

„Demenz ist für viele ein Tabuthema. Um so wichtiger ist es, dass wir uns als Familie, Nachbarn, Freunde oder Gemeinde damit auseinandersetzen. Wir dürfen Betroffene und Angehörige nicht alleine lassen.“

Dirk Ahrens  
Landespastor, Vorstandsvorsitzender der Diakonie-Stiftung

Die Diakonie-Stiftung MitMenschlichkeit setzt sich unter anderem dafür ein, die Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zu verbessern und regt gleichzeitig die Diskussion in Politik und Gesellschaft an.

Zum Beispiel wird dieser Demenz-Knigge durch Förderung der Stiftung ermöglicht. Sie fördert außerdem das Demenz-Sorgentelefon und die Hamburger Demenzgespräche.

**Mit einer Spende oder einer Zustiftung können Sie diese wichtige Arbeit unterstützen:**

Diakonie-Stiftung MitMenschlichkeit  
Hamburger Sparkasse  
IBAN: DE76 200 505 50 1230 1432 55  
Stichwort: Spende Demenzkompetenz  
oder online unter [www.diakonie-hamburg.de/spenden](http://www.diakonie-hamburg.de/spenden)

[www.mitmenschlichkeit.de](http://www.mitmenschlichkeit.de)

## Mit Demenz leben Unser Service für Sie

### Demenzkompetenz Diakonie

**Experten der Diakonie beraten Sie und vermitteln Ihnen passende, wohnortnahe Hilfe.**

T 040 30620-349

Sprechzeit: Montag bis Freitag von 9-12 Uhr

E-Mail: [demenzkompetenz@diakonie-hamburg.de](mailto:demenzkompetenz@diakonie-hamburg.de)

### Demenz-Sorgentelefon

**Kostenlose Beratung, wenn Angehörige und Nahestehende an ihre Grenzen kommen.**

T 040 30620-349

Sprechzeit: Montag bis Freitag von 9-12 Uhr

### Online-Beratung/Rückruf-Service

**Schreiben Sie uns per Mail oder vereinbaren Ihre individuelle Rückrufzeit.**

[www.pflege-und-diakonie.de](http://www.pflege-und-diakonie.de)

### Kontakt

Fachbereich Pflege und Senioren

T 040 30620-295

[info@pflege-und-diakonie.de](mailto:info@pflege-und-diakonie.de)

[www.pflege-und-diakonie.de](http://www.pflege-und-diakonie.de)

### Herausgeber

Diakonisches Werk Hamburg

Landesverband der Inneren Mission e. V.

Königstraße 54

22767 Hamburg

[www.diakonie-hamburg.de](http://www.diakonie-hamburg.de)



Diakonie ist die soziale Arbeit der evangelischen Kirchen.

# DEMENZ-KNIGGE

Zum sensiblen und achtsamen  
Umgang mit Demenz

## Herausforderung Demenz

### Sich begegnen

Der Umgang mit demenziell erkrankten Menschen ist für alle Beteiligten eine Herausforderung. Gerade darum ist es besonders wichtig, einige Grundsätze und Regeln für das Miteinander zu kennen. Damit die Belastungen und der Stress und nicht noch größer werden.

Wir sollten uns immer wieder verdeutlichen: Menschen mit Demenz sind erwachsene Menschen mit ihrer eigenen Biografie, die einen respektvollen Umgang verdienen. Sie können sich nicht ‚zusammenreißen‘, was man ja auch z. B. mit einem gebrochenen Bein nicht könnte.

- Ich nähere mich von vorne und nehme Blickkontakt auf. Dann erst spreche ich den Menschen freundlich an – wenn möglich mit Namen.
- Ich habe Geduld, strahle Ruhe aus und bleibe im Blickfeld.
- Ich mache nicht zwei Dinge gleichzeitig, z. B. Fenster öffnen und Fragen stellen.
- Ich achte auf taktvolle Berührung und erspüre ob eine Berührung, z. B. ein Händedruck, erwünscht ist.
- Gut ausgeleuchtete Räume ohne Schatten und eine geräumige Einrichtung geben Menschen mit Demenz Sicherheit.



## Herausforderung Demenz

### Sich verständigen

Menschen mit Demenz haben Schwierigkeiten, die richtigen Worte zu finden.

In Unterhaltungen ist es daher wichtig, sich einfühlsam und geduldig darauf einzulassen. Gespräche in großen Runden sollten vermieden werden.

Was müssen Sie noch beachten, damit Verständigung besser gelingen kann?

- Ich lasse dem Menschen Zeit und springe nicht gleich ein, wenn ein Wort fehlt.
- Ich stelle keine ‚Quizfragen‘. Statt „Guck mal, wer hier ist! Erkennst Du ihn?“ sage ich: „Schau mal, David ist hier, Dein Enkel!“
- Ich spreche nicht mit anderen über seinen/ihren Kopf hinweg.
- Ich ‚erkläre nicht die Wirklichkeit‘ und korrigiere das Gesagte nicht. Stattdessen greife ich zustimmend angesprochene Themen auf. Wenn eine 80-Jährige mitten im Winter „Ach, draußen blühen die Rosen so schön“ sagt, antworte ich zum Beispiel: „Ja, Mutti, Rosen magst du gerne, nicht? Die duften so gut.“ Fruchtlöse Konflikte lassen sich oft durch diese sogenannte ‚validierende Gesprächsführung‘ vermeiden.
- Ich nehme verletzend Äußerungen nicht wörtlich oder persönlich.

## Herausforderung Demenz

### Sich unterstützen

Die Krankheit Demenz ist nicht das Ende sondern ein Teil des Lebens. Demenz heißt nicht, auf alles verzichten zu müssen.

Menschen mit Demenz haben weiter ihre Hobbies und Interessen – gerade im Anfangsstadium. Manchmal entdecken sie sogar während der Krankheit neue Fähigkeiten.

Bleiben Sie in Kontakt, verabreden Sie sich, unternehmen Sie etwas miteinander. Knüpfen Sie ggf. an das an, was Sie auch vorher gemeinsam unternommen haben.

- Ich unterstütze durch feste Verabredungen die Tages-/Wochenstruktur. Wenn möglich entlaste ich durch meine verlässliche Anwesenheit – z. B. Besuch am Donnerstag um 15 Uhr – die Angehörigen.
- Ich halte durch Gespräche, Fotos und Ausflüge alte Interessen wach. Ich begleite z. B. an die Elbe, an die Alster, in die Oper, ins Museum, ...
- Ich lese vor – z. B. aus der Zeitung, aus Lieblingsbüchern oder der Bibel. Wir hören Musik, singen, musizieren oder basteln, wenn Gespräche schwerer werden.

