

4 Türen öffnen zum Menschen mit Demenz



Deirdre Jenkins

Der beste Anzug

Hautpflege bei Menschen
mit Demenz

Übersetzung aus dem Englischen
von Britta Wilken



Kuratorium Deutsche Altershilfe

Titel der Originalausgabe
The Birthday Suit
Caring for the Skin of People with Dementia
Deirdre Jenkins
Illustrations: Anne Rodger
Copyright 2002 by Dementia Services Development Centre
University of Stirling
Stirling, FK9 4LA Scotland

Copyright der deutschen Ausgabe 2006
Kuratorium Deutsche Altershilfe, Köln
Übersetzung: Britta Wilken M.A.
Fachberatung: Heiko Fillibeck
Textkorrektur: Karin Bergmann M.A., Köln
Grafik und Satz: Heidemarie Bitzer, Köln
Organisation: Simone Helck
Druck: Farbo print+media GmbH, Köln
ISBN 3-935299-93-1

Kuratorium Deutsche Altershilfe
Wilhelmine-Lübke-Stiftung
An der Pauluskirche 3
50677 Köln
Telefon: (02 21) 93 18 47-0
Fax: (02 21) 93 18 47-6
E-Mail: administration@kda.de

Vorwort

Rund 1,2 Millionen Menschen in Deutschland leiden an einer Demenzerkrankung. Diese Zahl wird in den kommenden Jahren kontinuierlich ansteigen. Die Verbesserung der Behandlung und Betreuung sowie der Lebensqualität von Menschen mit Demenz ist eine wichtige Aufgabe für Wissenschaft, Politik und Gesellschaft, Ärzte, Pflegende und Angehörige.

Insbesondere für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Pflegeeinrichtungen sowie Angehörige ist die Förderung, Pflege und Begleitung von Menschen mit Demenz eine herausfordernde und zugleich kräftezehrende Tätigkeit, die der Unterstützung bedarf. Was fehlt, sind Handlungsanleitungen, die den Pflegenden zeigen, dass ihre Möglichkeiten noch nicht ausgeschöpft sind, und ihnen damit auch Mut zur weiteren Pflege und Betreuung machen.

Es gibt zahlreiche gezielte Interventionen, die den Zugang zu Menschen mit Demenz ermöglichen und ihre Lebensqualität verbessern. Das KDA hat es sich zur Aufgabe gemacht, gelungene Praxisbeispiele zu sammeln, zu beschreiben und zu veröffentlichen, um damit beruflich wie privat Pflegenden sowie freiwilligen Helferinnen und Helfern wertvolle Hilfestellung zu geben.

Als Grundlage für eine Reihe von Praxisleitfäden erarbeitete das KDA bereits 2001 das „Qualitätshandbuch Leben mit Demenz“, das auf dem so genannten „KDA-Türöffnungskonzept“ aufbaut: Das Türöffnungskonzept besteht aus sechs zentralen Handlungsanleitungen, mit deren Hilfe der Kontakt zu Menschen mit Demenz besser gelingen kann (s. auch beiliegendes Poster):

Lerne die Persönlichkeit des Klienten kennen. Stelle Kontakt zum Klienten her.



Sorge für kleine und wohnliche Organisationseinheiten und dafür, dass die Klienten feste Bezugspersonen unter den Mitarbeitern haben (Bezugspersonenpflege).



Stelle die Person in den Mittelpunkt deines Tuns. Öffne Türen zum Klienten und vermeide türschließendes Verhalten bei dir selbst und bei anderen.



Verbinde dein Wissen mit dem Wissen anderer Berufsgruppen und arbeite mit ihnen zusammen.



Informiere dich über (psychiatrische) Krankheitsbilder und Verhaltensweisen.



Bilde dich gezielt und sinnvoll fort.



Mit der Ratgeber-Reihe „Türen öffnen zum Menschen mit Demenz“ werden diese Handlungsempfehlungen anschaulich erläutert. So konnte das KDA inzwischen drei Alltagshilfen zu den Themenschwerpunkten „Kommunikation“ (2002) und „Gärten für Menschen mit Demenz“ (2004) sowie „Essen und Trinken bei Demenz“ (2005) aus dem Englischen übersetzen und veröffentlichen.

Die nun vorliegende vierte Veröffentlichung „Der beste Anzug – Hautpflege bei Menschen mit Demenz“ knüpft direkt an die Publikation „Essen und Trinken bei Demenz“ an: Nach der Autorin Deirdre Jenkins bilden Essen und Trinken gemeinsam mit der Hautpflege die „Dreieinigkeit“ des Hautzustandes. Folgt man Jenkins' Ratschlägen, so beugt man einem schlechten Hautzustand mit ausreichender Flüssigkeitsaufnahme und

ausgewogener Ernährung vor. Sollte die Haut trotz aller Vorsorge dennoch durch Verletzungen, Druck oder Verbrennungen geschädigt werden, gibt es viele effektive Maßnahmen, die der Haut bei der Eigenheilung helfen.

Die sehr bildhafte Sprache von Deirdre Jenkins verdeutlicht spielerisch, welche Aspekte für die Gesundheit des „besten Anzugs“ von Bedeutung und welche (einfachen) Maßnahmen zu ergreifen sind, wenn die Haut – vor allem alter und kranker Menschen – besondere Pflege benötigt. Tipps und Diskussionsanregungen, wie sich Pflegende bei der Hautpflege von Menschen mit Demenz am besten verhalten, runden den Ratgeber ab.

Wir danken der Stiftung Lebenshilfe im Alter – Erika Spirig-Stiftung und insbesondere auch Frau Irene Sieger, die den Stifterwillen ihrer verstorbenen Cousine Erika Spirig aus der Familie von Koolwijk mit Nachdruck vertritt, für die finanzielle Förderung dieser Broschüre. Dank auch dem schottischen Dementia Services Development Centre an der Universität Stirling für die Genehmigung zur Übersetzung.

Klaus Großjohann
Geschäftsführer

Inhalt

9 Buchreihe „Intimpflege“

10 Einführung

17 Flüssigkeitsaufnahme



- 18 Dehydration: Auswirkungen auf das gesamte System
- 18 Das Blut
- 18 Die Nieren
- 19 Das Gehirn
- 19 Der beste Anzug (die Haut)
- 19 Der Darm
- 20 Dehydration erkennen
- 21 Dehydration behandeln
- 21 Beobachtung und Nachsorge

23 Ernährung



- 23 Ernährung und Gehirn
- 24 Signale aus den Stellwerken
- 24 Die Augen
- 26 Die Nase
- 27 Die Zähne
- 28 Die Zunge
- 28 Der Mund und der Hals
- 30 Der Magen
- 30 Der Darm
- 32 Die Endstation
- 32 Durchfall

35 Hautpflege



- 38 Hygiene von Kopf bis Fuß – die „Krisenherde“
- 38 Der Hut zum Anzug: Haare und Kopfhaut
- 43 Halstuch und Krawatte zum Anzug: Gesicht, Ohren, Hals
- 45 Augenbrauen
- 45 Lippen und Mund
- 46 Ohren
- 48 Hals
- 48 Das Unterhemd zum Anzug: Brüste
- 50 Die Handschuhe zum Anzug: Ellbogen und Hände
- 54 Bauchfalten
- 56 Die Unterhosen zum Anzug: Leisten- und Genitalbereich
- 63 Röcke und Hosen des Anzugs: Hüfte, Gesäß, Beine
- 69 Die Füße: Socken/Strümpfe und Schuhe
- 73 Hautschäden infolge von Inkontinenz
- 73 Harninkontinenz
- 75 Stuhlinkontinenz
- 78 Den besten Anzug vor Löchern schützen
- 80 Weitere wichtige Aspekte
- 81 Verbrennungen der Haut
- 82 Prävention
- 82 Notfallversorgung

85 Fazit

- 86 Literatur

Buchreihe „Intimpflege“

Die Praxisbuch-Reihe „Intimpflege“ („Intimate Caring Skills“) des Dementia Services Development Centres (DSDC) konzentriert sich auf die täglichen Anforderungen bei der Körperpflege und richtet sich an beruflich und privat Pflegende.

Ziel dieser Buchreihe ist es, Pflegende darin zu bestärken, Menschen mit Demenz in ihrer Individualität wahrzunehmen, sie mit Respekt und Würde zu behandeln und ihr Selbstwertgefühl zu stärken.

Der vorliegende Leitfaden wendet sich insbesondere an Einrichtungsleitungen und leitende Pflegemitarbeiter. Er enthält vielfältige Anregungen für Diskussionen unter den Pflegenden.

Wir bedanken uns bei Anne Rodger für ihre humorvollen und sensiblen Illustrationen, mit denen sie die Aspekte dieses Buches wunderbar eingefangen hat.

In der Reihe „Intimpflege“ sind außerdem folgende Veröffentlichungen von Deirdre Jenkins und Anne Rodger erschienen (nur in englischer Sprache erhältlich, Anm. d. Übers.):

Bathing People with Dementia
The Bathroom and Beyond

Urinary and Faecal Incontinence
A Heightened Problem when Dementia is a Factor

Einführung

Nicht einmal „Marks & Spencer“ hatten in ihrer Blütezeit ein „Kopf-bis-Fuß-Outfit“ mit bis zu 110 Jahren Lebensdauer im Sortiment. Dieses Outfit – unser bester Anzug –, von dem hier die Rede ist, verliert niemals seine Wasserfestigkeit, kann täglich mit Wasser und Seife gereinigt werden und schrumpft nie – allerdings kann er nach 40 Jahren täglichen Tragens etwas faltig werden und ausleiern.

Verletzungen und Verbrennungen heilt er selbst, indem er die beschädigten Bereiche durch robusteres Material ersetzt. Unser bester Anzug ist tolerant gegenüber extremen Temperaturschwankungen und kehrt – solange seine Träger es nicht übertreiben – immer wieder zu seiner normalen Beschaffenheit zurück. Seine Träger können ihn mit Schmutz, Meerwasser und Kohlenstaub, mit Sand, Öl oder Farbe überziehen: Alles lässt sich abwaschen, und der Anzug sieht hinterher wieder aus wie neu.

Alles in allem ist unser bester Anzug ein ziemlich nützliches Geschenk. Man sollte deshalb einmal darüber nachdenken, was man dazu beitragen kann, ihn in gutem Zustand zu halten, wenn er durch Krankheit und Alter vor neue Herausforderungen gestellt wird. Gute Pflege kommt dabei von innen und außen. Auch wenn es keine offizielle Anleitung zur Instandhaltung gibt, so haben die Menschen doch dadurch gelernt, dass sie diesen Anzug nun schon über tausende von Jahren tragen.

In diesem Leitfaden wird beschrieben, wie man seinen besten Anzug – die Haut – vor äußeren Beschädigungen wie Verletzungen, Druck, Infektion, Reibung und Verbrennung schützen kann.

Wenn man die Instandhaltung unterhalb der Haut betrachtet, betritt man eine wirklich erstaunliche Welt: Die Haut umhüllt schützend ein unglaublich anspruchsvolles, komplexes, brillant konstruiertes und vollständig mobiles, lebenserhaltendes System.

Unser besonderes Interesse gilt zwei voneinander unabhängigen Systemen: Bei dem einen handelt es sich um ein Nahrungsverarbeitungssystem,

das so exotisch ist, um die „Zwei dicken Damen“ – die „Two Fat Ladies“¹ – in Entzücken zu versetzen, aber immer noch so simpel ist, einen tibetischen Mönch zufriedenzustellen. Das andere ist ein Entgiftungs- und Reinigungssystem, das den BUND – den Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland – begeistern würde. Hinzu kommt ein Wasserversorgungsmanagement und Anlieferungssystem, das den Neid vieler Wasserkraftwerke auf sich ziehen und viele Landesämter für Wasserwirtschaft beschämen würde.

Wir werden uns diese wunderbare Welt einmal näher ansehen, die jeder von uns täglich mit sich herumträgt, aber kaum einen Gedanken daran verschwendet. Bei dieser Reise werden uns verschiedene Wege gezeigt, mit denen wir am besten für die ältere und schwächere Haut sorgen können, die zu den Menschen gehört, die wir täglich pflegen.

„Welch ein Meisterwerk ist der Mensch“, begeisterte sich William Shakespeare². Und er hatte Recht: Was für ein Meisterwerk, in dem so viel präzise Technik unterhalb der Haut zu finden ist, die für sich genommen schon eine Schönheit und ein Wunder ist.

Man kann die „Dreieinigkeit“ von Hautpflege, Ernährung und Flüssigkeitsaufnahme nicht voneinander trennen, denn sie sind sehr kompliziert miteinander verwoben.



¹ Bei den „Zwei dicken Damen“ handelt es sich um zwei britische TV-Köchinnen, die auf einem Motorrad durch England reisen und Rezepte sammeln. Diäten sind ihnen ein Gräuel, lieber machen sie selbst Werbung für die von ihnen präsentierten Rezepte (Anm. d. Übers.).

² Hamlet, 2. Akt, 2. Szene (Anm. d. Übers.)

Der beste Anzug

Innerhalb der Haut – ordentlich zusammengepackt – findet man die unangefochtene Nummer eins der Weltwunder! Ein streng geheimer Militärcomputer, der durch die Verbindung mit Satelliten Autokennzeichen vom Welt- raum aus lesen kann, ist nicht halb so klug wie das System innerhalb einer Reinigungsfrau, die den Boden im Computerraum wischt.



Auf jeder Intensivstation schützen riesige, komplizierte und unglaublich teure Maschinen das Leben von sehr kranken Patienten. Spezialisten und Krankenschwestern arbeiten rund um die Uhr, beobachten Maschinen und Flüssigkeiten, die in einen Patienten hineingeleitet werden, und Röhren, die aus ihm herauskommen. Mittels ausgeklügelter Labortechnologie werden Blutproben kontrolliert und die Behandlung des Patienten permanent den entsprechenden Ergebnissen angepasst. All dies passiert, um dem Körper dabei zu helfen, was er im Normalfall ganz alleine vollbringt!



Benötigen wir etwa eine riesige Maschine, die für uns atmet, wenn wir uns morgens aus dem Bett quälen? Müssen wir mehrere Labormitarbeiter dafür bezahlen, damit sie unser Blut testen und uns darüber informieren, dass unser Körper Abfallprodukte produziert, die wir loswerden müssen, oder dass unsere Elektrolyte erhöht sind und durch mehr Flüssigkeit und Nährstoffe ausgeglichen werden müssen? So kann uns am besagten Morgen unser Körper zum Beispiel unmissverständlich darauf hinweisen, dass wir uns der Abfallprodukte auf der Toilette entledigen müssen. Völlig unabhängig davon entscheiden wir, dass wir momentan keine Zeit zum Frühstück haben und somit keine Nährstoffe aufnehmen. Was passiert nun? Im System schießen Signale mit den folgenden Informationen hin und her: „Tut uns leid, Freunde, aber es kommt kein Treibstoff rein, bringt die Dinge selbst in Ordnung und lasst alles so laufen, bis Erleichterung kommt.“ Und genau das passiert: Vielleicht brummeln die Nieren ein wenig, weil sie mehr als sonst filtern müssen. Das Gehirn ist etwas bedrückt, weil es alle umherfliegenden Signale an das System anpassen und dabei einige Bereiche in hohe Alarmbereitschaft und andere auf Stand-by-Modus schalten muss. Die Leber schmolzt, weil sie nicht versteht, warum ihr Mensch von ihr hochspezialisierte Arbeit erwartet, aber sie nicht angemessen versorgt wird.



Der beste Anzug

Meistens werden solche Querelen unbemerkt geklärt, und wir – die eigentlichen Täter – sind uns des Ärgers und der Misslichkeiten, die wir verursachen, völlig unbewusst. In der geschilderten Situation fordern wir unser unterernährtes Gehirn weiter heraus, wenn wir in der morgendlichen Hektik mal wieder den Haustürschlüssel suchen. Wir versuchen, uns zu erinnern, wo wir ihn hingelegt haben, und gehen in Gedanken den Tagesablauf durch. Wir stopfen unsere tragenden Gliedmaßen, in schicke, aber völlig unnatürliche Behältnisse, die unsere Zehen zusammenquetschen und unsere Fersen vom Boden heben. Unser mitgenommenes Gehirn gibt ein Zeichen der Verzweiflung, signalisiert dem gesamten Körper, sich an die anormale Beckenausrichtung anzupassen. Dies hat eine ansteigende Belastung der unteren Wirbelsäule und der Gelenke zufolge. Das Gehirn warnt den Blutkreislauf, sich in einen Hochdruckbereich zu begeben, und keift das Nervensystem an, dass es selber weiß, dass die Füße und Beine vor Schmerzen und Druck aufschreien, aber dass sie es ganz einfach aushalten müssen.

Zu guter Letzt wird von diesem unterernährten, überarbeiteten, wenig geschätzten Lebenserhaltungssystem auch noch Folgendes erwartet: Es hat sich zu beeilen, um schnell mehrere Millionen Beurteilungssignale bezüglich der Sehkraft, der Balance und der Räumlichkeit auszusenden, damit wir – die Straße entlang rennend – den Bus noch erwischen. Oder noch schlimmer: Wir nehmen das Auto, und unser Gehirn muss jetzt nicht nur noch weitere Millionen Einschätzungen für sich selbst treffen, sondern darüber hinaus auch noch darauf achten, was Hunderte anderer Autofahrer tun! Der flüchtigste Blick auf das, was unser Körper jede Sekunde unseres Lebens für uns tut, sollte uns dazu anregen, ihm alle nur erdenkliche Hilfe zu bieten oder zumindest zu vermeiden, all seine gute Arbeit zunichtezumachen.

An diesem Punkt sollen noch einmal die drei Hauptstränge dieses Leitfadens genannt werden:

Flüssigkeitsaufnahme, Ernährung und Hautpflege.



Diese sind – ähnlich wie bei einem dreisträngigen Faden – alle essenziell miteinander verwoben und durch eine Demenz besonders betroffen. Im Zentrum des Problems liegt die lebenswichtige Funktion des Gehirns, Signale entgegenzunehmen und zu senden. Durch eine Demenz können diese Signale unterbrochen werden, so dass wichtige Informationen falsch interpretiert werden oder ihr Ziel nicht erreichen. Bedeutende Anweisungen werden unter Umständen vertauscht oder gar nicht gesendet. Wenn diese gestörte Funktion die Ernährung und die Flüssigkeitsaufnahme betrifft, wird auch die Haut – genauso wie der Rest des Körpers – in Mitleidenschaft gezogen.

