

Checkliste



- Minimieren Sie das Risiko, dass Betroffene die Wohnung unbemerkt verlassen können. Bringen Sie eine Glocke oder ein Windspiel über Ausgangstüren an, so dass Sie ein Signal erhalten wenn diese geöffnet werden. Zu überschaubaren Kosten sind auch sogenannte Klingelmatten (Alarmtrittmatten) erhältlich.
- Informieren Sie sich über Möglichkeiten zur Personenortung. Beachten Sie dabei unbedingt die rechtlichen Grenzen und informieren Sie sich über anfallende Kosten. Bei vielen Systemen fallen monatliche Kosten an. Achten Sie darauf, dass eingesetzte Technik zum Betroffenen und zum Krankheitsstadium passen muss. Beispielsweise gibt es vernetzte Gehstöcke, Armbänder oder auch Einlagen für die Schuhe.
- Statten Sie die Kleidung des Betroffenen mit Adresse und Telefonnummer aus. Ein Zettel oder eine Visitenkarte in der Jackentasche kann bereits hilfreich sein. Prüfen Sie regelmäßig, ob diese nicht entfernt oder verloren wurden. Festes und passendes Schuhwerk tragen zum sicheren Gehen bei.
- Informieren Sie Ihre Umgebung und Ihr Unterstützungsnetzwerk zum Thema Hinlauftendenz bei Demenz und bitten Sie um entsprechende Wachsamkeit und den Mut, eine verwirrt oder hilflos wirkende ältere Person anzusprechen und ggfs. Hilfe zu holen. Weisen Sie darauf hin, dass Betroffene in diesem Fall häufig auch deshalb auffallen, weil sie nicht passend gekleidet sind.
- Führt der Betroffene normalerweise ein Mobiltelefon mit sich, prüfen Sie ob die Funktion es zu orten aktiviert ist oder installieren Sie eine entsprechende App.
- Nehmen Sie Türen optisch aus dem Blickfeld falls machbar bzw. reduzieren Sie das Interesse daran beispielsw. mittels weniger guter Ausleuchtung als den Laufweg zum Wohnzimmer. Auch ein einfaches Schild mit „Kein Zutritt“ o.ä. an der Tür kann im Einzelfall als Behelf erstmal ausreichen. Beachten Sie jedoch, dass das bloße Blockieren od. Verstecken eines Auswegs nicht zur Beruhigung beiträgt und das vorhandene Bedürfniss oder Ziel nicht erfüllt und ggfs. neue Gefahren dadurch entstehen.
- Halten Sie eine Liste mit Telefonnummern für den Fall bereit, dass Sie Hilfe und Unterstützung beim Suchen oder beim Zurückbringen des Betroffenen zur eigenen Wohnung benötigen.

Impressum

Jochen Gust

Am Heidberg 11

59519 Möhnese

www.jochengust.de

-Alle Rechte vorbehalten-

Bildnachweise: Fotos on unsplash by

Adam Birkett

Fabrizio Verrecchia

Andy Makely

Cade Renfroe

Jamie Street

Steckbrief & wichtige Angaben

Notieren Sie sich hier Angaben die Ihnen und Dritten - z.B. der Polizei, beim Suchen und Zurückbringen des Menschen

mit Demenz helfen können. Lassen Sie Felder offen die einen veränderbaren, aktuellen Bezug haben.

Name: _____ ggfs. Rufname od. Spitzname: _____

Adresse: _____ Ihre Telefonnummer: _____

Geschlecht: _____ Haarlänge und Farbe: _____

Statur: _____ (hager / schlank, korpulent, stark übergewichtig etc.)

Größe (in cm): _____ Gangbild: _____ (normal, gebeugt, hinkt o.ä.)

Besondere Merkmale / Auffälligkeiten: _____

Bezugsorte / typ. Ziele: _____

(früherer Wohnort, Stammlokal, Arbeitsstelle, Wohnort v. Verwandten, übliche Spazierroute etc.)

Aktuelle (vermutete) Bekleidung (Farbe): _____

Aktuelles Foto vorhanden? ja nein

Ist dringend auf Medikamente angewiesen: nein ja auf: _____

Zuletzt gesehen am / um (Uhrzeit): _____

Ist das Thema Hinlauftendenz akut, ist es ratsam täglich zwei Fotos vom Betroffenen zu machen. Eines auf der sein Gesicht zu sehen ist sowie ein weiteres, welches ihn in der tagesaktuellen Kleidung zeigt. Kam ein Hinlaufen in der Vergangenheit

vor, vergessen Sie nicht Institutionen darüber zu informieren wenn Sie deren Leistungen in Anspruch nehmen: Pflege- und Betreuungsdienste, Tagespflegeeinrichtungen, Pflegeheime (auch b. Kurzzeitpflege) oder das Krankenhaus, welches den Betroffenen behandelt.



Vorgehen im Vermisstenfall

Es ist ein Schock, wenn die Person mit Demenz plötzlich vermisst wird.
Versuchen Sie dennoch, Ruhe zu bewahren und geordnet vorzugehen.

1. Suchen Sie den unmittelbaren Wohnbereich ab. Schauen Sie auch in die Räume, die der Betroffene sonst vielleicht nicht (allein) betritt. Beziehen Sie den Garten mit in die Suche ein und bitten Sie ggfs. Nachbarn um Unterstützung, falls dies keinen größeren Zeitverlust bedeutet.
2. Bleibt die Suche erfolglos, informieren Sie die Polizei. Halten Sie den Steckbrief bereit, um präzise Angaben zur vermissten Person machen zu können.
3. Sprechen Sie das weitere Vorgehen mit der Polizei ab, insbesondere auch das Einbeziehen weiterer Hilfe z.B. durch einen örtlichen Suchhundeverein.
4. Holen Sie sich Unterstützung durch einen Ihnen nahestehenden Menschen.

Gefunden?

- ▶ Verzichten Sie auf Vorwürfe ggü. dem Menschen mit Demenz.
 - ▶ Prüfen Sie ob er weitere medizinische Hilfe benötigt.
- ▶ Benachrichtigen Sie involvierte Dritte (z.B. Polizei), falls der Vermisste von Ihnen gefunden wurde oder selbst heimgekehrt ist.
 - ▶ Prüfen Sie, ob etwas getan werden muss und kann um eine Wiederholung zu vermeiden und lassen Sie sich beraten.