

VERÄNDERUNGEN IM VERHALTEN

GERMAN | ENGLISH

Dieses Merkblatt geht auf einige typische Verhaltensveränderungen ein, die bei an Demenz leidenden Menschen auftreten können. Gründe für die Veränderungen sowie einige allgemeine Orientierungshilfen zum Umgang mit diesen Veränderungen werden erörtert.

Veränderungen im Verhalten einer an Demenz erkrankten Person sind sehr üblich, was für Familien und Betreuer eine enorme Belastung darstellen kann. Es kann insbesondere verletzend sein, wenn ein Mensch, der früher sanftmütig und liebevoll war, sich nun seltsam bzw. aggressiv verhält.

Warum verändert sich das Verhalten?

Es gibt viele Gründe, weshalb sich das Verhalten einer Person verändert. Demenz ist die Folge von Veränderungen im Gehirn, die das Gedächtnis, die Stimmung und das Verhalten der Person beeinträchtigen. In manchen Fällen kann sich das Verhalten aufgrund dieser Veränderungen im Gehirn verändern. In anderen Fällen können Veränderungen im Umfeld der Person oder Veränderungen der Gesundheit bzw. der medikamentösen Behandlung der Person die Verhaltensveränderung auslösen. Eine übliche Aktivität, wie z.B. ein Bad nehmen, kann dann zu schwierig sein, oder der Person geht es physisch nicht gut. Demenz beeinträchtigt Menschen auf verschiedene Weise und schränkt die Fähigkeit einer Person ein, ihre Bedürfnisse mitzuteilen und mit Stressfaktoren in ihrem Umfeld umzugehen. Die Erkenntnis, weshalb sich jemand auf eine gewisse Weise verhält, kann bei der Bewältigung der Situation behilflich sein.

Ansatzpunkte

Besprechen Sie Bedenken hinsichtlich Verhaltensveränderungen immer mit dem Arzt, der feststellen kann, ob eine physische Erkrankung bzw. physisches Unwohlsein vorliegt, und der entsprechend Ratschlag geben kann. Der Arzt wird sagen können, ob eine psychische Erkrankung zugrunde liegt, und er kann die medikamentöse Behandlung der Person überprüfen.

Bewältigung

Es kann sehr schwierig sein, mit Verhaltensveränderungen zurechtzukommen und oftmals muss man einfach verschiedene Dinge ausprobieren. Denken Sie bitte immer daran, dass das Verhalten nicht beabsichtigt ist. Wut und Aggression richten sich oft gegen Familienangehörige und Betreuer, weil sie am nächsten stehen. Die Person hat ihr Verhalten nicht unter Kontrolle und ist möglicherweise selbst durch ihr eigenes Verhalten verängstigt. Auch wenn es nicht den Anschein hat, so braucht die Person beruhigende Zusprache.

Empfohlene Vorgehensweisen

- Sorgen Sie für ein ruhiges, stressfreies Umfeld in dem die an Demenz erkrankte Person eine gewohnte Routine hat, was manche schwierige Verhaltensweisen vermeiden kann.

- Bewahren Sie ein vertrautes Umfeld. Menschen mit Demenz können aufgebracht reagieren, wenn sie sich in einer unbekanntem Situation befinden bzw. fremde Personen um sie herum sind, was sie verwirrt und womit sie nicht umgehen können. Die Frustration, die entsteht, wenn sie den Erwartungen anderer nicht entsprechen können, kann bereits eine Verhaltensveränderung auslösen.
- Wenn das Verhalten schwierig wird, sollte man von jeder Art körperlichen Kontakt absehen, wie z.B. die Person festhalten, sie weg führen oder von hinten an sie herangehen. Es ist ratsam, die Person alleine zu lassen, bis sie sich beruhigt hat, oder einen Freund bzw. Nachbarn zur Unterstützung herbeizurufen.
- Vermeiden Sie Bestrafung. Die Person erinnert sich meist nicht an den Vorfall und kann daher keine Lehre daraus ziehen.
- Sprechen Sie langsam, mit besänftigender, ruhiger und beruhigender Stimme.
- Bleiben Sie ruhig oder neutral, wenn die Person Ihnen etwas sagt, dass falsch bzw. verwirrt klingt.

Aggression

Aggression kann sich auf physische Weise, z.B. durch Schläge, oder auf verbale Weise, z.B. durch Beleidigungen, äußern. Üblicherweise ist aggressives Verhalten ein Zeichen von Wut, Angst oder Frustration.

Empfohlene Vorgehensweisen

- Die Aggression ist möglicherweise eine Folge von Frustration. So kann durch das Verschließen von Türen zwar verhindert werden, dass die Person wegläuft und umherwandert, doch es kann zu gesteigerter Frustration führen.
- Aktivitäten und körperliche Bewegung können zur Verhinderung von Wutausbrüchen beitragen.
- Es ist ratsam, langsam und von vorne an die Person heranzutreten. Erklären Sie in kurzen, deutlichen Aussagen, was passiert, wie z.B. „Ich helfe Dir aus Deinem Mantel“. Somit kann verhindert werden, dass die Person mit aggressiver Selbstverteidigung reagiert, weil sie das Gefühl hat, angegriffen zu werden.
- Beobachten Sie, ob das aggressive Verhalten damit zusammenhängt, was die Person möchte. Sollte dies der Fall sein, dann versuchen Sie, die Bedürfnisse der Person frühzeitig zu erkennen.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

Überreaktion

Manche an Demenz leidenden Menschen überreagieren auf einen trivialen Rückschlag oder eine geringfügige Kritik. Dabei können die Personen um sich schlagen, schreien, abwegige Anschuldigungen machen, aus der Fassung geraten oder stur reagieren, oder sie können unkontrolliert bzw. auf unangemessene Weise weinen oder lachen. Andererseits kann es vorkommen, dass sich die Person zurückzieht. Die Veranlagung zur Überreaktion ist Bestandteil der Krankheit und wird als Kurzschlussreaktion bezeichnet.

In manchen Fällen ist eine Kurzschlussreaktion das erste Anzeichen von Demenz. Es kann sich dabei um eine vorübergehende Phase handeln, die verschwindet während die Krankheit fortschreitet. Die Phase kann aber auch eine Weile andauern.

Kurzschlussverhalten kann folgende Ursachen haben:

- Durch situationsbedingte Überforderung verursachter Stress
- Durch fehlinterpretierte Aussage verursachte Frustration
- Sonstige zugrunde liegende Krankheit

Dieses Verhalten kann urplötzlich auftreten und Familie und Betreuer in Angst versetzen. Man sollte jedoch versuchen, die Auslöser des Kurzschlussverhaltens zu erkennen, um künftig dieses Verhalten eventuell zu verhindern. Führen Sie ein Tagebuch und versuchen Sie anhand der Einträge die Umstände zu identifizieren, in denen das Verhalten auftritt. Sollte dies nicht möglich sein, dann suchen Sie mit Hilfe der zuvor aufgeführten Orientierungshilfen nach Methoden, wie Sie schnell und wirksam mit dem Verhalten umgehen können.

Horten

Demenzkranken machen teilweise den Eindruck, zwanghaft auf der Suche nach etwas zu sein, das ihrer Meinung nach verloren ging, und sie horten Gegenstände um diese aufzubewahren.

Hortungsverhalten kann folgende Ursachen haben:

- Isolation. Wenn eine an Demenz leidende Person alleine gelassen wird bzw. sich vernachlässigt fühlt, dann kann es vorkommen, dass sie sich voll und ganz auf sich konzentriert. Der Drang zu horten ist eine häufige Reaktion.
- Erinnerungen an die Vergangenheit. Ereignisse in der Gegenwart können Erinnerungen an die Vergangenheit auslösen, wie z.B. das Zusammenleben mit Geschwistern, die einem Gegenstände wegnahmen, bzw. das Leben während der Depression oder zu Kriegszeiten als man eine junge Familie ernähren musste.
- Verlust. Demenzkranken verlieren ständig Bestandteile ihres Lebens. Der Verlust von Freunden, Familie, einer sinnvollen Aufgabe im Leben, ein Einkommen und ein zuverlässiges Gedächtnis können dazu führen, dass die Person ein gesteigertes Hortungsbedürfnis hat.
- Angst. Viele Demenzkranken leiden unter der Angst überfallen zu werden. Die Person verbirgt möglicherweise einen wertvollen Gegenstand, vergisst aber wo der Gegenstand versteckt ist und beschuldigt dann jemanden, ihn gestohlen zu haben.

Empfohlenen Vorgehensweisen

- Finden Sie heraus, wo die Person normalerweise Dinge versteckt und suchen Sie zunächst dort nach vermissten Gegenständen.
- Richten Sie eine Schublade voller Kleinzeug für die Person ein, die sie aussortieren kann, was eventuell den Beschäftigungsdrang stillt.
- Sorgen Sie dafür, dass sich die Person zurechtfindet, denn wenn die Person ihre Umgebung nicht erkennt, kann dies zu gesteigertem Hortungsverhalten führen.

Repetitives Verhalten

Manche Demenzkranke sagen bzw. fragen immer wieder dasselbe. Sie sind eventuell auch sehr anhänglich und laufen einem ständig hinterher, sogar bis in die Toilette. Dieses Verhaltensmuster kann einen aus der Fassung bringen und reizen. Repetitives Verhalten wird hauptsächlich dadurch ausgelöst, dass die Person nicht mehr fähig ist sich daran zu erinnern, was sie gesagt bzw. getan hat.

Empfohlene Vorgehensweisen

- Falls Erklärungen nicht helfen, dann hilft manchmal eine Ablenkung wie z.B. ein Spaziergang, etwas zu Essen oder eine Lieblingsbeschäftigung.
- Erkennen Sie ein zum Ausdruck gebrachtes Gefühl. Wenn die Person z.B. sagt „Was mache ich bloß heute?“, dann kann das zum Ausdruck bringen, dass die Person sich verloren und verunsichert fühlt. Eine Reaktion auf dieses Gefühl kann hilfreich sein.
- Beantworten Sie wiederholte Fragen als ob sie zum ersten Mal gestellt wurden.
- Repetitive Bewegungen können abgemildert werden indem Sie der Person etwas anderes für die Beschäftigung mit ihren Händen geben, wie z.B. einen kleinen weichen Ball zum Drücken oder Wäsche zum Falten.

In Anlehnung an „Schwierige Verhaltensmuster verstehen und bewältigen“, Alzheimer Schottland – Maßnahmen zum Umgang mit Demenz

Sprechen Sie mit dem Arzt über Ihre Bedenken hinsichtlich Verhaltensveränderung sowie die Auswirkungen, die diese auf Sie haben.

Die Beratungsstelle für Umgang mit Demenzverhalten (Dementia Behaviour Management Advisory Service – DBMAS) ist eine australienweite telefonische Beratungsstelle für Familien, Betreuer und Pflegepersonal, die sich Sorgen über das Verhalten von Demenzkranken machen. Die Beratungsstelle ist unter der Rufnummer **1800 699 799** zu erreichen und bietet vertraulichen Rat, Beurteilung, Vermittlung, Aufklärung sowie sachgerechte Unterstützung rund um die Uhr, sieben Tage pro Woche.

WEITERE INFORMATIONEN

Alzheimer's Australia bietet Unterstützung, Informationen, Aufklärung und Beratung. Wenden Sie sich an die National Dementia Hotline unter **1800 100 500** oder besuchen Sie unsere Website fightdementia.org.au



Für Sprachmittlung rufen Sie bitte den Translating and Interpreting Service unter **131 450** an.

CHANGED BEHAVIOURS

This Help Sheet looks at some of the common behaviour changes that may occur when a person has dementia. Reasons for the changes and some general guidelines for coping with them are discussed.

Changes in the behaviour of a person with dementia are very common. This may place enormous stress on families and carers. It can be particularly upsetting when someone previously gentle and loving behaves in a strange or aggressive way.

Why does behaviour change?

There are many reasons why a person's behaviour may be changing. Dementia is a result of changes that take place in the brain and affects the person's memory, mood and behaviour. Sometimes the behaviour may be related to these changes taking place in the brain. In other instances, there may be changes occurring in the person's environment, their health or medication that trigger the behaviour. Perhaps an activity, such as taking a bath, is too difficult. Or the person may not be feeling physically well. Dementia affects people in different ways and reduces a person's capacity to communicate their needs and manage environmental stressors. Understanding why someone is behaving in a particular way may help you with some ideas about how to cope.

Where to begin

Always discuss concerns about behaviour changes with the doctor, who will be able to check whether there is a physical illness or discomfort present and provide some advice. The doctor will be able to advise if there is an underlying psychiatric illness and check the person's medications..

Managing

Managing changed behaviours can be very difficult, and is often a matter of trial and error. Always remember that the behaviour is not deliberate. Anger and aggression are often directed against family members and carers because they are closest. The behaviour is out of the person's control and they may be quite frightened by it. They need reassurance, even though it may not appear that way.

What to try

- Providing a calm, unstressed environment in which the person with dementia follows a familiar routine can help to avoid some difficult behaviours

- Keep the environment familiar. People with dementia can become upset if they find themselves in a strange situation or among a group of unfamiliar people where they feel confused and unable to cope. The frustration caused by being unable to meet other people's expectations may be enough to trigger a change in behaviour
- If a behaviour becomes difficult, it is best to refrain from any form of physical contact such as restraining, leading them away or approaching from behind. It may be better to leave them alone until they have recovered, or call a friend or neighbour for support
- Avoid punishment. The person may not remember the event and is therefore not able to learn from it
- Speak slowly, in a calm, quiet and reassuring voice
- Remain quiet or neutral if the person tells you something that seems wrong or mixed up

Aggression

This can be physical, such as hitting out, or verbal such as using abusive language. Aggressive behaviour is usually an expression of anger, fear or frustration.

What to try

- The aggression may be due to frustration. For example, locking the door may prevent wandering but may result in increased frustration
- Activity and exercise may help prevent some outbursts
- Approaching the person slowly and in full view may help. Explain what is going to happen in short, clear statements such as "I'm going to help you take your coat off". This may avoid the feeling of being attacked and becoming aggressive as a self-defence response
- Check whether the aggressive behaviour is about getting what the person wants. If so, trying to anticipate their needs may help

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

Over-reaction

Some people with dementia over-react to a trivial setback or a minor criticism. This might involve them screaming, shouting, making unreasonable accusations, becoming very agitated or stubborn, or crying or laughing uncontrollably or inappropriately. Alternatively, the person might become withdrawn. This tendency to over-react is part of the disease and is called a catastrophic reaction.

Sometimes a catastrophic reaction is the first indication of the dementia. It may be a passing phase, disappearing as the condition progresses, or it may go on for some time.

Catastrophic behaviour may be a result of:

- Stress caused by excessive demands of a situation
- Frustration caused by misinterpreted messages
- Another underlying illness

This behaviour can appear very quickly and can make family and carers feel frightened. However, trying to figure out what triggers catastrophic behaviour can sometimes mean that it can be avoided. Keeping a diary may help to identify the circumstances under which they occur. If this isn't possible, you can find ways of dealing with the behaviour quickly and effectively using some of the guidelines listed earlier.

Hoarding

People with dementia may often appear driven to search for something that they believe is missing, and to hoard things for safekeeping.

Hoarding behaviours may be caused by:

- Isolation. When a person with dementia is left alone or feels neglected, they may focus completely on themselves. The need to hoard is a common response
- Memories of the past. Events in the present can trigger memories of the past, such as living with brothers and sisters who took their things, or living through the depression or a war with a young family to feed
- Loss. People with dementia continually lose parts of their lives. Losing friends, family, a meaningful role in life, an income and a reliable memory can increase a person's need to hoard
- Fear. A fear of being robbed is another common experience. The person may hide something precious, forget where it has been hidden, and then blame someone for stealing it

What to try

- Learn the person's usual hiding places and check there first for missing items
- Provide a drawer full of odds and ends for the person to sort out as this can satisfy the need to be busy
- Make sure the person can find their way about, as an inability to recognise the environment may be adding to the problem of hoarding

Repetitive behaviour

People with dementia may say or ask things over and over. They may also become very clinging and shadow you, even following you to the toilet. These behaviours can be very upsetting and irritating. Repetitive behaviours may be mainly caused by the person's inability to remember what they have said and done.

What to try

- If an explanation doesn't help, distraction sometimes works. A walk, food or favourite activity might help
- It may help to acknowledge the feeling expressed. For example "What am I doing today?" may mean that the person is feeling lost and uncertain. A response to this feeling might help
- Answer repeated questions as if they were being asked for the first time
- Repetitive movements may be reduced by giving the person something else to do with their hands, such as a soft ball to squeeze or clothes to fold

Based on 'Understanding and dealing with challenging behaviour', Alzheimer Scotland – Action on Dementia

Discuss with the doctor your concerns about behaviour changes, and their impact on you.

The Dementia Behaviour Management Advisory Service (DBMAS) is a national telephone advisory service for families, carers and care workers who are concerned about the behaviours of people with dementia. The service provides confidential advice, assessment, intervention, education and specialised support 24 hours a day, 7 days a week and can be contacted on **1800 699 799**.

FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at fightdementia.org.au



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**