



EIN LEITFADEN

WIE ANGEHÖRIGE VON MENSCHEN MIT DEMENZ FÜR DIE ZUKUNFT VORSORGEN KÖNNEN. EIN LEITFADEN GIBT SICHERHEIT.

Ein Ziel der MAS Alzheimerhilfe ist es unter anderem, Angehörige von Menschen mit Demenz auf die neue Lebenssituation bestmöglich vorzubereiten. Dies geschieht sowohl durch Programme, Information und Unterstützungsmöglichkeiten, um persönliche Ressourcen für die Betreuung und häusliche Pflege zu stärken (etwa Trainings, Therapie- und Förderaufenthalte, ...), als auch durch zukunftsorientierte, vorausplanende Maßnahmen. So können nach und nach die individuell benötigten Veränderungen in die Wege geleitet werden. Nicht jede/r Betroffene/r braucht dasselbe.

ÜBERLEGUNGEN UND MASSNAHMEN FÜR EIN SICHERES UND KOMFORTABLES LEBENSUMFELD (alphabetisch gereiht)

Manche Maßnahmen können erst in einem späteren Stadium erforderlich werden.

BADEZIMMER

- Lässt sich die Badezimmertür nach außen öffnen?
- Bietet das Badezimmer genügend Bewegungsfreiheit (Haltegriffe, kann eventuell ein Badehocker in der Dusche unterstützen)?
- Sind Bade- und Duschwanne mit rutschfesten Matten ausgestattet?
- Lassen sich an einer Kordel hängende Seifenstücke verwenden?
- Ist ein Umstellen von Nass- auf Trockenrasur möglich?

BETT

(für den Fall einer vorübergehenden oder dauernden Bettlägerigkeit)

- Ist das Bett ausreichend erhöht?
- Blick zum Fenster?
- Zugang von beiden Seiten?

ELEKTRONIK

Elektrische Geräte (Küchenherd, Backofen) können mit zusätzlichen versteckten Aus-Schaltern oder Kindersicherungen gesichert werden.

BRILLE

Glasbruch kann bei Stürzen eine Gefahrenquelle sein. Sportbrillen sind robuster.

GEFAHRENQUELLEN AUSSCHLIESSEN

- Sind Glastüren und Glasflächen bruchsicher und mit auffälligen Markierungen versehen? Lässt sich gegebenenfalls eine Splitterschutzfolie anbringen (falls Sturzgefahr besteht)?
- Vorsicht vor freien Kabeln oder Teppichrändern (Stolpergefahr)!
- Sind Medikamente, Haushaltschemikalien, Giftpflanzen, Knöpfe, Säuren etc. sicher aufbewahrt?
- Achten Sie auf gefährliche Gegenstände (Messer, Scheren, Nadeln, ...).
- Heißwassergeräte möglichst auf eine niedrige Temperatur einstellen.

BEI RAUCHERINNEN SIND ZUSÄTZLICHE DINGE ZU BEACHTEN:

- Wie groß ist die Brandgefahr?
- Sind ausreichend Aschenbecher vorhanden?
- Kann der Zigarettenkonsum langsam minimiert werden?

HILFE

- Hat der Telefonapparat große Tasten?
- Ist das Telefon mit einem Notruf ausgestattet?
- Ist ein Kontakt notfalls durch eine Klingel oder Sprechanlage möglich?
- Haben Sie einen Notfallplan (Checkliste, wenn ein orientierungsloser Mensch mit Demenz abgängig ist: Personenbeschreibung, Foto)?

KLEIDUNG

- Vorsicht vor zu langen Kleidern oder Hosen, die zu einer Stolperfalle werden können! Erleichtern Klettverschlüsse das An- und Auskleiden?
- Es ist hilfreich, wenn die Adresse in die Kleidung eingenäht ist (für den Fall einer Abgängigkeit).

LICHT

- Ist die Wohnung gut und gleichmäßig beleuchtet?
- Bewegungsmelder können eine gute Hilfe zur Orientierung sein.

PFLANZEN

- Sind Zierpflanzen ungiftig?
- Wirkt ihr Duft anregend?
- Sind sie angenehm zu berühren?

SONSTIGE HILFSMITTEL

- Sind gewisse Türen (WC usw.) und Gegenstände beschriftet?
- Sind Hilfsmittel wie Schuhanzieher, Besteck mit großen Handgriffen, rutschfeste Tellerunterlagen, abwaschbare Tischtüchern, unzerbrechliches Geschirr und Ähnliches vorhanden?

TREPPE

- Verfügen die Treppen über einen zweiten Handlauf?
- Bieten Treppenstufen genügend farblichen Kontrast, um sie leichter unterscheiden zu können?
- Ist der Zugang zu Treppen gesichert?



Rat und Hilfe in allen Fragen zu Demenz/Alzheimer erhalten Sie bei der MAS Alzheimerhilfe.



MAS Alzheimerhilfe

Zentrale

Lindastraße 28
4820 Bad Ischl
+43(0)6132/21410-0
Mail: alzheimerhilfe@mas.or.at

DSS Bad Ischl +43/664/88 92 86 19
DSS Braunau +43/664/458 00 71
DSS Gmunden +43/664/858 94 85
DSS Linz Nord/Urfahr +43/664/213 99 77
DSS Kirchdorf +43/664/854 66 94
DSS Ried/I +43/664/854 66 92
DSS Rohrbach +43/664/854 66 99



LAND
OBERÖSTERREICH



Österreichische
Gesundheitskasse