



## DEMENZ: DEM UMFELD DIE BERÜHRUNGSANGST NEHMEN

„Keiner weiß, wie er mit der Krankheit meines Mannes umgehen soll!“

„Der Stuhl neben meiner Frau bleibt immer leer.“

„Selbst unsere Nachbarn und Freunde weichen uns aus.“

„Besuch bekommen wir schon lange nicht mehr.“

So oder so ähnlich berichten uns Angehörigen und Betroffene immer wieder Beispiele aus ihrem Alltag. Meistens liegt es an der vorherrschenden Unsicherheit von Nachbarn, Bekannten und Freunden, dass sie sich zurückziehen. Sie wissen nicht, wie sie mit der erkrankten Person umgehen sollen und meiden daher den Kontakt. Es liegt also oft an der betroffenen Familie, dem Umfeld diese Unsicherheit zu nehmen und die Hand zu reichen.

### 1. INFORMATION GEBEN

- Persönlich in einem Gespräch
- Brief
- Infobroschüre übergeben
- Gutes Buch zum Thema borgen
- Info über Vorträge oder Filme weiter geben
- Info über Internetseiten weiter geben

### 2. EIGENES BEFINDEN/EIGENE BEOBACHTUNGEN SCHILDERN

- Wir sehen uns in letzter Zeit so selten, ich würde mich über mehr Kontakt freuen.
- Ich weiß, dass es nicht so einfach ist, wenn mein Mann/meine Frau sich so anders verhält. Darf ich dir mal näher erzählen, wieso das so ist?

»Ich spüre, dass die Leute nicht mehr auf mich zugehen. Ich würde mich aber freuen, wenn jemand kommt.«

Rosemarie Grünberger, Betroffene

### 3. SAGEN, WIE MAN SELBST MIT DER SITUATION UMGEHET

- Mir hat am Anfang sehr geholfen, dass ich dieses oder jenes Buch gelesen habe, bei dem Vortrag war, mich mit anderen ausgetauscht habe...
- Wenn er/sie sich so verhält, dann gehe ich so damit um...
- Ich versuche immer, es nicht persönlich zu nehmen, wenn er/sie sich eigenartig verhält. Ich weiß, dass die Erkrankung das mit ihm/ihr gemacht hat und er/sie es nicht absichtlich macht.

### 4. EIGENE WÜNSCHE FORMULIEREN

- Konkrete Hilfsbeispiele geben, wie: „Wenn ihr wieder wie früher Karten spielen würdet, wäre das für meinen Mann/meine Frau eine tolle Ablenkung und für mich eine Entlastung.“
- Über einen gemeinsamen Spaziergang würde ich mich sehr freuen, einfach mal wieder plaudern...

### KONTAKT

MAS Alzheimerhilfe  
Zentrale und Demenzservicestelle  
4820 Bad Ischl, Lindaustraße 28  
Tel.: 06132/21410  
Mail: [alzheimerhilfe@mas.or.at](mailto:alzheimerhilfe@mas.or.at)

DSS Gmunden/Regau 0664/858 9485  
DBS Micheldorf 0664/854 6694  
DSS Ottensheim 0664/854 6699

DSS Ried/I. 0664/854 6692  
DSS Pregarten 0664/854 6695  
[www.alzheimerhilfe.at](http://www.alzheimerhilfe.at)

