

Demenz und *Weglauftendenz*

freiheit  
würde  
sicherheit

ifs Bewohnervertretung  
Institut für Sozialdienste



# Warum gehen wir überhaupt?

*„Es gibt im Leben vielerlei Gründe für das Gehen: Wir wollen irgendwo hinkommen, uns gesund erhalten, den Hund ausführen, die Umgebung erforschen, dabei ein Gespräch führen.“*

„Viele Menschen unternehmen ausgedehnte Spaziergänge oder Wanderungen, wenn sie einen schmerzlichen Verlust erlitten haben und trauern. [...] Ich gehe so viel ich kann, wäre ich doch ein Narr, würde ich zu Bett gehen, ohne müde zu sein. [...] Menschen mit Demenz können uns vielleicht nicht sagen, dass sie trauern und deshalb das Bedürfnis haben zu gehen.“

## **Menschen mit Demenz zum Thema „Ruheloses Umhergehen“**

Mitgliedern einer Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz wurde die Frage gestellt, ob Menschen mit Demenz mit oder ohne Grund umhergehen. Hier Auszüge aus ihren Antworten:

„Wenn Menschen mit Gedächtnisproblemen herumgehen oder -wandern, dann versuchen sie Dinge zu tun, die sie früher bei ihrer Arbeit getan haben – sie versuchen normale Leute zu sein.“

„Manchmal fühle ich mich verloren und merke, dass ich an einem mir unbekanntem Ort bin, deshalb gehe ich los und suche nach meinem Zuhause oder nach einer Person, die ich kenne.“

„Ich gehe oft, weil ich den Lärm nicht mag und einfach weg sein möchte, um Ruhe und Frieden zu haben.“

„Ich bin mir ganz sicher, dass Leute mit Gedächtnisproblemen, die umhergehen, auch ihre Verlustgefühle bearbeiten, schließlich haben sie ihr Gedächtnis und ihren Status verloren. Jedenfalls ist es bei mir so.“

„Wenn sich mein Geist verdunkelt und sich in meinem Kopf die Leere ausbreitet, bekomme ich entsetzliche Angst. Ich finde einfach keinen Ausweg. Dieser Zustand hält an und manchmal nisten sich die Bilder in meinem Kopf ein. Bestimmte Gedanken verfolgen mich geradezu. Nur durch Bewegung gelingt es mir, den schlimmen Kreislauf zu unterbrechen. Wenn ich mich körperlich bis zur Erschöpfung verausgabe, kommt mein Kopf wieder zur Ruhe und das schwarze Loch verschwindet.“

(Zitate aus Mary Marshall/Kate Allen: Ich muss nach Hause. Ruhelos umhergehende Menschen mit einer Demenz verstehen. Verlag Hans Huber, 2011)

## **Welche Versuche unternehmen Pflegeheime in Vorarlberg, mit ruhelos umhergehenden Menschen mit Demenz umzugehen?**

In Gesprächen der ifs BewohnervertreterInnen mit Pflegedienst- und Wohnbereichsleitungen aller Vorarlberger Pflegeheime wurde die Frage gestellt, wie sie mit ruhelos umhergehenden BewohnerInnen umgehen und wie sie dem Problem begegnen, wenn Menschen mit Demenz die Einrichtung verlassen möchten. Wir haben die verschiedenen Interventionen in Kategorien eingeteilt (Pflegefachliche Maßnahmen, Hilfsmittel, Betreuung/Personal, Bauliche Maßnahmen/Vorteile durch die Architektur und Maßnahmen im Anlassfall). Die Aufzählung erfolgt ohne Gewichtung, die Reihenfolge ist willkürlich.

## **Pflegefachliche Maßnahmen**

- Aktivitäten – Orientierung an der Biographie
- Aktivitäten – Gehen aus Langeweile verhindern
- Begleitung zu konkretem Ziel (Kirche, Friedhof, Gasthaus...)
- Feste im Hause/Aktivitäten motivieren zum Bleiben
- Ausflüge in die nähere Umgebung
- Ablenken (z.B. Hinweis auf schlechte Wetterverhältnisse)
- Orientierungshilfen im Jahreskreis gemeinsam gestalten
- Basale Stimulation
- Zuwendung durch Handmassage oder Fußbäder
- Überforderung durch MitbewohnerInnen vermeiden
- Eigenes Zimmer von außen erkennbar machen
- Information zur Realität (Nacht, Winter...)
- Validierendes Gespräch
- Information aller MitarbeiterInnen über gefährdete BewohnerInnen (auch Verwaltung und Café, Empfang...)
- Genaue Dokumentation der Weglauftendenz
- RaucherInnen das Rauchen ermöglichen – begleiten
- 10-Minuten-Aktivitäten
- Geschicklichkeitsspiele
- BewohnerInnen das Gefühl vermitteln, zu Hause zu sein
- Tagesrhythmus berücksichtigen
- Pflegemodell nach Böhm
- Besuch der eigenen Wohnung ermöglichen
- Psychosoziale Angebote – singen, tanzen, basteln
- Ausflüge auch mit PKW
- Wege trainieren (z.B. Haupteingang hinaus und Hintereingang retour)

## **Hilfsmittel**

- Alarmsystem an der Ausgangstüre
- Alarmmatte (vor dem Bett, vor der Zimmertüre...)
- Alarmbalken am Bett
- Rollator/Hilfsmittel mit Adressschild versehen
- Sessel im Lift (BewohnerInnen bleiben dort sitzen)
- GPS-System
- Fahrradrollstuhl für größere Ausflüge

- Alarmsystem im Schuh
- Tür-/Brandschutzalarm
- Stationstür mit Vorhang getarnt
- Liftknopf abgedeckt
- Haustüre nur mit Türöffner zu öffnen
- Prewatch-Uhren (gute Akzeptanz – optisch wie echte Uhr)
- Bewegungsmelder mit Gong
- Schwere Bettdecke für BewohnerInnen mit Wahrnehmungsstörung

## **Betreuung/Personal**

- HospizmitarbeiterInnen einplanen
- Besuchsdienst einplanen
- Therapiehund
- Spaziergang mit Zivildienstler/PraktikantIn
- Organisierte Spaziergänge zu fixen Zeiten nach Wochenplan
- Angehörige mit einbeziehen
- SimA-Projekt
- Fallbesprechung – Information und gemeinsame Vorgangsweise
- Zusätzliches Personal bereitstellen
- Neuaufnahmen gut begleiten/betreuen – Eingewöhnung fördern
- Ehrenamtliche zur Begleitung
- Mobiler Hilfsdienst
- Zeitressourcen der geistlichen Schwestern nutzen

## **Strukturelle Maßnahmen**

- Spätdienst
- Betreuung im Aufenthaltsbereich
- „Stube“ (Tagesbetreuung) für BewohnerInnen mit Demenz Mo – Fr 14.00 – 17.00 Uhr
- Tagesbetreuung
- Fitnessangebote
- Präsenz einer Heimhelferin im Foyer
- Mittagsdienst in der Halle/im Foyer
- Gesellige Runde am Abend

## **Bauliche Maßnahmen – Vorteile durch Architektur**

- Bewegungsmöglichkeit im Garten
- Lange Gänge im Haus
- Große Veranda mit Ausblick
- Rundgang auf der Station führt am Stützpunkt vorbei
- Öffentliche Veranstaltungen im Haus bringen Bekannte ins Pflegeheim (öffentliches Café, Schülerbetreuung, Turnen...)
- Rückzugsmöglichkeiten
- Lenkung in gewünschte Richtung (Rundgänge)
- Ausgang/Stiegenhaus „tarnen“ (Blumen, Möbel, wenig Beleuchtung)
- Das „persönliche“ Sofa im Wohnbereich
- „Inseln“ zum Ausruhen gestalten
- Gestaltung einer persönlichen Ecke im allgemeinen Bereich

## **Maßnahmen im Anlassfall**

- BewohnerInnen beim Hinausgehen beobachten
- Nachgehen und kurze Zeit begleiten
- Gehen lassen
- Nachbarn informieren
- Aktuelles Foto von BewohnerInnen mit hoher Gefährdung bereit halten
- Auf Kleidung von BewohnerInnen achten (genaue Personenbeschreibung)
- Mit PKW nachfahren
- Rollstuhl für Rückkehr mitnehmen
- Taxi- und Busfahrer informieren
- Bei hoher Gefährdung spontane Begleitung
- Klares Informationsmanagement: Wer macht was wann!

**Brigitte Kepplinger, MA**  
ifs Bewohnervertreterin



**ifs Bewohnervertretung**  
Poststraße 2/4  
6850 Dornbirn  
Telefon 05-1755-950  
Fax 05-1755-9595  
bewohnervertretung@ifs.at

wir helfen weiter

