

# DAS HERZ BRAUCHT HÄNDE

## GERIATRIE AM ST. NIKOLAUS-HOSPITAL



Sehr geehrte Patienten, liebe Familienangehörige,

Wir begrüßen Sie recht herzlich im St. Nikolaus Hospital.

Damit Sie sich in der für Sie ungewohnten Umgebung besser zurecht finden, haben wir auf den folgenden Seiten wichtige Informationen für Sie zusammengestellt.

Wir versuchen, Ihnen den Aufenthalt bei uns so angenehm wie möglich zu machen. Helfen Sie uns dabei, haben Sie Vertrauen in unsere Mitarbeiter und zögern Sie nicht, Fragen, Wünsche, Anregungen oder Beschwerden auszusprechen. Denn nur dann können wir diese zu Ihrer Zufriedenheit umsetzen.

Für Ihren Aufenthalt bei uns wünschen wir Ihnen alles Gute.



Juni 2010

## WILLKOMMEN IN DER GERIATRIE

### 1. Hausordnung

Um das Zusammenleben zu vereinfachen ist es notwendig, Richtlinien festzusetzen. Für Sie und für uns ist der Patient wichtig. Wir laden Sie daher ein, mit an Bord zu kommen und wir steuern gemeinsam in eine gute Richtung!

- Besuchszeit ist von 13.30 bis 19.30 Uhr. Morgens ist keine Besuchszeit. Die Patienten werden morgens pflegerisch und medizinisch versorgt. Ausnahmen sind hier das Anreichen von Essen sowie die Begleitung dementer oder palliativer Patienten durch Angehörige. Hier ist es den ganzen Tag möglich, den Angehörigen zu unterstützen. Wir bitten Sie, die Besuchszeiten einzuhalten und den Besuch auf ½ Stunde pro Besuch zu begrenzen. Außerdem bitten wir darum, nicht mehr als 2 Besucher gleichzeitig im Zimmer zu sein, um den Patienten die Teilnahme an den wichtigen Therapien zu ermöglichen. Besucher sollen bei der Pflege das Zimmer aus Respekt vor den Patienten freiwillig verlassen.
- Während der pflegerischen Übergabe (13 Uhr 40 bis 14 Uhr 15) bitten wir die Besucher, uns nur in dringenden Fällen zu stören. Später stehen wir Ihnen gerne für jede Auskunft zur Verfügung.
- Mitzubringen ins Krankenhaus sind: festes Schuhwerk, bequeme (zivile) Kleidung, genügend Handtücher und Waschlappen, Toilettenartikel, wie Seife, Deo, Rasierapparat, Kamm, sowie ausreichend Unterwäsche, Nachthemden oder Pyjamas. Wertsachen und Geld bleiben besser zu Hause. Vielen Dank!
- Bei mehreren Kindern ist es für das Personal sehr zeitaufwendig, jeden Einzelnen zu informieren. Daher bitten wir Sie, eine Bezugsperson für den Patienten auszuwählen, der dann alle nötigen Informationen über den Patienten erhält und an den wir uns bei Problemen wenden können.
- Beide Parteien (Patient und Angehörige) werden schon am Anfang des Aufenthaltes in der Geriatrie in die Entlassungsplanung eingebunden. So seien Sie nicht erstaunt, dass Sie schon in den ersten Tagen der Hospitalisation Besuch vom Sozialdienst erhalten. Er wird Ihnen behilflich sein bei der Organisation der Entlassung.

- Rauch- und Alkoholverbot herrschen im ganzen Krankenhaus. Auf der Geriatrie ist es nur gestattet, auf der Terrasse zu rauchen. Vielleicht nutzen Sie auch den Krankenhausaufenthalt, um sich das Rauchen abzugewöhnen? Sprechen Sie mit unserem Geriater (Stationsarzt), er kann Ihnen dabei behilflich sein.
- Um eine genaue Kontrolle über die Medikamenteneinnahme zu behalten, bitten wir Sie, die persönlichen Medikamente bei der Aufnahme in der Originalverpackung mitzubringen. Eine weitere Bitte an die Angehörigen: versorgen Sie den älteren Menschen nicht mit „Nachschub“, besonders in Form von Schlaf- und Abführmitteln. Im Voraus vielen Dank.
- Sie haben die Möglichkeit, freitags nachmittags um 15 Uhr die hausinterne Messe über Fernsehgerät zu sehen oder über Radio zu hören. Wenn Sie keine Fernbedienung besitzen, ist der Empfang der Messe ebenfalls möglich. Wenden Sie sich dazu bitte an das Pflegepersonal. Außerdem können Sie die Kommunion im Zimmer empfangen. Sie werden freitags vormittags gefragt, ob Sie die Kommunion wünschen.



## 2. Unser Team

Die Geriatrieabteilung des St. Nikolaus-Hospitals ist für kurze und mittlere Aufenthalte eingerichtet. Sie steht allen älteren Patienten offen, die der medizinischen Beobachtung und Pflege bedürfen. Die Aufenthaltsdauer richtet sich einzig und allein nach dem Gesundheitszustand des Patienten. Der Geriater muss jederzeit den Aufenthalt des Patienten beim Vertrauensarzt der Krankenkasse rechtfertigen.

Wir erhalten Patienten direkt von zu Hause, von einem anderen Krankenhaus oder von einer hausinternen Station. Unsere Abteilung zählt 24 Betten. Die komplette ärztliche Visite findet dreimal pro Woche statt. Der Geriater besucht die Station täglich und wird vom Pflegepersonal laufend über alle anfallenden Probleme unterrichtet. Er erteilt die medizinischen Anordnungen und gibt die Rahmenbedingungen der Pflege vor. Eine Teamversammlung findet einmal wöchentlich statt.

- Das Team der Krankenpfleger versorgt die Patienten in Zusammenarbeit mit dem Stationsarzt (Geriatler).
- Die Pflege wird durch die Arbeit eines Ergotherapeuten unterstützt. Aufgabe des Ergotherapeuten ist es, dem Patienten wieder die normalen und spontanen Bewegungsabläufe in Erinnerung zu rufen (z.B. nach einem Schlaganfall).
- Der Kinesist stimuliert die Patienten, mobilisiert die Körperfunktionen und geht auf die spezifischen Probleme und Beschwerden des Patienten ein. Er führt Einzel- und Gruppentherapien durch.
- Bei Sprach- und Schluckstörungen hilft Ihnen eine Logopädin, die mit Ihnen Übungen erlernt, um die Situation zu verbessern.
- Eine Psychologin wird ggf. zu Rate gezogen, falls Sie persönliche Probleme besprechen möchten.
- Ist eine Diät erforderlich, so wird eine Diätassistentin zu Rate gezogen. Sie besucht Sie und bespricht mit Ihnen ihre konkreten Essenswünsche. Unser Menüplan ist speziell auf die Bedürfnisse des alten Menschen ausgerichtet. Bei Mangelernährung helfen uns die Diätassistentinnen, diese zu bekämpfen.
- Der Sozialdienst hilft Ihnen bei der Entlassungsvorbereitung, Rentenanträgen oder anderen sozialen Fragen.

### 3. Familie

Ein zentrales Anliegen der Geriatrie ist die „Rehabilitation“ des Patienten. Beim älteren Patienten ist dieses Programm besonders auf die Bedürfnisse des täglichen Lebens ausgerichtet: also Selbständigkeit und Unabhängigkeit bezüglich der Körperpflege, An- und Ausziehen, Essen, Mobilität.

Viele ältere Menschen haben das Glück, nach Hause zurückzukehren. Wenn Sie als Familie den hilfsbedürftigen Menschen aufnehmen, wäre es doch sicher wünschenswert, einige Kenntnisse und Tips im Umgang mit dem alten Menschen zu erhalten.

Solange der Angehörige noch in der Geriatrie ist, sollten Sie die Gelegenheit nutzen, verschiedene pflegerische Dienste zu erlernen, z.B. mit dem alten Menschen über den Flur spazieren gehen mit den verschiedenen Hilfsmitteln (Gehwagen, Krücken, Rollstuhl), das Anlegen einer Schutz hose oder beim Gang zur Toilette behilflich sein.

Wenn der ältere Mensch hospitalisiert ist, heißt das nicht, daß er am Familienleben nicht mehr teilnehmen kann. Es besteht die Möglichkeit, ihn für einige Stunden nach Hause zu holen. Dazu wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal.

Patienten, die später einmal nach Hause zurück sollen, bieten wir an, in ihrer gewohnten Umgebung ein Wochenende zu erleben. Natürlich muß alles vorher gut überlegt und organisiert sein, so daß auch Hilfe für sie da ist. Der Zustand des Patienten muß es zulassen, der behandelnde Arzt muß seine Zustimmung geben und das Personal der Pflegeequipe und der Rezeption muss über das Verlassen des Krankenhauses informiert werden.

Der Patient, der in seinem Rollstuhl nach Hause entlassen wird, muß vorher darüber nachdenken, ob dies räumlich möglich ist oder welche zusätzlichen Hilfsmittel für ihn eine Erleichterung bringen (Haltegriffe). Vielleicht müssen kleine Umänderungen vorgenommen werden.

#### 4. Essen und Trinken sind im Alter wichtiger denn je

#### **Wussten Sie eigentlich dass schätzungsweise 15% der zu Hause lebenden älteren Menschen mangelernährt sind?**

Durch den natürlichen Alterungsprozess kommt es zu zahlreichen körperlichen Veränderungen, die mit mehr oder weniger starken Ernährungsproblemen verbunden sind.

#### **→ Wenn das Gewicht abnimmt**

So bringen Sie mehr Kalorien auf den Teller!

- Verfeinern Sie Soßen und Suppen mit Sahne, Gemüse mit Öl oder Butter.
- Verwenden Sie Sahnequark und Sahnejoghurt.
- Knabbern Sie zwischendurch Nüsse oder Häppchen z.B. mit Weichkäse.
- Trinken Sie kalorienreiche Shakes (pürierte Früchte, Quark und Zucker)

Wenn wir unseren täglichen Nährstoffbedarf nicht über unsere alltägliche Nahrung decken können, empfiehlt sich eine energiereiche Trinknahrung, die schnell und unkompliziert die entstandene Versorgungslücke schließt.

#### **→ Wenn die Portionen kleiner werden**

Viele Senioren haben ein schnelles Sättigungsgefühl und schaffen nur noch kleine Portionen pro Mahlzeit. Doch der Körper braucht im Alter nicht grundsätzlich weniger Nahrung. Der Bedarf an Eiweiß, Vitaminen, Spurenelementen und Mineralstoffen steigt sogar. Die richtige Auswahl der Lebensmittel ist deshalb im Alter sehr wichtig. Dazu gehören Gemüse, Obst, Vollkorngetreideprodukte, Milchprodukte, fettarmes Fleisch, Fisch, Geflügel, Eier, Hülsenfrüchte und Pflanzenöle.

- Essen Sie mehrere kleine Mahlzeiten pro Tag.
- Stellen Sie sich für zwischendurch kleine Häppchen bereit, z.B. ein belegtes Brot, einen Becher Joghurt oder einen leckeren Obstsalat.

#### **→ Wenn Kauen und Schlucken beschwerlicher werden**

Wegen Zahnverlust oder schlecht sitzenden Prothesen nimmt die Kauleistung ab. Viele Senioren leiden unter Schluckbeschwerden und Mundtrockenheit.

- Schälen Sie Obst, schneiden Sie die Brotrinde und Wurstschale ab.
- Ersetzen Sie harte Lebensmittel durch gleichwertige weichere: Fisch statt Fleisch, Rührei statt Spiegelei, Frischkäse statt Hartkäse, Kartoffeln statt Reis.
- Zerkleinern Sie schlecht zu kauendes Essen: raspeln, reiben oder pürieren.

## ➔ Wenn das Essen nicht mehr schmeckt wie früher

Menschen im höheren Alter klagen häufiger über Appetitlosigkeit. Versuchen Sie bei der Speisenzubereitung Ihren Geschmacks- und Geruchssinn anzuregen.

- Würzen Sie die Speisen kräftig. Greifen Sie dabei nicht nur zum Salzstreuer, sondern verwenden Sie frische Kräuter, Curry, Knoblauch, Muskat... Der intensive Duft der Gewürze regt zusätzlich den Appetit an.
- Richten Sie die Speisen appetitlich an, denn auch das Auge isst mit.
- Verwöhnen Sie sich zwischendurch mit feinen Leckereien, die Nase und Gaumen schmeicheln.

Wussten Sie eigentlich dass manche **Medikamente** den Appetit beeinträchtigen können? Besprechen Sie dieses Thema mit Ihrem Arzt. Oft kann sich alleine schon eine Änderung des Einnahmezeitpunktes des Medikamentes günstig auswirken.

## ➔ So erhalten Sie Ihre Kräfte

Mit zunehmendem Alter nimmt die Muskelmasse ab. Ein Abbau der Muskeln bedeutet, dass Kraft und Leistungsfähigkeit schwinden. Meist sind dadurch auch die Mobilität und Bewegung eingeschränkt. Was früher leicht von der Hand ging, kann plötzlich nur noch unter großer Anstrengung erledigt werden. Die Gefahr von Stürzen und Knochenbrüchen steigt. Um die Muskeln zu erhalten braucht der Körper Eiweiß (Milch, Fleisch, Fisch, Eier) und viel Bewegung.

Die Mahlzeiten in der geriatrischen Abteilung haben feste Uhrzeiten. Wo immer es möglich ist, soll der Patient den Essvorgang selber meistern. Das Essen gliedert sich in den Prozess der Rehabilitation ein. Der Patient erlernt elementare Handgriffe und Körperfunktionen neu. Dennoch ist zu bedenken, dass der kranke Mensch bei den Mahlzeiten u.U. ein Problem hat, die Verpackungen zu öffnen. Dann ist eine Hilfestellung nötig – notfalls durch Inanspruchnahme des Ergotherapeuten, dessen Arbeit hier ansetzen kann: Er zeigt dem Patienten jeden Bewegungsablauf.

Nur in Ausnahmefällen gibt das Pflorgeteam Hilfestellung. Es hat aber den Essensvorgang zu überwachen – besonders was die Zubereitung und Zusammenstellung betrifft. Ist eine Diät erforderlich oder leidet der Patient an Mangelernährung, so wird eine Diätassistentin zu Rate gezogen. Sie sucht den Patienten auf und bespricht mit ihm dessen konkrete Wünsche und Bedürfnisse.

*„Man hilft Menschen nicht, wenn man für Sie tut,  
was sie selbst tun können“  
(Abraham Lincoln)*

## 5. Wenn das tägliche Geschäft zum Problem wird: die Behandlung der Verstopfung ohne Abführmittel

Vielleicht sind Sie eine(r) der Leidtragenden, die unter akuter oder chronischer Verstopfung leiden. Sie ist häufig von weiteren Beschwerden, wie Völlegefühl, Blähungen, Bauchschmerzen und verstärktem Windabgang begleitet.

### **Ab wann spricht man von einer Verstopfung?**

Die Ausscheidung erfolgt nur alle drei bis vier Tage und der Stuhl ist meist hart, welches die Ausscheidung erschwert und oft mit Schmerzen einhergeht.

### **Wie kommt es zur Verstopfung?**

Die häufigste Ursache ist falsche Ernährung und verminderte körperliche Bewegung.

Es kann auch eine organische Ursache vorliegen, wie z.B. Unterfunktion der Schilddrüse, Morbus Parkinson, Multiple Sklerose, schlecht eingestellte Zuckerkrankheit... Die Abklärung ist Aufgabe des Arztes.

### **Wie können Sie vorbeugen?**

- Nahrung: Essen Sie mehr Obst und Gemüse und viele Ballaststoffe. Ballaststoffe erhöhen das Stuhlvolumen und machen ihn geschmeidiger, dadurch wird er schneller vorwärtsbewegt. Auch genügend Flüssigkeit ist wichtig.
- Bewegung: Tägliches Spaziergehen bringt nicht nur den Darm in Schwung, sondern auch Herz und Kreislauf.
- Stress: Auch wenn Sie im Stress sind und Sie Stuhldrang verspüren, sollen Sie ihn nicht unterdrücken. Dadurch bleibt der Stuhl länger im Darm, wird weiter eingedickt und irgendwann verspüren Sie keinen Drang mehr.

### **Was bringt Ihren Darm wieder in Schwung?**

- Behandlung einer eventuell vorliegenden Grunderkrankung
- Ballaststoffreiche Ernährung
- Viel trinken
- Bewegung/Sport
- Stuhldrang nicht aufschieben
- Bauchdeckenmassage
- Leinsamen, Hafer- und Weizenkleie, Milchzucker
- wasserbindende Früchte, wie Feigen und Pflaumen.



## 6. Gut Schlafen ohne Schlafmittel

Viele Betagte leiden unter Schlafstörungen und nehmen als Hilfsmittel eine Schlaftablette – und dies oft schon während eines langen Zeitraumes. Diese Menschen begehen oft den Fehler, die Dosis der Schlaftablette regelmäßig zu erhöhen, da sie mit dieser nach einer Gewöhnungszeit nicht mehr den ersehnten Schlaf finden. Die erhöhte Sturzgefahr als Folge der Nebenwirkungen dieser Medikamente wird erst erkannt, wenn sich der Betagte mit einer Knochenfraktur im Krankenhaus behandeln lassen muss.

Eine wichtige Zielsetzung ist, den Schlafmittelkonsum (auf der geriatrischen Abteilung) einzuschränken, oder sogar die Schlaftablette ganz aus der medikamentösen Therapie zu streichen.

Da das geriatrische Konzept in der Unterstützung des Patienten in seiner Selbständigkeit besteht, möchten wir als Pflegende, dass der Betagte nicht durch die Einnahme eines Medikamentes zum Schlafen zusätzlichen Risiken ausgesetzt ist. Daher möchten wir ihm einige Alternativmöglichkeiten anbieten.

Folgende Tipps sind auch wichtig für zu Hause!

- Sehr wichtig für den älteren Menschen ist das strikte Einhalten einer Schlafhygiene. Der Tagesablauf, insbesondere auch das Zubettgehen und Aufstehen wie auch der Zeitpunkt der Mahlzeiten sollten sehr regelmäßig gestaltet werden.
- Abends sollten keine schweren Mahlzeiten, Kaffee oder Alkohol eingenommen werden.
- Körperliche Bewegung tagsüber erleichtert das Einschlafen.
- Vermeiden Sie den Mittagsschlaf wenn sie Einschlafstörungen haben.

## 7. Josephine-Koch-Service

1991 durch den Verwaltungsrat des St. Nikolaus-Hospitals ins Leben gerufen, folgen die Angebote heute noch dem Vorbild der Franziskanerinnen in der Kranken- und Seniorenbetreuung. Über 100 ehrenamtliche Mitarbeiter sind heute in Diensten des JKS, der sich vorrangig von Spenden finanziert.

### *Animationsgruppe Geriatrie: Ein Lächeln in schwieriger Zeit*

Vormittags bieten unsere Ehrenamtlichen die Möglichkeit zu einem Gespräch, bieten Frühstückseier an oder bereiten frische Fruchtsäfte zu.

### *Fahrdienst: Gemeinsam gut ankommen*

Der Fahrdienst bringt kranke Menschen in Diagnose- und Therapiezentren der Region. Die speziell ausgestatteten Fahrzeuge der Stiftung stehen von montags bis freitags jeweils von 7.00 bis 18.00 Uhr für sie bereit. Auch bei alltäglichen Dingen wie Behördengänge oder Besorgungen stehen wir Ihnen zur Verfügung.

### *Seniorenkränzchen: Wir laden ein*

Kontakte, Geselligkeit, Austausch mit anderen älteren Menschen: unser betreutes Seniorenkränzchen im Alten- und Pflegeheim St. Joseph Eupen bietet Senioren wöchentlich diese Gelegenheit. Für Hin- und Rückfahrt kontaktieren Sie einfach das Sekretariat 087/56 98 45.

### *Besuchsdienst: Kontakte und Gespräche für ältere Mitbürger.*

Auch außerhalb des Hospitals sind unsere Mitarbeiter aktiv. Der Vergissmeinnicht Besuchsdienst besucht ältere Mitbürger regelmäßig.

JOSEPHINE-KOCH-SERVICE V.o.G.  
HUFENGASSE 4A                      B – 4700 Eupen  
Tel.: 0032-(0)87-569844              Fax: 087-569845  
[info@jks-eupen.be](mailto:info@jks-eupen.be)                      [www.jks-eupen.be](http://www.jks-eupen.be)

Sie erreichen uns  
Montags bis donnerstags von 09.00 – 12.00 Uhr und  
von 14.00 – 15.00 Uhr  
Freitags von 09.00 – 12.00

## 8. Patientenrechte und Konflikte

Wo Menschen auf engem Raum aufeinandertreffen, kann es zu Konflikten kommen. Häufig liegen diesen Missverständnisse zugrunde, die wiederum auf fehlender Information oder mangelnder verbaler Kommunikation beruhen.

Wir sind also darauf angewiesen, dass Kritiken und Beanstandungen weitergeleitet werden um Verbesserungen ins Auge zu fassen und einer Unzufriedenheit vorzubeugen.

Erst wenn die Probleme bekannt sind können sie gelöst werden. Wenn Sie Beanstandungen oder Probleme haben, bitten wir Sie, frühzeitig den Dienstleiter zu kontaktieren.

Sollten Sie jedoch das Bedürfnis haben, Ihre Unzufriedenheit mit einer neutralen Person zu besprechen, können Sie unseren Mediator (Herr Dechêne) mittwochs morgens kontaktieren unter der Telefonnummer 087/599510.

Schriftliche Beschwerden senden Sie bitte an folgende Adresse:

Sankt Nikolaus Hospital  
Direktionssekretariat  
Hufengasse 4-8  
4700 Eupen

## 9. Der Sozialdienst

Die Mitarbeiter des Sozialdienstes nehmen prinzipiell Kontakt auf mit allen Patienten die sich auf der Geriatriestation befinden. Zusammen mit dem Patienten und/oder eventuell seiner Familie, versucht der Sozialdienst sich ein Bild zu machen von der häuslichen Situation des Patienten vor der Krankenhausaufnahme. Auf Basis des aktuellen Gesundheitszustands des Patienten werden die eventuell benötigten Hilfen / Hilfsmittel für den zukünftigen Alltag eingeschätzt. Dazu besteht auch ein wöchentlicher Austausch des Sozialdienstes mit dem Arzt, dem Pflegepersonal, dem Kine, der Ergotherapeutin und der Psychologin.

Nach Bedarf kann der Sozialdienst dem Patienten

- Hilfen organisieren z.B. Krankenpflege für zu Hause, Familienhelferin, Putzhilfe, Essen auf Rädern...
- Hilfsmittel besorgen z.B. Krankenbett, Krücken...
- Die Verlegung in eine für den Patienten angepasste Struktur regeln z.B. Rehaklinik, Kurhaus, Alten- oder Pflegeheim.

Dazu werden persönliche Gespräche mit dem Patienten geführt und/oder mit seiner Bezugsperson.

Der Sozialdienst steht Ihnen ebenfalls für generelle Informationen bezüglich Ihrer Krankenkasse, Rentenfragen, zum Erledigen administrativer Angelegenheiten oder zum Aufbewahren von Geld oder Wertsachen im Tresor zur Verfügung.

Das Pflegepersonal leitet Ihre Anfrage gerne weiter oder Sie nehmen persönlich Kontakt auf entweder im Büro des Sozialdienstes oder unter den Telefonnummern

**087/599287 → Ph. Baltus**  
**087/599286 → C. Schyns**

## 10. Die Entlassung

Wird ein Patient entlassen, schreibt der Geriater die Rezepte für die erforderlichen Medikamente. Ausserdem erstellt er dem Patienten eine Übersicht aller Medikamente mit dem Vermerk, wann und wie sie eingenommen werden müssen .

Der Hausarzt wird entweder direkt oder brieflich vom Geriater über die Entlassung informiert. Wenn der ältere Mensch in ein Heim verlegt oder zu Hause gepflegt wird, schreibt das Team einen kurzen Krankenbericht (über die erhaltene Pflege, die verabreichten Produkte für Wundpflege, etc.). Der Geriater händigt diese Unterlagen dem Patienten persönlich aus und erklärt ihren Zweck.

Kurz vor der Entlassung erhalten Sie einen Fragebogen zur Zufriedenheit mit Ihrem Aufenthalt. Dieser ist für uns sehr wichtig und wir freuen uns, wenn Sie diesen ausfüllen. Danach können Sie diesen Fragebogen in den dafür vorgesehenen Briefkasten auf dem Flur werfen.

Melden Sie Sich bitte beim Pflegepersonal ab, wenn Sie nach hause gehen. Die Abmeldungsformalitäten erledigt das Pflorgeteam. An der Rezeption müssen lediglich die eventuell geliehenen Telefon und die TV-Fernbedienung abgegeben werden.

## 11. Auch an Demenz/Alzheimer-Erkrankte alte Menschen sind willkommen

Demenz ist eine Krankheit über die niemand gerne spricht. Wir sind offen für Ihre Ängste, Wünsche und Anliegen. Sprechen Sie uns an, denn in der Pflege des Demenzerkrankten sind wir Partner.

Unser Krankenhaus ist Teil einer Arbeitsgruppe, welche sich mit dem Thema der Demenz beschäftigt. Es wurde ein Informationsbogen erstellt, den die Familie ausfüllen sollte, da sie den Patienten am besten kennt.

Jeder Alzheimerkranke verhält sich anders. Dennoch gibt es einige hilfreiche Tipps, wie sie reagieren können:

- Überfordern Sie den Patienten nicht mit schweren Aufgaben und plötzlichen Umstellungen.
- Organisieren Sie den Tag nach einem festen Zeitplan, sodass sich eine Routine einstellt.
- Reagieren Sie nicht gekränkt auf die wahnhaften Beschuldigungen.
- Versuchen Sie bei Traurigkeit/Ängsten, dem Patienten etwas Angenehmes aus der Vergangenheit in Erinnerung zu rufen um ihn abzulenken.
- Versuchen Sie nicht, die oft unsinnigen Behauptungen mit vernünftigen Argumenten zu korrigieren. Die Betroffenen reagieren gekränkt oder wütend.
- Versuchen Sie ihn bei Ruhelosigkeit mit einfachen Tätigkeiten zu beschäftigen, z.B. Handtücher falten.
- Ausreichende Bewegung tagsüber, Vermeidung von Tee, Kaffee oder alkoholischen Getränken am Abend und Vermeidung von abendlicher Aufregung.
- Versuchen Sie, die Bedürfnisse immer mehr zu erraten als zu erfragen (hat er Hunger, Durst, Schmerzen, eine volle Blase, Stuhlprobleme...?).
- Zeigen Sie mit einer Bewegung, was Sie wollen und führen Sie ihn an der Hand oder berühren Sie ihn an Schulter und Rücken.
- Viele Menschen mit fortgeschrittener Alzheimerkrankheit erfreuen sich wieder an Tierbildern und später sogar an Puppen, Stoff- oder Badetieren.
- Helle freundliche Farben beruhigen den Patienten. Autofahrten beruhigen ihn ebenso. Ein kleines Nachtlicht, lässt ihn gut schlafen.
- Alzheimerkranke lieben Gerichte, die mit den Fingern gegessen werden können. Sie freuen sich ebenfalls über süsse Breie, Cremes und Eis denn ihr Körper verbraucht sehr viele Kalorien.

## 12. Eine lebendige Palliativarbeit im Krankenhaus

Der Tod gehört zum Leben dazu. Wenn sich der Gesundheitszustand Ihres Familienmitglieds derart verschlechtert und er auf unserer Station versterben sollte, werden wir alles tun, damit er menschlich und würdevoll sterben kann.

Unsere Philosophie in der Palliativpflege richtet sich ganz und gar auf den sterbenden Patienten. Wir lassen uns auf ihn ein und hören auf seine Wünsche und Bedürfnisse. Wir nehmen uns seinem Rhythmus an. Er bestimmt sein Tun oder Nicht-Tun, denn es ist sein Sterben. Wird die tägliche Körperpflege zu anstrengend, dann wird nur das Nötigste gewaschen oder wir cremen einfach nur seinen Körper ein. Eine Hand- oder Fußmassage mit ätherischen Ölen zur Entspannung wird ebenfalls als sehr angenehm empfunden.

Ein Grossteil unserer Aufgabe besteht ebenfalls in der Begleitung der Familie. Zögern Sie nicht, Fragen zu stellen, wenn Sie etwas nicht verstehen. Auch Sie dürfen Ihre Wünsche und auch Ängste äußern. Im gesamten Sterbeprozess zählt jeder Augenblick und jede Geste. Denn am Ende bleibt nur noch die Erinnerung an schöne Momente. Keiner weiß, wann unsere Stunde kommen wird, deshalb müssen wir jeden Augenblick genießen.

Nehmen Sie die Chance wahr und wir geben Ihnen die Zeit zum Abschiednehmen!

### Ihre Kontaktperson:

Leiterin der Palliativpflege am St. Nikolaus Hospital  
Frau Annie Michaelis  
Tel.: 087/ 59.93.15



Wir hoffen, Ihnen mit diesen Informationen gedient zu haben. Sollten dennoch Fragen oder Unklarheiten bestehen, zögern Sie nicht, uns anzusprechen.



Das Alter ehre stets  
Du bleibst nicht ewig Kind  
Sie waren wie du bist  
Und du wirst wie sie sind