



**Kommunale  
Senioren- und Pflegeberatung  
Lindlar**



**Aktion für Alte, Kranke und Bedürftige  
in der Gemeinde Lindlar**

**Gabriele Remshagen Mielke**

Hauptstr.55  
51789 Lindlar  
Tel.02266 4400026  
Fax 02266 4400699

[seniorenberatung-lindlar@t-online.de](mailto:seniorenberatung-lindlar@t-online.de)

## **Wohnraumanpassung für Menschen mit Demenz**

Menschen mit einer Demenzerkrankung haben Probleme, sich in ihrer Umgebung zurechtzufinden. Die richtige Gestaltung der Wohnung kann helfen, wieder Orientierung zu geben und damit Ängsten und Unsicherheiten entgegenzuwirken. Ein Gefühl von Geborgenheit zu schaffen, ist für die Erkrankten besonders wichtig, weil es ihr Wohlbefinden fördert.

Einfacher wird es, wenn die biographischen Daten bekannt sind, d.h. persönliche Erlebnisse, Vorlieben, Charaktereigenschaften, Hobby, aber auch Abneigungen und Antipartien.

Schließen Sie Gefahren so weit wie möglich aus. Wenn Sie mit dem Erkrankten zusammenleben, schaffen Sie sich Rückzugsmöglichkeiten. Überprüfen Sie regelmäßig die Aktualität der Wohnraumanpassung.

Das Fortschreiten der Demenz erfordert eine kontinuierliche Anpassung der notwendigen Maßnahmen. Achten Sie auf die Veränderung der Restfähigkeiten und beobachten Sie den Erkrankten bezüglich seiner Reaktionen.

Auch hier gilt: Je mehr Sie über das Krankheitsbild Demenz wissen, umso besser können Sie reagieren und unnötigen Stress für sich und den Betroffenen vermeiden. Ihre kommunalen Senioren- und Pflegeberater/innen beraten Sie gern.

### **Hier noch einige wichtige Hinweise, die Sie beachten sollten:**

- Lassen Sie Möbel und Gegenstände in der gewohnten Weise stehen, notwendige Veränderungen nur schrittweise und behutsam durchführen.
- Geben Sie Orientierungshilfen, wie z.B. ein großes 00 Schild an der Toilettentür ( achten Sie dabei auf den gewohnten Sprachgebrauch des Erkrankten, wenn er immer „WC „gesagt hat oder „ Örtchen“, gebrauchen Sie diese Bezeichnung )

- Helfen Sie dem Erkrankten bei der Orientierung in der Wohnung mit Fotos oder großen eindeutigen Zeichen an den Türen. Wenn dies nicht mehr verstanden wird, lassen Sie die Türen auf oder hängen Sie die Türen ganz aus.
- Dies gilt auch für Schranktüren. So kann vermieden werden, dass immer wieder Schränke durchwühlt werden, weil der Demenzkranke z.B. die Pullover im Küchenschrank sucht.
- Akzeptieren Sie die gewohnte Ordnung oder Unordnung, Veränderungen machen Angst.
- Helfen Sie bei der Orientierung durch jahreszeitliche Dekorationen, große Tageskalender und gut lesbaren Uhren mit arabischen Zahlen.
- Lieblingsstücke aus vergangenen Zeiten und Erinnerungsfotos, Poesiealben oder bestimmte Bildbände in einer gemütlichen Sitzecke laden zum Verweilen ein. ( dies kann bei sehr unruhigen Demenzerkrankten helfen, zum ausruhen anzuregen )
- Versuchen Sie Unruhe und Weglauftendenzen mit interessanten Ankerplätzen abzulenken. Sie können z.B. im Flur neben der Wohnungstür platziert werden ( ein Korb mit Handtüchern zum falten für die immer fleißige Hausfrau oder eine Kiste mit leeren Fächern und eine Ansammlung von Werkzeugen für den ordnungsliebenden Handwerker )
- Mitunter kann das Erklingen einer bekannten Musik beruhigend und entspannend wirken. Bekannte Lieder zum Mitsingen oder instrumentale Musik, die bei dem Betroffenen Erinnerungen weckt. Achten Sie darauf, dass Musik keine „Zwangsberieselung“ auf Dauer ist.
- Achten Sie auf eine möglichst schattenfreie und helle Beleuchtung (in bestimmten Stadien der Demenz machen Schatten und Dunkelheit Angst). Empfehlung: 500 Lux ca. 85 cm Höhe. Sorgen Sie in der Nacht für Beleuchtung zum Aufsuchen der Toilette.
- Wenn Sie feststellen, dass der Erkrankte Treppen verweigert, die offene Stufen haben, dichten Sie diese von unten mit Pappe oder Tüchern ab.
- Beobachten Sie die Reaktion von Spiegeln und spiegelähnlichen Gegenständen. Häufig können die Erkrankten ihr Spiegelbild nicht mehr als solches erkennen und fühlen sich beobachtet oder bedroht. Dann sollte der Spiegel entfernt oder abgeklebt werden.
- Beobachten Sie in diesem Sinne auch die Reaktion auf das Fernsehen. Wenn Ängste, Unruhe oder gar Panik und Aggression beim Fernsehen entstehen, sollte das Gerät entfernt werden.
- Alles, was interessant sein soll ( z. B. Essen und Trinken ), sollte im Hellen liegen, Dinge, die nicht für den Erkrankten bestimmt sind, eher im Dunkeln.

- Entfernen Sie bei Bedarf Behälter und Eimer aus dem Bad. Sie können zur Verwechslung mit der Toilette führen.
- Ein breiter dunkler Balken auf dem Boden vor der Haustüre oder dem Zugang zu Ihrem Zimmer kann den Demenzerkrankten stoppen, das kann hilfreich sein, um das Verlassen der Wohnung einzuschränken oder den eigenen persönlichen Bereich zu schützen. Natürlich dürfen die Betroffenen nicht das Gefühl haben, eingesperrt zu sein.

**Sorgen Sie für Sicherheit, hier einige Beispiele die zu berücksichtigen sind:**

- Überlaufschutz in Wanne und Waschbecken!
- Rauchmelder, bei Bedarf Kerzen, Feuerzeuge u.ä. entfernen!
- Schwer entflammbare Bettwäsche für Raucher!
- Beseitigung von Stolperfallen, abschließbare Türen sollten von außen zu öffnen sein!
- Im Bad sollten Türe und gegebenenfalls Duschtüre nach außen zu öffnen sein!
- Sorgen Sie für sicheres Schuhwerk, gutes Sehen und Hören!
- Anbringen von Handläufen und Griffen nach Bedarf!
- Markieren Sie die Heißwasserhähne und stellen Sie die Temperatur niedrig ein!
- Zeitschaltuhren für Elektrogeräte, bei Bedarf Herd abklemmen oder Geräte entfernen!
- Fenster und niedrige Geländer sichern!
- Putzmittel, Hygieneartikel, Medikamente verschlossen aufbewahren!
- Bei Bedarf Bewegungsmelder oder Klingglocken an der Wohnungstür!
- Halten Sie mehrere aktuelle Fotos der betroffenen Person bereit, wenn nach ihr gesucht werden muss!
- Eine Kette oder Anhänger mit Telefonnummer von Ihnen (keine Adresse aus Sicherheitsgründen)!
- Entfernen Sie Straßenschuhe und andere Ausgehkleidung dezent bei Erkrankten mit Weglauff Tendenzen!
- Entfernen Sie sie den Autoschlüssel und bringen Sie den Wagen außer Sichtweite, wenn das Fahren aus Ihrer Sicht nicht mehr möglich ist!
- Informieren Sie die Nachbarschaft und Geschäfte in der Gegend über die Erkrankung des Angehörigen!
- Wenn nötig, informieren Sie die örtliche Polizeidienststelle prophylaktisch!