



GESUNDHEIT UND PFLEGE

RATGEBER MIT TIPPS UND TRENDS



Fotos: Pixabay.com

Aggressives Verhalten bei Demenz: Was Angehörige tun können

Eine Demenzerkrankung verändert das Miteinander. Selbst ein Mensch, den man früher als friedlichsten der Welt bezeichnet hätte, kann dann plötzlich aggressiv wirken. Was können Angehörige dann tun?

Einmal tief durchatmen und sich sammeln, dabei vielleicht sogar kurz den Raum verlassen: Das ist ein guter Anfang. Mit einem kühlen Kopf fällt es nämlich leichter, dem Auslöser für dieses Verhalten auf den Grund zu gehen. Denn Schimpfen, Schreien, Zurückstoßen und Co. passieren nicht aus Boshaftigkeit, sondern tragen eine Botschaft in sich, wie die Alzheimer Forschung Initiative (AFI) erklärt. Sie lautet: Irgendwas stimmt für die erkrankte Person hier gerade nicht.

Angst, Schmerzen und Co.: Das kann dahinterstecken

Doch was genau? Aggressive Reaktionen können unterschiedliche Auslöser haben, zum Beispiel:

- Angst: Menschen mit Demenz



Mit beruhigenden Gesten können Angehörige einen Wutanfall dementer Personen auffangen. Foto: Ina Fassbender/dpa/dpa-mag

können selbst vermeintlich «kleine» Alltagssituationen als große Bedrohung empfinden - etwa, wenn sie kurz auf jemanden warten müssen und nicht wissen, ob die Person wieder zurückkehrt.

■ Schmerzen und Unwohlsein: Weil demente Personen diese Empfindungen nicht klar in Worte fassen können, drücken sie sie mitunter in Form von aggressivem Verhalten aus.

■ Überforderung durch zu viele Reize: Helles Licht, Lärm, neue Eindrücke und Menschen - all das kann Erkrankten zu viel werden.

Sanfte Worte und etwas Ablenkung: Das kann helfen

Was jetzt nichts bringt: selbst mit Wut zu reagieren, denn das kann die Person mit Demenz noch mehr verunsichern. Stattdessen helfen

Geduld und Einfühlungsvermögen der AFI zufolge nun am meisten weiter.

Die Experten raten daher, die erkrankte Person mit sanfter Sprache und beruhigenden Gesten zu trösten. Haben Angehörige den Auslöser identifiziert, können sie versuchen, ihn aus der Welt zu schaffen - etwa, indem sie die erkrankte Person an einen ruhigeren Ort bringen.

Zudem kann es die Situation entschärfen, wenn Angehörige die Aufmerksamkeit umlenken - und zwar auf etwas Interessantes oder Positives. Das kann eine schöne Melodie oder ein Fotoalbum sein, wie die AFI vorschlägt.

Vorbeugend können Angehörige darauf achten, dass die Person mit Demenz ausreichend Struktur in ihrem Alltag hat. Erst Anziehen, dann Frühstück, dann ein kleiner Spaziergang: Solche festen wiederkehrenden Routinen vermitteln Sicherheit und senken das Risiko für Überforderungsmomente. (DPA)

NordHannoverscher PflegeService GmbH
Care Management
Stefan Walter
Unabhängiger Pflegeberater
0511 / 37 38 22 60
Walsroder Straße 184 • 30853 Langenhagen
Pflegeberatung nach § 37.3 SGB XI für Pflegegeldempfänger.

IPflegedienst
Petra Schmidtke GmbH
Ihre Ambulante Pflege
PROFESSIONELL • KOMPETENT • INDIVIDUELL
Voigtwiese 8
30851 Langenhagen
Tel. 0511 / 47574727
Fax 0511 / 47574725
Ambulanter Pflegedienst

2-Rad Krüger
Viele verschiedene Modelle kurzfristig bestell- und lieferbar!
Ihr Boxenstop in Langenhagen
NEUHEIT!
„VanRaam Thuja“ Design-Innovator
E-Mobile mit Service
„Capri“ Reichweite 25 Km, komplett zerlegbar, Batterie extern zu laden

Werkstattservice • Liefer- und Abholservice • Probefahrten möglich
Walsroder Straße 141 • 30853 Langenhagen • Tel. 0511 - 738047
Mo. - Sa. 9 - 13 Uhr • Mo. - Fr. 14 - 18 Uhr / **Montags wieder geöffnet!!!!**

Job oder Pflegeplatz gesucht?
Jetzt QR Code scannen und über WhatsApp bewerben.
BACHSTRASSE SENIORENHEIM
www.bachstrasse.de
Telefon: 0511 / 64 64 17-0

Mobile med. Fußpflege
Mzkin Asman
Unser Angebot: inkl. Fußmassage!
Auch als Geschenkgutschein erhältlich.
0176-471 963 82

Vermächtnis mit Herz
Ihr Erbe. Ihre Geschichte. Ihr Wunsch.
Gemeinsam Werte sichern, Zukunft gestalten.
Jetzt starten!

Du isst die Reste!
*Du bist die Beste!
Wieder nicht alles richtig verstanden?
Dann machen Sie bei uns einen **KOSTENLOSEN Hörtest!**
JETZT TERMIN VEREINBAREN:
0511 - 20 20 528
HOPPE HÖRGERÄTE
Langenforther Platz 30853 Langenhagen
Parkplätze auf dem Hof (Zufahrt über Godshorner Str. frei)
www.hoppe-hoergeraete.de

Wie die häusliche Pflege die Rente erhöhen kann

Ob aus Kostengründen, emotionaler Nähe oder schlechtem Gewissen: Von den rund 5,7 Millionen Pflegebedürftigen in Deutschland wird der Großteil (86 Prozent) zu Hause von Angehörigen versorgt.

Nicht selten treten Pflegepersonen für diese aufreibende Tätigkeit beruflich kürzer oder geben ihren Job ganz auf. Das wirkt sich negativ auf deren spätere Rentenansprüche aus.

Was viele aber nicht wissen: Wer sich in der häuslichen, nicht erwerbsmäßigen Pflege betätigt, kann auch dadurch unter Umständen Rentenpunkte sammeln. Darauf weist die Deutsche Rentenversicherung Bund (DRV) hin.

Der Grund: Die Pflegekasse des Pflegebedürftigen ist unter bestimmten Voraussetzungen dazu verpflichtet, Rentenbeiträge für die Pflegeperson zu entrichten. Und zwar immer dann, wenn diese einer pflegebedürftigen Person mit mindestens dem Pflegegrad 2 ehrenamtlich - also nicht erwerbsmäßig - unter die Arme greift.

Die Voraussetzungen sind klar geregelt

Dabei muss die Pflege mindestens zehn Wochenstunden verteilt auf zwei Wochentage umfassen. Geht die Pflegeperson weiterhin nebenher arbeiten, darf dieser Job zudem zu nicht mehr als 30 Wochenstunden ausgeübt werden. Ob die Voraussetzungen zur Rentenversicherungspflicht gegeben sind, prüft die Pflegekasse des Pflegebedürftigen.

Die etwaigen Rentenbeiträge für Pflegepersonen betragen im Jahr 2026 zwischen 139,04 und 735,63 Euro - je nach erbrachter Leistung und Pflegegrad. Das entspricht laut DRV den Beiträgen, die Versicherte auch mit einem Job mit



Die Pflegekasse zahlt unter bestimmten Voraussetzungen Rentenbeiträge für ehrenamtlich Pflegenden, wenn sie eine Person mit mindestens Pflegegrad 2 nicht erwerbsmäßig betreuen. Foto: Caroline Seidel/dpa-mag

einem Monatslohn zwischen 747,50 und 3.955,00 Euro erreichen würden. Der spätere Rentenanspruch kann sich bei einem ganzen Jahre Pflege somit um Beträge zwischen 7,04 und 37,27 Euro erhöhen.

Weitere Informationen zum Thema finden Interessierte in der Broschüre «Rente für Pflegepersonen: Ihr Einsatz lohnt sich». Sie kann entweder auf der Website der DRV heruntergeladen oder als Printexemplar bestellt werden. (DPA)

Ihr verlässlicher Pflegepartner in der Wedemark
In unserer modern ausgestatteten Residenz bieten wir 100 Seniorinnen und Senioren in 70 Einzel- und 15 Doppelzimmern die Möglichkeit, bei einer liebevollen und professionellen Betreuung in geborgener Atmosphäre ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Informieren Sie sich gern persönlich, auch ohne Termin oder unter den nachstehend genannten Kontaktmöglichkeiten.
Wir freuen uns darauf Sie kennenzulernen!
Allerhop 22 a | 30900 Wedemark | Tel. 05130/928 05-0
allerhop@medicare-pflege.de | www.medicare-pflege.de
MediCare
Seniorenresidenz Allerhop
Wo das Herz lobt, sind wir zuhause.

Soziale Medien ersetzen keine echten Kontakte

Mehrere Tausend Follower bei Instagram, zahlreiche digitale Nachrichten, Zustimmung über Herzchen, Likes und Kommentare. Und trotzdem fühlt es sich manchmal erstaunlich leer an. Denn digitale Nähe kann reale Begegnungen nicht ersetzen.

„Wir brauchen realen Kontakt, auch Hautkontakt“, sagt Tatjana Reichhart. Die Ärztin für Psychiatrie und Psychotherapie ist in München als Coach und Trainerin tätig. „Das lässt sich nicht über soziale Medien ausgleichen.“

Aber keine Sorge: Niemand muss Tausende analoge Kontakte pflegen, um sich verbunden zu fühlen. Reichhart zufolge reichen oft zwei bis fünf enge Beziehungen.

Wer sind meine engen Beziehungen? Das können Sie mit zwei einfachen Fragen klären: Wen könnte ich nachts anrufen und um Hilfe bitten? Und wem würde ich bei einem nächtlichen Anruf helfen?

Wer merkt, dass solche Antworten fehlen, kann das als Signal verstehen, den eigenen Alltag wieder stärker auf persönliche Begegnungen auszurichten. Am besten Schritt für Schritt, mit kleinen Vereinbarungen und festen Zeitfenstern für reale Kontakte. (DPA)