

Barbara Romero, Michael Wenz

Therapeutische Empfehlungen für Menschen mit Demenz

Selbsterhaltungstherapie (SET)
im Krankenhaus

Kohlhammer

Kohlhammer

Die Autoren

Dr. phil. Barbara Romero, Diplompsychologin und Klinische Neuropsychologin (GNP), langjährige wissenschaftliche Mitarbeiterin der Warschauer Universität und der Technischen Universität München, beschäftigt sich seit über 30 Jahren mit der Situation von Menschen mit Demenz. Sie ist Konzeptgeberin und Gründungsleiterin des Alzheimer Therapiezentrums Bad Aibling, Autorin der Selbsterhaltungstherapie (SET) und eines integrativen Behandlungsprogramms für Demenzkranke und deren betreuenden Angehörigen. Derzeit ist sie freiberuflich an der Implementierung dieser Konzepte in der stationären und ambulanten Behandlung und in stationären Pflegebereichen tätig.

Barbara Romero, Dr. phil, Dipl.-Psych.
Freiberufliche Diplompsychologin in Berlin
romero@t-online.de
www.set-institut.de

Dr. phil. Michael Wenz, Diplom-Psychologe und Psychologischer Psychotherapeut, ist seit 1999 im Alzheimer Therapiezentrum der Schön Klinik Bad Aibling tätig. Seine Arbeitsschwerpunkte sind die ressourcenorientierte Erinnerungsarbeit und Krankheitsverarbeitung bei Menschen mit Demenz sowie die psychotherapeutische Unterstützung der Angehörigen.

Michael Wenz, Dr. phil., Dipl.-Psych.
Alzheimer Therapiezentrum
Schön Klinik Bad Aibling
Kolbermoorerstr. 72
83043 Bad Aibling
mwenz@schoen-kliniken.de

Kapitel 9 entstand unter der Mitarbeit von

Christoph Leinert, Rüdiger Koenen, Beate Lindner-Pflegar, Helene Maucher, Ingo Uttner, Christine von Arnim, Barbara Romero

Barbara Romero, Michael Wenz

Therapeutische Empfehlungen für Menschen mit Demenz

Selbsterhaltungstherapie (SET)
im Krankenhaus

Verlag W. Kohlhammer

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Pharmakologische Daten, d. h. u. a. Angaben von Medikamenten, ihren Dosierungen und Applikationen, verändern sich fortlaufend durch klinische Erfahrung, pharmakologische Forschung und Änderung von Produktionsverfahren. Verlag und Autoren haben große Sorgfalt darauf gelegt, dass alle in diesem Buch gemachten Angaben dem derzeitigen Wissensstand entsprechen. Da jedoch die Medizin als Wissenschaft ständig im Fluss ist, da menschliche Irrtümer und Druckfehler nie völlig auszuschließen sind, können Verlag und Autoren hierfür jedoch keine Gewähr und Haftung übernehmen. Jeder Benutzer ist daher dringend angehalten, die gemachten Angaben, insbesondere in Hinsicht auf Arzneimittelnamen, enthaltene Wirkstoffe, spezifische Anwendungsbereiche und Dosierungen anhand des Medikamentenbeipackzettels und der entsprechenden Fachinformationen zu überprüfen und in eigener Verantwortung im Bereich der Patientenversorgung zu handeln. Aufgrund der Auswahl häufig angewendeter Arzneimittel besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Die Wiedergabe von Warenbezeichnungen, Handelsnamen und sonstigen Kennzeichen in diesem Buch berechtigt nicht zu der Annahme, dass diese von jedermann frei benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich auch dann um eingetragene Warenzeichen oder sonstige geschützte Kennzeichen handeln, wenn sie nicht eigens als solche gekennzeichnet sind.

Es konnten nicht alle Rechtsinhaber von Abbildungen ermittelt werden. Sollte dem Verlag gegenüber der Nachweis der Rechtsinhaberschaft geführt werden, wird das branchenübliche Honorar nachträglich gezahlt.

Dieses Werk enthält Hinweise/Links zu externen Websites Dritter, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat und die der Haftung der jeweiligen Seitenanbieter oder -betreiber unterliegen. Zum Zeitpunkt der Verlinkung wurden die externen Websites auf mögliche Rechtsverstöße überprüft und dabei keine Rechtsverletzung festgestellt. Ohne konkrete Hinweise auf eine solche Rechtsverletzung ist eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten nicht zumutbar. Sollten jedoch Rechtsverletzungen bekannt werden, werden die betroffenen externen Links soweit möglich unverzüglich entfernt.

Die Fallbeispiele in diesem Buch sind anonymisiert. Rückschlüsse auf reale Personen sind daher nicht möglich.

1. Auflage 2018

Alle Rechte vorbehalten

© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:

ISBN 978-3-17-031667-6

E-Book-Formate:

pdf: ISBN 978-3-17-031668-3

epub: ISBN 978-3-17-031669-0

mobi: ISBN 978-3-17-031670-6

Inhalt

1	Einleitung	11
2	Demenz verändert	17
2.1	Das Demenzsyndrom und Charakteristika der Betroffenen ..	17
2.2	Kognitive Beeinträchtigungen	18
2.2.1	Hauptsymptome	18
2.2.2	Exkurs: Einwilligungsfähigkeit und Entscheidungen über den Wohnort	19
2.2.3	Behandlungsmöglichkeiten	20
2.3	Neuropsychiatrische Symptome	23
2.3.1	Begriffsbestimmung	23
2.3.2	Komplexe, multifaktorielle Ursachen	23
2.3.3	Belastende Folgen und Behandlungsmöglichkeiten ...	26
2.4	Veränderungen im motorischen Bereich	27
2.4.1	Motorische Störungen im Rahmen demenzieller Erkrankungen	27
2.4.2	Multiple Ursachen von motorischen Störungen	28
2.4.3	Behandlungsmöglichkeiten	28
3	Das Konzept der Selbsterhaltungstherapie (SET)	29
3.1	Demenz betrifft auch und gerade das »Selbst« einer Person	29
3.2	Das System »Selbst« erhält Stabilität und Kohärenz im Selbst- und Weltverständnis	30
3.3	Erhaltung der Stabilität und der Kohärenz im System »Selbst« bei Demenz	31
3.4	Kann man das Selbst verlieren?	35
3.5	Vergessen, aber vertraut	36
3.6	Schutz des Selbstwertes	38
3.7	Resilienz: die übergeordneten Schutzmechanismen	39
3.8	Merkmale der SET-basierten psychosozialen Interventionen	41
4	Die Situation der Angehörigen von Menschen mit Demenz	44
4.1	Belastungen und Copingstrategien	44
4.2	Ein Modell zur Belastung von Angehörigen	47

5	Angehörigenberatung und Empfehlungen zur Begleitung von Menschen mit Demenz	49
5.1	Erweiterung der Kompetenz der Angehörigen, die eigene Gesundheit zu erhalten	50
5.1.1	Motivation zur Inanspruchnahme der geeigneten externen Hilfen	50
5.1.2	Inanspruchnahme von Beratungsangeboten und Selbsthilfegruppen für die Angehörigen	52
5.1.3	Inanspruchnahme der Unterstützung durch andere Familienmitglieder	52
5.1.4	Planung entlastender Aktivitäten	53
5.1.5	Planung einer Unterbringung in einem Pflegewohnheim	54
5.2	Erweiterung der Kompetenz, den Kranken zu begleiten	54
5.2.1	Empfehlungen zum unterstützenden, konfliktarmen Umgang mit den Betroffenen	54
5.2.2	Vermittlung von Empfehlungen im Rahmen interaktiver Interventionen	62
5.3	Kontrovers diskutiert: Anpassung der Kommunikation und die Beziehung zu Menschen mit Demenz	65
5.3.1	Im Spannungsfeld zwischen Authentizität und Inszenieren	65
5.3.2	Respektvolles Anpassen: die SET-Perspektive	68
5.4	Beratung zu einigen speziellen Problemsituationen	71
5.4.1	Beratung in der frühen Phase einer Demenz	71
5.4.2	Beratung zu speziellen Problemen bei der frontotemporalen Demenz	72
5.4.3	Beratung zu speziellen Problemen bei Lewy-Körperchen-Demenz	74
6	Menschen mit Demenz im Allgemeinkrankenhaus und in Rehabilitationsabteilungen	75
6.1	Der Anteil von an Demenz erkrankten Krankenhauspatienten steigt	75
6.2	Spezielle Risiken und Belastungen, die mit einer stationären Krankenhausbehandlung von Menschen mit Demenz verbunden sind	76
6.3	Die beste Empfehlung: Vermeiden Sie einen Krankenhausaufenthalt	78
6.4	Maßnahmen zur Reduktion von Risiken und Belastungen ..	79
6.5	Integration der Angehörigen in die Krankenhausbehandlung	79
6.6	Behandlung trotz und wegen der Demenz	82
6.7	Erfolge trotz Demenz: Rehabilitation bei somatischen Erkrankungen	83
6.8	Spezielle Rehabilitationsprogramme für somatisch erkrankte Patienten mit Demenz	86

6.9	Verhinderung von Wiederaufnahmen als nachhaltiges Behandlungsziel	90
6.10	Geriatrische Spezialstationen für Menschen mit Demenz	92
6.11	Entlassmanagement: Spezielle Bedürfnisse von Menschen mit Demenz	93
7	Selbsterhaltungstherapie (SET) in der Krankenhausbehandlung von Menschen mit Demenz	96
7.1	Anwendungsbereiche der SET	96
7.2	Alzheimer Therapiezentrum (ATZ) Bad Aibling	97
7.2.1	Rehabilitation für Menschen mit Demenz und deren Angehörige: das Konzept	97
7.2.2	Ablauf der Behandlung	99
7.3	Gerontopsychiatrische Akutstation im Evangelischen Krankenhaus KEH in Berlin	102
7.4	Tagesklinik mit dem Schwerpunkt demenzielle Erkrankungen in Mainz	104
7.5	Lichthof: eine spezielle Einheit für demenziell erkrankte, geriatrische Patienten in Berlin	107
7.6	Spezialstation »Neurogeriatrie – Fokus Demenz« in Ulm	107
7.7	Weiterentwicklung: SET in akuten somatischen Krankenhausstationen	108
8	Therapeutische Empfehlungen	109
8.1	Das Konzept der Therapeutischen Empfehlungen (TE)	109
8.2	Therapeutische Empfehlungen, Arztbriefe und Pflegeüberleitungsberichte	110
8.3	Inhalte und Umfang der Therapeutischen Empfehlungen	111
8.4	Vorbereitung der Therapeutischen Empfehlungen	113
8.4.1	TE im ATZ Bad Aibling: Entwicklungsgeschichte und aktueller Ansatz	113
8.4.2	Vorbereitung und Übermittlung der TE in der Tagesklinik mit dem Schwerpunkt demenzielle Erkrankungen in Mainz	119
8.4.3	Vorbereitung und Übermittlung der TE in der spe- zialisierten geriatrischen Station »Lichthof« in Berlin	121
8.4.4	Vorbereitung und Vermittlung der TE in der gerontopsychiatrischen Station des Evangelischen Krankenhauses Elisabeth Herzberge (KEH) in Berlin	122
8.5	Textvorlagen für TE	124
9	Spezialstation »Neurogeriatrie – Fokus Demenz«: Konzept und erste Erfahrungen	126
9.1	Warum eine Spezialstation: Ziele und Aufgaben	126
9.2	Wer wird behandelt: Klinikstruktur, Zielgruppe und Aufnahmekriterien	127

9.2.1	Behandlungsrahmen für ältere Patienten und Menschen mit Demenz	127
9.2.2	Indikation für die Behandlung in der Neurogeriatrie	128
9.2.3	Ausschlusskriterien	128
9.3	Das Neurogeriatrie-Team und seine Aufgaben	129
9.4	Selbsterhaltungstherapie (SET) als die konzeptionelle Grundlage für die Neurogeriatrie	133
9.5	Diagnose Demenz	134
9.6	Teamkommunikation und Teamarbeit	135
9.7	Anpassung der Therapieziele und -verfahren an die speziellen Bedürfnisse von Menschen mit Demenz	136
9.7.1	Funktionelle Besserung von nicht mit Demenz assoziierten Defiziten bei Patienten mit Demenz	136
9.7.2	Emotionale Entlastung und Erweiterung der Kompetenz von betreuenden Angehörigen	137
9.7.3	Planung der Versorgung und der sozialen Teilhabe im häuslichen Umfeld	137
9.8	Maßnahmen zur Förderung der Nachhaltigkeit der stationären Behandlung und Hilfen für Angehörige und Betreuer ...	138
9.8.1	Integration der Angehörigen und anderer Betreuender in die Behandlung	138
9.8.2	Patientenbrief: Schriftliche Empfehlungen für die Betreuenden	140
9.8.3	Vernetzung mit Ansprechpartnern nach dem Aufenthalt	141
9.9	Maßnahmen zur Reduktion der Risiken und Belastungen, die mit dem Krankenhausaufenthalt verbunden sind	142
9.9.1	Bauliche Maßnahmen und Ausstattung	142
9.9.2	Organisation und Abläufe im Stationsalltag	143
9.9.3	Mahlzeiten und Ernährung	144
9.9.4	(Nächtliche) Unruhe und Schlafstörungen	144
9.9.5	Zusätzliche Unterstützung	145
9.9.6	Mitarbeiterschulung und Mitwirkung an der Konzeptentwicklung	145
	Literatur	147
	Anlagen	
	Anlage 1 – TE: Relevante Themenbereiche mit Hilfsfragen	163
	Anlage 2 – TE bei mittelschwer ausgeprägter Demenz und starker Sturzgefährdung	167
	Anlage 3 – TE bei mittelschwer ausgeprägter Demenz und aggressivem Verhalten	170

Anlage 4 – TE bei schwer ausgeprägter Demenz und belastendem Verhalten	176
Anlage 5 – TE bei leicht bis mittelschwer ausgeprägter Demenz	182
Anlage 6 – TE bei schwerer Demenz und motorischer Funktionseinschränkung	185
Anlage 7 – TE bei schwer ausgeprägter Demenz und nach akutem Schlaganfall	188
Anlage 8 – TE bei leicht bis mittelschwer ausgeprägter Demenz und nach Ischämie	192
Anlage 9 – TE: Vorlage mit vorformulierten Textbausteinen	196
Anlage 10 – Konzept zur Arbeit mit Angehörigen und anderen Kümmerern	211
Anlage 11 – Teamsitzung: inhaltliche Elemente und Struktur	213
Sachregister	215

Elektronische Zusatzmaterialien im Überblick:¹

Anlage 2, Anlage 3, Anlage 4, Anlage 5, Anlage 6, Anlage 7, Anlage 8, Anlage 9

Link: <http://downloads.kohlhammer.de/?isbn=978-3-17-031667-6>

Passwort: DPapRgk6

¹ Wichtiger urheberrechtlicher Hinweis: Alle zusätzlichen Materialien, die im Download-Bereich zur Verfügung gestellt werden, sind urheberrechtlich geschützt. Ihre Verwendung ist nur zum persönlichen und nichtgewerblichen Gebrauch erlaubt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

1 Einleitung

»Immer wieder bringen wir unser Leben in eine Form, immer wieder zerbricht das Leben die Form« – Arno Geiger weiß wie kein anderer seine Erfahrungen als betreuender Angehöriger in solche einfachen und kraftvollen Sätze zu fassen (Geiger 2011, S. 66). Mit einer demenziellen Erkrankung zerbricht das Leben, wie es früher war. Und auch das, was in einem Anpassungsprozess an die Erkrankung neu entsteht, zerbricht immer wieder aufs Neue. Die Betroffenen verleihen dem Leben täglich und stündlich neue Formen – aus dem noch verfügbaren Reichtum an Erfahrungen, Begabungen, Lust, dabei zu sein, auch Ärger und Sorgen gehören dazu. Sie würden es aber nicht lange ohne die Unterstützung der nächsten Menschen schaffen. Es ist interessant, wie diese ungewollte Hilfsbedürftigkeit unser soziales Wesen an den Tag bringt. Wie deutlich es dabei auch wird, dass wir die Nächsten brauchen, um die eigene Form, das eigene »Ich« oder, wie Psychologen es ausdrücken, das eigene »Selbst« zu erhalten; wir alle – und bei Demenz ganz besonders nötig. Es sind vor allem die Angehörigen, die den Betroffenen Halt geben. Wie können sie aber diese Aufgabe bewältigen? Welche Hilfe brauchen sie selbst? Welches Wissen? Welche Unterstützung? Über welche Voraussetzungen und Erfahrungen müssen Angehörige verfügen, um sowohl für den Betroffenen als auch für sich selbst gut sorgen zu können? Wir sind der Auffassung, dass dies Fragen sind, die sich Ärzte und Therapeuten stellen müssen, die Menschen mit Demenz in Krankenhäusern behandeln. Und zwar auch dann, wenn Patienten nicht wegen einer Demenz, sondern zur Behandlung eines Hüftbruchs, kardiologischer Probleme oder anderer somatischer Leiden aufgenommen wurden. Eine Demenz als Nebendiagnose müsste immer die Aufmerksamkeit von Kardiologen, Chirurgen, Ergotherapeuten, Logopäden und anderen Behandelnden auf die psychosoziale Situation des Patienten und dessen Bezugspersonen lenken, um die ggf. notwendigen Hilfen einzuleiten. Es ist uns bewusst, dass der klinische Alltag in einem Krankenhaus nicht viel Platz für diese Aufgaben lässt und dass sie oft weder zur Routine noch zum beruflichen Selbstverständnis der Behandelnden gehören. Angesichts des Bedarfs können jedoch die in den Krankenhäusern behandelnden Teams dieser Problematik nicht ausweichen. Das vorliegende Buch zeigt, wie es gelingen kann, Bezugspersonen in die Behandlung zu integrieren, und beinhaltet praktische Hilfen dazu.

Das Konzept der Selbsterhaltungstherapie (SET) beschäftigt sich mit der Frage, welche Art von Unterstützung Menschen mit Demenz brauchen, um aus ihren eigenen Ressourcen das Beste zu machen und die Zuversicht, das Selbstwertgefühl, ihr Wohlbefinden und ihre Lebensqualität zu bewahren sowie die bestmögliche Leistung zu erbringen und am Leben teilzuhaben. Im Fokus der

Aufmerksamkeit steht dabei die Unterstützung, die von nahestehenden Personen – vor allem den Angehörigen, aber auch anderen Bezugspersonen – im alltäglichen Leben angeboten wird. Die Bedeutung von zeitlich limitierten Behandlungen der demenzbedingten Störungen, wie z. B. im Rahmen einer Rehabilitation, wird vor allem in der Vorbereitung einer adäquaten Unterstützung für den Alltag gesehen. Konsequenterweise ist es aus der Perspektive der SET immer notwendig, die Bezugspersonen, welche die Betroffenen im Alltag begleiten, in die Behandlung zu integrieren. Menschen mit Demenz zu unterstützen, kostet viel Kraft. Deswegen beinhalten auf dem SET-Konzept basierende Behandlungsprogramme auch immer Hilfen für die Betreuenden, damit diese sich vor Überforderung schützen und ihre eigene Gesundheit erhalten können.

Das Konzept der Selbsterhaltungstherapie (SET) wurde von der Autorin dieses Buches an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der TU München vor knapp 30 Jahren entwickelt (Romero und Eder 1992). Seit dieser Zeit wurde es in Behandlungsprogramme für Menschen mit Demenz in einigen klinischen Einrichtungen aufgenommen. Das Alzheimer Therapiezentrum (ATZ) der Schön Klinik Bad Aibling wurde bei der Gründung im Jahr 1999 so konzipiert, dass die in der SET verankerten Ziele optimal umgesetzt werden könnten. Menschen mit Demenz und die sie immer begleitenden Angehörigen sollen im Rahmen dieses Programms auf das gemeinsame Leben im Alltag vorbereitet werden. Diese Grundidee konnte auch im Rahmen einer teilstationären psychiatrischen Behandlung in einer Tagesklinik in Mainz umgesetzt werden (näheres zu diesen beiden Einrichtungen s. u.).

In Akutstationen von Krankenhäusern sieht die Situation von Menschen mit Demenz allerdings wesentlich anders aus. Mit der Implementierung des SET-Konzeptes in diesen Einrichtungen, wie im Evangelischen Krankenhaus Königin Elisabeth Herzberge in Berlin, wird das Ziel verfolgt, die Kompetenz der behandelnden Teams auch im Hinblick auf die Beratung von Angehörigen und anderen Bezugspersonen zu erweitern, um positive Weichen für die Zeit nach der Krankenhausbehandlung zu stellen.

Dieses Buch richtet sich in erster Linie an Therapeuten, Ärzte und Sozialdienstmitarbeiter, die in Krankenhausstationen Menschen mit Demenz behandeln. Am Ende einer Krankenhausbehandlung gehört die Vorbereitung der Versorgung zu Hause natürlich immer zum klinischen Alltag. Dennoch möchten wir hervorheben, dass die Zielsetzung einer guten Vorbereitung auf den Alltag nach der Entlassung aus dem Krankenhaus speziell bei Menschen mit Demenz eine sehr große Bedeutung hat. Für alle von einer Demenz Betroffenen, die wegen somatischen Leiden oder einer Zuspitzung der demenziellen Symptomatik stationär aufgenommen werden, bedeutet der Aufenthalt im Krankenhaus eine große Belastung. Er bietet aber auch die Chance, dass die Lebensbedingungen im Alltag nach der Entlassung besser an ihre Bedürfnisse angepasst werden. Hierfür müssen die individuellen Bedürfnisse der Erkrankten rechtzeitig erkannt und die Bezugspersonen in die Behandlung miteinbezogen werden.

Die Empfehlungen in Kapitel 5 dieses Buches zur Begleitung von Menschen mit Demenz können bei der Beratung von Angehörigen und anderen Bezugspersonen angewandt werden (► Kap. 5). Sie können aber natürlich auch für den therapeuti-

schen Umgang mit den Betroffenen als hilfreich empfunden und eingesetzt werden.

Zusätzlich zur persönlichen Beratung von Betroffenen und Bezugspersonen hat sich die Vorbereitung von Therapeutischen Empfehlungen (TE) bewährt, die die Erfahrungen des jeweils behandelnden Teams in einer schriftlichen Form beinhalten. Im Kapitel 8 werden das innovative Konzept dieser Maßnahme sowie praktische Hinweise zur Vorbereitung der TE dargestellt (► Kap. 8). Dabei kann der Leser von den Erfahrungen der beschriebenen klinischen Einrichtungen profitieren, die Therapeutische Empfehlungen bereits seit Längerem erstellen. Um den Lesern das Verfassen von schriftlichen TE zu erleichtern, beinhaltet das Buch Hilfen in Form von sieben Beispielen therapeutischer Empfehlungen ► Anlagen (Nr. 2 bis 8) sowie eine Aufstellung von verschiedenen einzelnen Empfehlungen, die als Textbausteine übernommen werden können (► Anlage 9). Diese Texte und Textbausteine können heruntergeladen werden, um dem interessierten Leser die Nutzung dieser Vorlagen im eigenen klinischen Alltag zu vereinfachen (Link und Passwort finden Sie am Anfang des Werkes).

Nichtprofessionelle Leser, vor allem betreuende Angehörige, können das Buch aus einer anderen Perspektive als eine Art Ratgeber lesen und unter den Empfehlungen diejenigen finden, die auf ihre eigene Situation zutreffen und das gemeinsame Leben mit dem Erkrankten erleichtern.

Die detaillierten Empfehlungen zur Anpassung der Umgangsformen und der Gestaltung des Alltags an die Folgen der Demenz, die wir für die persönliche Beratung der Betreuenden (► Kap. 5) und für die schriftlichen TE ► Anlagen (Nr. 2 bis 9) in das Buch aufgenommen haben, beruhen auf eigener klinischer Erfahrung und auf Erfahrungen der in diesem Buch dargestellten Einrichtungen. Sie sind im Konzept der Selbsterhaltungstherapie verankert, das im Kapitel 3 geschildert wird.

Mit dem vorliegenden Buch möchten wir den Lesern ein Behandlungskonzept vermitteln, das eine nachhaltige Anpassung des Umfeldes an die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz zum Ziel hat. Dies haben wir unter der Berücksichtigung der Demenzfolgen (► Kap. 2), der speziellen Situation der betreuenden Angehörigen (► Kap. 4) und der Rahmenbedingungen einer Krankenhausbehandlung (► Kap. 6) vorgenommen.

In Kapitel 9 findet sich in Ergänzung zu den zuvor dargestellten Einrichtungen schließlich noch eine ausführliche und praxisnahe Darstellung eines Behandlungsprogramms in einer speziellen Station: »Neurogeriatrie – Fokus Demenz« an den Universitäts- und Rehabilitationskliniken Ulm (RKU) (► Kap. 9).

Es ist unser Wunsch als Autoren, dass wir die Leser inspirieren, motivieren und ihnen viele praktische Hilfen anbieten können. Abschließend unsere letzte Empfehlung: Lesen Sie unbedingt, falls Sie es noch nicht getan haben, das Buch »Der alte König in seinem Exil« von Arno Geiger.

Implementierung der Selbsterhaltungstherapie in die Krankenhausbehandlung von Menschen mit Demenz: kurzer Blick auf die Geschichte und Danksagung

Die Selbsterhaltungstherapie (SET) wurde 1999 dem Behandlungskonzept des Alzheimer Therapiezentrums (ATZ) Bad Aibling zugrunde gelegt. Das ATZ gehört zur Schön Klinik Bad Aibling, einem Krankenhaus für Akutneurologie und neurologische Rehabilitation (Chefärzte: Dr. med. Marion Mertl-Rötzer, Dr. med. Dipl.-Psych. Friedemann Müller, Dr. med. Matthias Schaub, Prof. Dr. med. Klaus Jahn). Das ATZ wurde in Zusammenarbeit mit der Psychiatrischen Klinik der Technischen Universität München gegründet. Der damalige ärztliche Direktor der Neurologischen Klinik Bad Aibling Prof. Dr. med. Eberhard König und Prof. Dr. med. Hans Förstl, Direktor der Psychiatrischen Klinik TUM, haben die Entstehung der neuen Einrichtung mit persönlichem Engagement begleitet. Die Konzeptgeberin und Gründungsleiterin des ATZ ist die Autorin des vorliegenden Buches. Die obligatorische Integration der betreuenden Angehörigen in die Behandlung und die Vorbereitung und Erstellung von schriftlichen therapeutischen Empfehlungen (TE) gehörten zu dem von der Autorin mitgebrachten Konzept. Der Mitautor des Buches, die Sozialpädagogin Antje Berner und die Kunsttherapeutin Stefanie Urbas haben als Mitarbeiter »der ersten Stunde« innovative Beiträge zu dem neuen Behandlungsprogramm geleistet. In den folgenden 18 Jahren waren dann zahlreiche weitere Teammitglieder aktiv an der Weiterentwicklung und Umsetzung des Konzeptes beteiligt.

In den Jahren 2014–2017 konnte das SET-Konzept in weiteren Einrichtungen implementiert werden, die hier genannt werden:

- Gerontopsychiatrische Station im Evangelischen Krankenhaus Königin Elisabeth Herzberge (KEH) in Berlin
- »Lichthof«, eine spezialisierte Einheit für geriatrische Patienten mit Demenz im Wichernkrankenhaus, Fachkrankenhaus für Innere Medizin Geriatrie und Rehabilitation in Berlin
- GPS Tagesklinik II mit Schwerpunkt demenzielle Erkrankungen in Mainz
- Neurogeriatrie mit dem Fokus Demenz, eine spezialisierte Station an den Universitäts- und Rehabilitationskliniken Ulm (RKU).

Die Autorin des vorliegenden Buches hat die Implementierung der SET in diesen vier klinischen Einheiten beratend begleitet und war an der Entstehung der in diesem Buch veröffentlichten Vorlagen für die TE beteiligt.

Dieses Buch hätte in der vorliegenden Form nicht ohne die bedeutende Beteiligung von Mitarbeitern der oben genannten Einrichtungen entstehen können. Wir möchten uns bei allen bedanken, die zur Implementierung des SET-Konzeptes in die Behandlungsprogramme und auch direkt zur Vorbereitung dieses Buches wichtige Beiträge geleistet haben. Im Weiteren werden wir auf deren persönliche Beiträge dankend hinweisen.

Die Tagesklinik mit dem Schwerpunkt Demenz in Mainz hat unter der Leitung von Dr. med. Kay-Maria Müller das SET-Konzept implementiert. Jennifer

Kessler, Ergotherapeutin, hat die Vorbereitung der TE übernommen und zusammen mit einer Arbeitsgruppe einen Standard zur Vorbereitung und Erstellung der TE und eine Textvorlage hierfür entworfen. Wir bedanken uns für einige anonymisierte Beispiele der TE, die nach redaktioneller Bearbeitung in das Buch aufgenommen wurden (► Anlage 3 und ► Anlage 4). Darüber hinaus wurden Textfragmente von den TE aus der Tagesklinik in Mainz wie auch von den TE aus anderen unten genannten Kliniken in die Zusammenstellung von Textbausteinen aufgenommen, die wir dem Buch beilegen (► Anlage 9).

In der gerontopsychiatrischen Akutstation des Evangelischen Krankenhauses Königin Elisabeth Herzberge (KEH) in Berlin (CA Prof. Dr. med. Albert Diefenbacher MBA) wurde die SET auf Initiative von Eckehard Schlauß, des Demenzbeauftragten im KEH, implementiert. Der OA Dr. med. Björn Kruse engagierte sich persönlich bis Mai 2017 in der Umsetzung des Konzeptes. Ab Juni 2017 wurde die ärztliche Leitung von Prof. Dr. med. Torsten Kratz übernommen, der bereits vor mehreren Jahren eine SET-Fortbildung für die Mitarbeiter organisiert hatte und die Fortsetzung der SET-basierten Maßnahmen mit großer Überzeugung unterstützt. Herr Frank Lipowski ist als pflegerische Gruppenleitung an der Einführung und Umsetzung des Konzeptes beteiligt. Im Rahmen der Implementierung entwickelte bzw. adaptierte das multiprofessionelle Team Verfahren und Vorgehensweisen, die geeignet sind, um unter den Bedingungen einer akuten Station den Betroffenen eine nachhaltige Unterstützung zu sichern. Für die Etablierung der TE war in der Einführungsphase das Engagement der Dipl.-Psychologin Sonja Sorg und des Dipl.-Psychologen Marcel Reich entscheidend und wichtig. Beide waren maßgebend an der Erstellung der Liste von für die TE relevanten Themenbereichen beteiligt (► Anlage 1). Wir bedanken uns für ihre Unterstützung und die freundliche Zustimmung zur Publikation dieser Liste. Langfristig übernahmen dann Pflegemitarbeiter die Vorbereitung und Erstellung der TE; hervorzuheben sind dabei Kathrin Franke und Mathias Kopp, beide gerontopsychiatrische Fachpflegekräfte, die besonders in der Einführungsphase eine schriftführende Rolle übernommen haben. Bei Dr. med. Björn Kruse, Konstantina Kafali (Stationsärztin) und Frank Lipowski bedanken wir uns für die Zustimmung zur Publikation des Konzeptes (Standards) zur Integration von Angehörigen und anderer Betreuender in die Behandlung. Das Konzept haben wir gemeinsam erarbeitet (► Anlage 10).

Die Gründung des »Lichthofes«, der spezialisierten Station für geriatrische Patienten mit Demenz, und die Entwicklung des dortigen Behandlungskonzeptes wurde auf Initiative und unter der Leitung von Dr. med. Martin Warnach, ärztlicher Leiter des Wichernkrankenhauses (bis 2017), vorgenommen. Dr. med. Charlotte Hillmann, die neue Chefärztin des Wichernkrankenhauses, begleitet unterstützend die Fortsetzung dieser Arbeit. An der Implementierung des SET-Konzeptes im »Lichthof« war auch das multidisziplinäre Team unter der ärztlichen Leitung der OÄ Dr. med. Angelika Tsilimi beteiligt. Justyna Maculewicz-Berger unterstützte das Vorhaben als Pflegedienstleitung. Die schriftführende Verantwortung für die Vorbereitung und Erstellung der TE übernahm die Dipl.-Psychologin Josefine Grosse. Bei ihr bedanken wir uns sehr für die Überlassung zweier anonymisierter Beispiele der TE, die wir in etwas

überarbeiteter Form in das Buch aufgenommen haben (► Anlage 5 und ► Anlage 6).

Eine weitere spezialisierte Station – »Neurogeriatrie – Fokus Demenz« –, die die SET in das Behandlungs- und Betreuungskonzept aufgenommen hat, ist 2016 an den Universitäts- und Rehabilitationskliniken Ulm (RKU) entstanden. Die Initiative hierfür wurde durch Prof. Dr. med. Albert Ludolph, ärztlicher Direktor der Klinik für Neurologie, Universitätsklinikum Ulm, mit Unterstützung durch den Geschäftsführer RKU, Herrn Matthias Gruber, angestoßen. Prof. Dr. med. Christine von Arnim hat als Chefärztin der Klinik für Neurogeriatrie und neurologische Rehabilitation am RKU und Leiterin der Neurogeriatrie – Fokus Demenz den Aufbau der spezialisierten Station und die Implementierung des SET-Konzeptes begleitet. An der Einführung und Umsetzung des Konzeptes war erfreulicherweise das gesamte multidisziplinäre Team aktiv beteiligt. Frau Helene Maucher als Pflegedienstleitung und Frau Birgit Feil, stv. Pflegedirektorin, haben einen bemerkenswerten Beitrag u. a. im Rahmen der Organisation der Personalschulungen geleistet. Bei der Vorbereitung der schriftlichen therapeutischen Empfehlungen (»Patientenbriefe«) haben sich Dr. med. Christoph Leinert und Dipl.-Psychologin Carolina Habermeier besonders eingesetzt. Wir bedanken uns für die Überlassung von anonymisierten Beispielen der Patientenbriefe, die nach redaktionellen Veränderungen in dieses Buch ganz (► Anlage 7 und ► Anlage 8) oder in Fragmenten (► Anlage 9) übernommen wurden. Herr Dr. med. Leinert hat aktiv neue Wege gesucht, um die Behandlung von Patienten mit Demenz an deren spezielle Bedürfnisse, auch im Sinne der SET, anzupassen. In diesem Zusammenhang ist eine Leitlinie zur Strukturierung der Teamsitzungen entstanden (► Anlage 11). Das Konzept der Station und die ersten Erfahrungen des engagierten Teams werden in Kapitel 9 dargestellt (► Kap. 9).

Ganz besonders möchten wir uns bei Kolleginnen und Kollegen bedanken, die uns bei der Vorbereitung des Buches mit fachlichem Rat zur Seite gestanden haben. Wir haben von den Hinweisen von Herrn Dr. med. Björn Kruse, Frau Dr. med. Kay-Maria Müller, Herrn Günther Robl, Herrn Dipl.-Gerontologen Eckehard Schlauß, Frau Dr. phil. Tina Theml, Frau Dr. med. Angelika Tsilimi und Herrn Dr. med. Martin Warnach sehr profitiert.

2 Demenz verändert

2.1 Das Demenzsyndrom und Charakteristika der Betroffenen

Zu den diagnostischen Merkmalen eines Demenzsyndroms gehören nach ICD-10 (WHO 2014) zwei Gruppen von Symptomen:

- Abnahme des Gedächtnisses und anderer kognitiver Fähigkeiten (z. B. Störung der Urteilsfähigkeit, des Denkvermögens, der Sprache oder der Orientierung)
- Veränderung der Affektkontrolle (z. B. emotionale Labilität oder Reizbarkeit), des Antriebs bzw. der Motivation (z. B. Apathie) und des Sozialverhaltens (Abnahme der sozialen Kompetenz, z. B. Vergröberung).

Diese Symptome treten in verschiedenen Kombinationen und Ausprägungsgraden auf und hängen von der Demenzform, dem Krankheitsstadium wie auch von psychosozialen und anderen individuellen Rahmenbedingungen ab.

Zusätzlich zu den Erscheinungsbildern, die das Demenzsyndrom definieren, treten bei den Kranken zahlreiche andere Störungen auf, die ebenfalls Folge der vorliegenden Gehirnerkrankung sind, vor allem Störungen der Motorik und des Schlafrhythmus. Im Hinblick auf das Alter der meisten Betroffenen liegen zusätzlich zur Demenzerkrankung oft chronische somatische Erkrankungen vor.

Wie an einer anderen Stelle bereits ausgeführt (vergl. Romero 2014, S. 175), prägen folgende Merkmale die Situation von Menschen mit Demenz:

- Die große Mehrzahl demenzieller Erkrankungen hat einen irreversiblen, chronisch fortschreitenden Charakter.
- Demenzielle Störungen betreffen mehrere kognitive, affektive und soziale Kompetenzen und führen relativ früh im Verlauf zu zunehmender Hilfsbedürftigkeit.
- Das Erkrankungsrisiko nimmt mit dem Alter zu. Etwa zwei Drittel der Kranken mit einer senilen Demenz haben ein Alter von 80 Jahren vollendet. Präsenile Erkrankungen haben mit 2 % einen kleinen Anteil an der Gesamtzahl von Demenzerkrankungen (Bickel 2012).
- Aufgrund der höheren Lebenserwartung bei Frauen sind mehr als 70 % der Kranken weiblich (Bickel 2012).

- Die meisten Demenzkranken werden – zumindest in den ersten Jahren – zu Hause von Angehörigen betreut. 35–40 % aller Erkrankten leben in Pflegeheimen (Bickel 2012).
- Rund zwei Drittel aller Demenzkranken leiden an weiteren Erkrankungen (Thyrian et al. 2011).

Die große Mehrheit der von einer Demenz Betroffenen ist also über 80 Jahre alt und multimorbid. Mit fortschreitender Krankheit entwickeln Menschen mit Demenz Symptome, die die psychische und körperliche Gesundheit direkt und indirekt beeinträchtigen und sich gegenseitig verstärken. Darüber hinaus leiden rund zwei Drittel aller Demenzkranken an weiteren Erkrankungen (Thyrian et al. 2011). Der häufige Verlust des Antriebs zum Essen und Trinken führt zu Mangel- oder Unterernährung und folglich zu Muskelschwund und Kraftverlust. So werden Mobilitätsbeeinträchtigungen, die durch die fortschreitende Schädigung des zentralen Nervensystems verursacht sind, verstärkt. Der Bewegungsmangel gepaart mit der Unterernährung führt zur Schwächung der Abwehrkräfte und einer erhöhten Anfälligkeit für Infektionen, wie z. B. für Lungenentzündungen, die eine häufige Todesursache demenzkranker Menschen sind (Wada et al. 2001).

Demenzkranken weisen ein doppelt bis dreifach höheres Sturzrisiko als gesunde ältere Menschen auf (Härlein et al. 2009) und haben dabei ein hohes Risiko für Knochenbrüche. Menschen mit Demenz leiden auch häufiger an Herz- und Gefäßkrankheiten sowie Schlaganfällen (Thyrian et al. 2011).

Multifaktoriell bedingte Einschränkungen der Selbstständigkeit belasten die Lebensqualität und das Selbstwertgefühl der Betroffenen. Barbe und Mitautoren (2017) haben in einer aktuellen Studie eine relativ große Gruppe von 123 Personen mit einer leicht bis mittelgradig ausgeprägten Alzheimer-Krankheit untersucht und festgestellt, dass insbesondere die eingeschränkte Fähigkeit, sich innerhalb der Wohnung zu bewegen und das Telefon zu bedienen, mit der Reduktion des Selbstwertgefühls einherging.

2.2 Kognitive Beeinträchtigungen

2.2.1 Hauptsymptome

Leitsymptom der Alzheimer-Krankheit und der meisten anderen Demenzformen ist die Störung des Gedächtnisses. Nicht alle Aspekte dieser komplexen Gehirnfunktion sind im Verlauf der fortschreitenden Verluste gleich betroffen. In frühen Demenzphasen stehen Schwierigkeiten, neue Inhalte im Gedächtnis abzuspeichern, im Vordergrund. Im Lauf des Lebens erlerntes Wissen und biografische Erinnerungen werden dann im weiteren Krankheitsverlauf allmählich vergessen. Die Kompensation der Gedächtnisstörungen z. B. durch Notizen

oder spezielle Mnemotechniken ist durch andere, parallel auftretende kognitive Störungen, die u. a. das Schreiben, Lesen und vor allem das planende Denken betreffen, deutlich erschwert. Früh im Verlauf der Alzheimer-Krankheit treten in der Regel auch Störungen der räumlichen und zeitlichen Orientierung auf. Die Orientierung ist zu Beginn häufig nur in fremder Umgebung beeinträchtigt. Im weiteren Verlauf fällt es den Betroffenen dann zunehmend schwer, auch in vertrauter Umgebung Wege zu finden. Die Fähigkeit, Ereignisse auf der Zeitachse zuordnen zu können, ist besonders vulnerabel und häufig früh im Verlauf beeinträchtigt. Daher empfiehlt es sich, in Kontakten mit den Betroffenen auf Fragen wie: »Wann war das?«, »Wie lange wird es noch dauern?«, »War es vorher oder nachher?«, zu verzichten. Mit solchen Fragen können die Betroffenen bereits zu Beginn der Erkrankung überfordert und schmerzhaft mit den eigenen Defiziten konfrontiert werden. Die Kommunikation ist durch Sprachstörungen beeinträchtigt. Zu Beginn treten häufig Schwierigkeiten auf, Wörter zu finden. Beim weiteren Fortschreiten der Erkrankung ist auch das Sprachverständnis betroffen und die verbale Ausdrucksfähigkeit nimmt immer mehr ab.

Besonders schwerwiegende Folgen haben Störungen des Denkens und des Urteilsvermögens, weil sie zunehmend die Entscheidungskompetenz und die Fähigkeit zur Selbstbestimmung der Betroffenen einschränken.

2.2.2 Exkurs: Einwilligungsfähigkeit und Entscheidungen über den Wohnort

Aufgrund der praktischen Relevanz war speziell die Einwilligungsfähigkeit von Menschen mit Demenz in medizinische Maßnahmen Gegenstand wissenschaftlicher Reflexion und Forschung. Dabei haben mehrere Autoren festgestellt, dass eine valide und reliable Beurteilung der Einwilligungsfähigkeit bis jetzt nicht möglich ist. Vielmehr lagen die Urteile der untersuchenden Ärzte, Juristen und Medizinethiker bezüglich der Einwilligungsfähigkeit von Patienten mit leichter Demenz in medizinische Maßnahmen weit auseinander (Haberstroh und Müller 2016; Marson et al. 1997). Trachsel und Kollegen fordern zur Schließung dieser konzeptuellen und methodischen Lücken auf:

»Aufgrund der starken Betonung der Patientenautonomie und der Tatsache, dass Patientenrechte als unverzichtbarer Bestandteil einer modernen Gesundheitsversorgung angesehen werden, sind transparente, gut begründete und klar definierte Standards für die Feststellung der Urteilsunfähigkeit von Patienten notwendig« (Trachsel et al. 2013, S. 26).

Eine Forschungsgruppe aus dem Forum für Interdisziplinäre Altersforschung am Frankfurter Universitätsklinikum führt aktuell Projekte durch, die nicht nur die Beurteilung, sondern auch die Förderung der Einwilligungsfähigkeit in medizinische Maßnahmen bei Demenz zum Ziel haben (Haberstroh 2014; <http://www.uni-frankfurt.de/62154606/Projekt-EmMa>; <http://www.uni-frankfurt.de/~62154553/Projekt-ENSURE>, Zugriff am 05.03.2018).

Einschränkungen des Urteilsvermögens haben in vielen Lebensbereichen schwerwiegende praktische Folgen. Ein besonders wichtiges Problem stellt dabei die Entscheidung über den Wohnort dar. Von rund 1,6 Millionen Demenzerkrankten in Deutschland leben etwa drei Viertel zu Hause (Grass-Kapanke et al. 2008), in über der Hälfte aller Fälle in einem gemeinsamen Haushalt mit den Angehörigen (Schacke und Zank 2010). Zu Hause zu bleiben, auch bei Pflegebedürftigkeit und im Alter, entspricht dem Wunsch eines überwiegenden Teils unserer Gesellschaft (Alber und Köhler 2004). Dieser Wunsch kann bei Menschen mit Demenz nicht immer erfüllt werden: 35–40 % aller Erkrankten ziehen, meist in fortgeschrittenen Krankheitsstadien, in ein Pflegeheim um (Bickel 2012). In mehreren Studien wurde untersucht, unter welchen Bedingungen ein Verbleib zu Hause – trotz ausgeprägter Hilfsbedürftigkeit – möglich, aber auch wünschenswert und verantwortbar ist (für einen aktuellen Literaturüberblick siehe Schäufele und Pfeiffer 2016). Die Entscheidung für oder gegen eine Pflegeeinrichtung ist schwerwiegend, komplex und emotional belastend. Die Kompetenz der Kranken, selbst diese Entscheidung zu treffen und zu tragen, kann eingeschränkt sein. Während in fortgeschrittenen Krankheitsstadien starke Beeinträchtigungen im Bereich der Entscheidungsfähigkeit offensichtlich sind, kann eine professionelle Beurteilung in früheren Demenzstadien – bei fehlenden Studien hierzu – nicht evidenzbasiert erstellt werden (Alankuş 2009). Krankenhäuser sind häufig der Ort, an dem über einen Wohnortwechsel entschieden wird bzw. an dem Weichen für eine entsprechende zeitnahe Entscheidung gestellt werden. Daher ist es wichtig, dass vor allem Krankenhausmitarbeiter über die Kompetenz verfügen, Menschen mit Demenz in diesen komplexen Entscheidungssituationen angemessen zu unterstützen. Ein aktuelles, am Universitätsklinikum Magdeburg durchgeführtes und von der Robert Bosch Stiftung gefördertes Projekt hat zum Ziel, den Prozess der Entscheidungsfindung, wie er im Rahmen einer stationären Krankenhausbehandlung durchgeführt wird, zu optimieren. Dabei soll die informierte Entscheidungsfindung von Patienten (wenn möglich) und von Angehörigen über die Entlassung zurück in die eigene Wohnung vs. Umzug in eine Pflegeeinrichtung gefördert werden (<http://www.bosch-stiftung.de/de/projekt/menschen-mit-demenz-im-akutkrankenhaus/geoerderte-projekte>, Zugriff am 18.03.2018). Das Projekt wird von Prof. Dr. med. Notger Müller in Zusammenarbeit mit Dr. phil. Barbara Romero geleitet.

2.2.3 Behandlungsmöglichkeiten

Der nachvollziehbare Wunsch, kognitive Defizite durch spezielle Übungsprogramme zu reduzieren, führte zu zahlreichen praktischen Ansätzen und Evaluationsstudien (für eine aktuelle Übersicht siehe Kallio et al. 2017). Die S3-Leitlinie »Demenzen« (Deuschl und Maier 2016) schließt aus der heterogenen Studienlage, dass eine positive Wirkung der kognitiven, zum Teil computerunterstützten, Trainingsprogramme nicht bewiesen ist. Dagegen empfiehlt die S3-Leitlinie, in Abgrenzung zum kognitiven Training, sogenannte kognitiv

stimulierende Programme, die aus anregenden, kognitiv engagierenden Tätigkeiten bestehen (z. B. Aktivierung von Altgedächtnisinhalten im Gespräch). Diese Empfehlung basiert auf Studienergebnissen, die die positive Wirkung solcher Verfahren auf die kognitive Leistungsfähigkeit bei Menschen mit leicht und mittelgradig ausgeprägter Demenz gezeigt haben. Aus den generell kleinen Wirkungseffekten und der sehr beschränkten Wirkungsdauer nach Beendigung der Therapien leiten die Autoren der S3-Leitlinie indirekt die Schlussfolgerung ab, dass kognitiv aktivierende Programme *dauerhaft* angewendet werden sollten. Im Rahmen der Selbsterhaltungstherapie (SET) werden vor dem Hintergrund der vorhandenen empirischen Datenbasis Schlussfolgerungen mit anderen Schwerpunkten gezogen: Interventionen mit der Intention, bei Menschen mit Demenz *dauerhaft* auf die Kognition oder andere Kompetenzen zu wirken, sollten auf der einen Seite selbstverständlich auch *dauerhaft* angewendet werden. Auf der anderen Seite ist jedoch jeweils kritisch und individuell zu überprüfen, ob spezielle aktivierende Programme in den Alltag implementiert werden sollten oder ob die Betroffenen eher bei der Gestaltung des Alltags, entsprechend ihrer individuellen Ressourcen und Bedürfnisse, unterstützt werden sollten. Eine in diesem Zusammenhang sehr interessante Studie haben Küster und Mitautoren (2016) durchgeführt. Die Autoren haben die Wirkung eines zehnwöchigen kognitiven Trainings und eines zehnwöchigen körperlichen Trainings mit der Wirkung von Aktivitäten verglichen, die zum Alltag und zum Lebensstil der Untersuchten gehörten. Beteiligt waren leicht kognitiv beeinträchtigte Personen mit erhöhtem Risiko, eine demenzielle Erkrankung zu entwickeln. Weder durch das kognitive noch durch das körperliche Training wurde die kognitive Leistungsfähigkeit der beteiligten Personen positiv beeinflusst. Dagegen konnten bei Personen, die nach eigenen Angaben bereits vor der Studie an sozialen, kulturellen und/oder körperlichen Aktivitäten teilnahmen, im Verlauf der Studie bessere kognitive Leistungen im Vergleich zur Kontrollgruppe nachgewiesen werden. Den Schlussfolgerungen der Autoren kann man sich nur anschließen: Ein aktiver Lebensstil hat im Hinblick auf die Erhaltung der Leistungsfähigkeit im Vergleich mit Trainingsprogrammen den Vorteil, dass er ein umfassenderes und breites Spektrum an Aktivitäten beinhaltet, mehr Freude bereitet und besser motiviert. Im Rahmen der Selbsterhaltungstherapie (SET) werden Menschen mit Demenz dabei unterstützt, entsprechend ihrer Interessen und Möglichkeiten am alltäglichen Leben teilzunehmen und die eigenen kognitiven, sozialen und körperlichen Ressourcen im Alltag zu stabilisieren (► Kap. 3 und ► Kap. 7). Während Menschen in frühen Demenzstadien mit einer bedarfsorientierten sozialen Unterstützung ihren gewohnten Aktivitäten meist weiter nachgehen können, erfordert die Gestaltung der Alltagsaktivitäten im weiteren Krankheitsverlauf eine Anpassung. Zu empfehlen ist dann oft die Teilnahme an strukturierten Gruppenaktivitäten für Menschen mit Demenz, die für Heimbewohner oder im Rahmen von Tagesstätten durchgeführt werden. Studienergebnisse deuten darauf hin, dass sich die Teilnahme an halbstandardisierten Gruppenaktivitäten positiv auf kognitive Leistungen und alltagspraktische Fähigkeiten von Menschen mit Demenz auswirkt. Voraussetzung für eine solche erwünschte Wirkung ist allerdings eine zeitin-