

Mut zur Lücke.



Elterninfo Demenz

Herausgeber / © 2022:

Demenz Netzwerke Rhein-Lahn

Koordinierungsstelle Kreml-Kulturhaus
Burgschwalbacher Str. 8
65623 Hahnstätten/Zollhaus

 (0 64 30) 92 97 24

Gender-Hinweis:

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

„Opa ist so komisch...“ Es ist nicht leicht, wenn Sie Ihren Kindern etwas erklären sollen, was Sie selbst nur ungern realisieren: Ihr Vater oder Ihr Schwiegervater ist nicht mehr derselbe Mensch wie früher, er ist an Demenz erkrankt. Aber statt die Kinder zu schonen und „um den heißen Brei herum“ zu reden, ist es auf jeden Fall wichtiger, sie behutsam mit der Wirklichkeit zu konfrontieren. Denn hier gilt wie so oft: Kinder verstehen mehr, als wir annehmen. Wie aber erklärt man Kindern, warum „Opa plötzlich so komisch“ ist? Diese Information soll Ihnen als Eltern Ihre Aufgabe einfacher machen.

Wie erkläre ich meinen Kindern die Krankheit Demenz?



Romy-Marie (8 Jahre):

Wenn ich mal meine Erinnerungen verlieren würde, würde ich mir wünschen, dass es jemanden gibt, der bei mir ist und mir hilft, mich wieder zu erinnern.

Demenz ist keine Krankheit, die man sehen kann. Aber dass sich zum Beispiel Ihr Vater oder Ihr Schwiegervater verändert, werden auch Ihre Kinder sehr schnell bemerken. Die Krankheit erkennen alle Beteiligten meistens zuerst an Gedächtnisstörungen und Verhaltensauffälligkeiten. Also zum Beispiel daran, dass der an Demenz erkrankte Mensch viele Dinge vergisst, die er früher immer wusste, viele Dinge nicht mehr kann, die er früher mühelos beherrschte, sich häufig apathisch zurückzieht oder aber aggressiv wird.

Um Ihren Kindern diese Veränderungen zu erklären, könnten Sie ihnen zum Beispiel sagen: „Opa sieht aus wie immer. Aber wie ihr merkt, benimmt er sich nicht mehr wie früher. Das liegt an seiner Krankheit, daran, dass sein Gehirn nicht mehr so gut funktioniert wie früher. Die Krankheit „radiert“ dort wie ein Radiergummi mit der Zeit immer mehr von dem einfach weg, was er einmal gelernt hat.“

Um Kindern die Krankheit Demenz zu erklären, gibt es zahlreiche Kinderbücher oder auch Broschüren – zum Beispiel zum kostenlosen Download im LZG-Shop „Demenz – was ist denn das?“ in deutscher und türkischer Sprache (<https://www.lzg-rlp.de/de/demenz-972.html>).

In dem Kinderbuch „Herbst im Kopf“ gelingt dies der Autorin Dagmar H. Mueller sehr anschaulich: Sie vergleicht das Gedächtnis eines Menschen mit einem Baum, an dem viele Blätter mit Erinnerungen hängen. Ganz unten hängen die ersten Erinnerungen – zum Beispiel die Kindergarten- oder Schulzeit – und ganz oben die neusten Erinnerungen – zum Beispiel, was es heute zum Frühstück gab. Wenn ein Mensch an Demenz erkrankt, fallen von diesem



Baum nach und nach alle Blätter ab und verschwinden auf Nimmerwiedersehen – zuerst die obersten, zuletzt die untersten.

Mit diesem Bild können Sie Ihren Kindern auch erklären, warum der Großvater noch genau den Text von alten Kinderliedern kennt, aber nicht mehr weiß, dass er heute Vormittag mit seiner Tochter einkaufen war.

Demenz ist eine Familienkrankheit.



Jonas (6 Jahre): Das Bild zeigt ein Kind, welches seine Großmutter im Rollstuhl durch den Park fährt. Dort sind spielende Kinder, die die Oma erfreuen.

Wie verändern sich an Demenz erkrankte Menschen?

Demenz erkennen wir zunächst meist daran, dass der Mensch vergesslich wird. Anfangs nur manchmal, aber dann immer öfter. Es kommt auch häufig vor, dass er sich nicht mehr richtig orientieren kann, zum Beispiel den Weg zur Küche nicht mehr findet. Später wissen viele an Demenz erkrankte Menschen nicht mehr, wie man mit Messer und Gabel isst oder sich allein anzieht. Sie haben vergessen, wie man eine Bluse zuknöpft oder einen Schuh zubindet.

Erklären Sie Ihren Kindern, dass solche Dinge gerade zu Beginn der Krankheit für den Großvater peinlich sind und dass er deshalb vielleicht versucht, sie zu „vertuschen“. Später, wenn die Krankheit schlimmer wird, kann es sein, dass der an Demenz erkrankte Mensch an manchen Tagen den eigenen Sohn oder das Enkelkind gar nicht erkennt. Das ist besonders schmerzhaft für alle Familienangehörigen, weil sie das Gefühl haben, dass dieser liebgewonnene Mensch ihnen ganz fremd wird.



Oft kann ein an Demenz erkrankter Mensch dann auch nicht mehr allein essen oder allein auf die Toilette gehen. Das bedeutet: Er wird mit der Zeit wieder wie ein kleines Kind, dem man bei vielen Dingen helfen muss.

Was belastet Kinder an der Lebenssituation „Demenz“?

An Demenz erkrankt natürlich immer nur ein einzelner Mensch – aber die Krankheit verändert die ganze Familie. Alle erleben den erkrankten und sich verändernden Großvater, seine ständig gleichen Fragen, seine Stimmungsschwankungen, sein Weglaufen, seine Vergesslichkeit und seine manchmal auch aggressiven Anfälle. Und alle müssen damit umgehen lernen – Eltern wie Kinder oder Enkel.

Kinder sollten mit ihren Fragen und Gefühlen nie allein gelassen werden. Sie sollten ihnen immer alles erklären und verständlich auf ihre Fragen antworten. Wenn Sie als Eltern oft traurig, überfordert und gestresst sind, bekommen Kinder das natürlich hautnah mit und das kann für sie schon eine große Belastung sein. Wenn der Großvater aggressiv dem Kind gegenüber wird, fühlt es sich leicht schuldig, daher müssen sie dem Kind erklären, dass Ihr Vater oder Ihr Schwiegervater das nicht so meint, wenn er mit ihnen schimpft.

Viele Kinder schämen sich auch vor ihren Freunden für den an Demenz erkrankten Großvater. Dann sollten Sie ihnen klar machen, dass die Freunde nur aus Unwissen so „blöd“ reagieren. Wenn die Kinder die Demenz ihren Freunden so erklären, wie Sie sie ihnen auch erklärt haben, wird es für alle leichter.

Leider gibt es noch keine Medikamente, die eine Heilung der Erkrankung bewirken können. Deshalb ist es wichtig, dass Sie gemeinsam mit Ihren Kindern darüber reden wie es ist, sich von einem geliebten Menschen zu verabschieden.

Was können Kinder zur neuen Lebenssituation „Demenz“ beitragen?

Für Erwachsene sind die Fragen von an Demenz erkrankten Menschen oft schwierig zu beantworten. Kinder sind da unbefangener und gehen spielerischer mit verwirrten Menschen um. Sie sind ihnen durch ihre naive Art zu fragen oft näher als Erwachsene.



Emma-Jolie (10 Jahre): Ich würde jeden unterstützen, der etwas erleben will oder vergessen hat von früher, wie Oma (...). Sie unterstützt Opa und lacht ihn nicht aus wie es zum Beispiel andere Leute würden.

Lassen Sie Ihre Kinder daher ruhig viel Zeit mit dem an Demenz erkrankten Menschen verbringen, wenn sie das möchten.

Was können Kinder aus der Situation „mitnehmen“?

Kinder können ab einem bestimmten Alter die Pflege zum Beispiel ihren Großvater durchaus aktiv unterstützen – ihm vorlesen, ihm etwas erzählen oder auch nur zuhören. So lernen sie früh, Verantwortung zu übernehmen und geben ihrem Opa ein kleines bisschen von der Fürsorge zurück, die sie als Kind auch schon von ihm erfahren haben, ehe er krank wurde. Davon profitieren Ihre Kinder im späteren Leben. Sie sollten aber auf keinen Fall zu intensiv in die Pflege eingebunden werden – das überfordert sie.

Welches ist die wichtigste Botschaft an Ihre Kinder in einer solchen Situation?

Vielleicht ist dies der entscheidende Satz, wenn Sie Ihren Kindern die Situation erklären möchten: „Euer Opa bleibt euer Opa, auch wenn er jetzt wegen seiner Krankheit etwas komisch wird. Er hat viel vergessen und wird mit der Zeit immer mehr vergessen. Seine Gefühle aber bleiben da und daher hat er euch auch immer noch genau so lieb wie früher, als er noch ganz gesund war – er kann es nur manchmal nicht mehr so zeigen.“

- Erzählen Sie Ihren Kindern auf jeden Fall die Wahrheit über den erkrankten Großvater – richtig „verpackt“ können sie auch schon kleine Kinder verstehen.
- Versuchen Sie, auf alle Fragen der Kinder in Bezug auf die Demenz zu antworten – weichen Sie auch schmerzlichen Fragen wie denen nach dem Tod nicht aus.
- Erklären Sie Ihrem Kind, dass sich die Aggressivität ihres Großvaters nicht an sie persönlich richtet, dass sie nichts Unrechtes getan haben, wenn Opa unwirsch reagiert – sondern dass es mit der Krankheit zu tun hat.
- Lassen Sie Ihre Kinder viel Zeit mit dem an Demenz erkrankten Menschen verbringen – wenn sie das möchten. Das ist für Alt und Jung eine wertvolle Erfahrung.

Überarbeitete Neuauflage mit freundlicher Genehmigung:

Landeszentrale für Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)

Hölderlinstraße 8, 55 131 Mainz

☎ (0 61 31) 20 69-0

www.lzg-rlp.de



Landeszentrale für
Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.

Bilder (außer Titelbild):

Die Zeichnungen entstanden 2017 im Rahmen des Wettbewerbs „Und plötzlich ist Oma / Opa so ganz anders ...“ zur Gestaltung eines „ewigen Kalenders, der auch auf unserer Homepage im Archiv zu finden bzw. gegen eine Spende bei uns erhältlich ist (solange Vorrat reicht).

© Demenz Netzwerke Rhein-Lahn

*Mut
zur
Lücke.*



*Bad Ems-Nassau
(0 26 03) 57 50*

*Diez / Aar-Einrich
(0 64 32) 91 98-13*

*Lahnstein-Braubach
(0 26 21) 94 08-20*

*Nastätten-Loreley
(0 67 72) 9 69 74 34*



*Die Demenz Netzwerke - Hilfe, Beratung
und Unterstützung im Rhein-Lahn-Kreis*

*www.demenz-rhein-lahn.de
www.facebook.com/DemenzRheinLahn
info@demenz-rhein-lahn*