

VERÄNDERTE VERHALTENSWEISEN

GERMAN | ENGLISH

Dieses Informationsblatt betrachtet einige der üblichen Verhaltensveränderungen, die bei Menschen mit Demenz auftreten können. Gründe für die Veränderungen sowie einige allgemeine Richtlinien, wie man mit diesen Veränderungen zurechtkommen kann, werden erörtert.

Veränderungen im Verhalten einer Person mit Demenz kommen sehr häufig vor. Dies kann Familien und Betreuer in hohem Maße belasten. Es kann insbesondere beunruhigend sein, wenn eine Person, die früher sanftmütig und liebevoll war, sich nun seltsam oder aggressiv verhält.

Warum verändert sich das Verhalten?

Es gibt viele Gründe, weshalb sich das Verhalten einer Person verändern kann. Demenz ist eine Folge von Veränderungen im Gehirn, und beeinträchtigt das Gedächtnis, die Stimmung und das Verhalten einer Person. Manchmal besteht ein Zusammenhang zwischen dem Verhalten und diesen Veränderungen im Gehirn. Auch können Veränderungen des persönlichen Umfeldes, der Gesundheit oder der Medikamente das Verhalten auslösen. Es kann sein, dass etwas Alltägliches wie Baden zu schwierig wird, oder dass sich die Person körperlich nicht wohl fühlt. Demenz beeinträchtigt Menschen auf verschiedene Art und Weise, doch wenn man die Gründe hierfür versteht, kann man Wege finden damit umzugehen.

Wo fängt man an?

Erörtern Sie Ihre Bedenken über Verhaltensveränderungen immer mit einem Arzt, der feststellen kann, ob es sich um eine physische Krankheit bzw. physisches Unwohlsein handelt und der Ihnen dann entsprechend Rat geben kann. Der Arzt wird mitteilen können, ob es sich um eine zugrunde liegende psychische Störung handelt.

Bewältigung

Verhaltensveränderungen zu bewältigen kann sehr schwierig sein, und ist oft eine Frage von Ausprobieren. Bedenken Sie immer, dass das Verhalten nicht absichtlich ist. Wut und Aggression richten sich oft gegen Familienmitglieder und Betreuer, weil sie am nächsten sind. Die Person hat ihr Verhalten nicht mehr im Griff, und ist möglicherweise selbst recht verängstigt. Man muss der Person gut zureden und sie beruhigen, auch wenn es nicht den Anschein hat.

Was sollte man ausprobieren?

- Ein ruhiges, stressfreies Umfeld, in dem die Person mit Demenz einer gewohnten Routine folgt, kann hilfreich sein, manche problematischen Verhaltensweisen zu vermeiden.
- Versuchen Sie ein vertrautes Umfeld zu erhalten, denn Menschen mit Demenz können aus dem Gleichgewicht geraten, wenn sie sich in einer ungewohnten Situation

oder in einer Gruppe fremder Menschen befinden. Dies verwirrt sie und sie haben Schwierigkeiten diese Situationen zu bewältigen. Verhaltensveränderungen werden auch ausgelöst, wenn Menschen mit Demenz frustriert sind, da sie den Erwartungen Anderer nicht entsprechen.

- Wenn eine Verhaltensweise zum Problem wird, ist es ratsam jederlei Körperkontakt wie z.B. Festhalten, Wegführen oder Herantreten von hinten zu unterlassen. Es ist möglicherweise besser, die Person in Ruhe zu lassen, bis sie sich erholt hat, oder man kann einen Freund bzw. Nachbarn zu Hilfe rufen.
- Versuchen Sie, das Verhalten nicht persönlich zu nehmen.
- Versuchen Sie nicht mit erhobener Stimme zu sprechen.
- Vermeiden Sie Bestrafung. Die Person erinnert sich möglicherweise nicht an den Vorfall und kann daher nicht daraus lernen.
- Sprechen Sie langsam, in einer ruhigen und beruhigenden Stimme.
- Versuchen Sie, sich nicht provozieren bzw. in einen Streit hineinziehen zu lassen.

Aggression

Aggression kann physisch, wie z.B. um sich schlagen, oder verbal sein, wie z.B. Verwendung beleidigender Worte. Aggressives Verhalten ist normalerweise ein Ausdruck von Wut, Furcht oder Frustration.

Was sollte man ausprobieren?

- Frustration kann Grund der Aggression sein. Türen zu verschließen kann zwar das Herumwandern verhindern, doch dies kann zu erhöhter Frustration führen.
- Mit Beschäftigung und Bewegung können manche Episoden vermieden werden.
- Es ist besser, an die Person langsam und von vorne heranzutreten. Erklären Sie, was nun gleich passieren wird, mit kurzen, deutlichen Sätzen wie z.B. „Ich werde Dir helfen, Deinen Mantel auszuziehen“. Somit wird vermieden, dass die Person glaubt, angegriffen zu werden und aggressiv in Notwehr reagiert.
- Überprüfen Sie, ob es bei dem aggressiven Verhalten um die Bedürfnisse der Person geht. Wenn ja, dann versuchen Sie im Voraus Bedürfnisse zu erkennen.

Katastrophenreaktionen

Manche Menschen mit Demenz überreagieren auf einen trivialen Rückschlag oder die kleinste Kritik. Sie reagieren mit Schreien, Rufen, unsinnigen Anschuldigungen und steigern sich in die Sache hinein, bzw. reagieren stur, weinen oder lachen auf unkontrollierte und unangemessene Weise. Diese Neigung der Überreaktion gehört zur Krankheit und wird als Katastrophenreaktion bezeichnet.

Manchmal ist eine Katastrophenreaktion das erste Anzeichen von Demenz. Es kann sich um eine vorübergehende Phase handeln, die im weiteren Verlauf der Krankheit verschwindet, doch sie kann auch einige Zeit andauern.

Mögliche Ursachen von Katastrophenreaktionen:

- Stress aufgrund Überforderung in einer bestimmten Situation
- Frustration aufgrund missverstandener Mitteilungen
- Andere zugrunde liegende Krankheit

Dieses Verhalten kann sehr rasch auftreten und Familien und Betreuer verängstigen. Wenn man jedoch versucht herauszufinden, was Katastrophenreaktionen auslöst, kann man diese möglicherweise manchmal verhindern. Das Führen eines Tagebuchs kann beim Erkennen der Umstände, in denen diese Reaktionen auftreten, helfen. Sollte dies nicht möglich sein, dann können Sie anhand der zuvor aufgeführten Richtlinien Wege finden, wie Sie schnell und wirkungsvoll mit dem Verhalten umgehen.

Horten

Menschen mit Demenz scheinen oft besessen von der Suche nach etwas, das sie glauben verloren zu haben, und sie horten und verwahren Dinge.

Mögliche Ursachen für Horten:

- Isolation. Wenn ein Mensch mit Demenz alleine gelassen wird oder sich vernachlässigt fühlt, dann konzentriert sich diese Person möglicherweise ganz auf sich selbst. Das Bedürfnis zu horten ist eine übliche Reaktion.
- Erinnerung an vergangene Zeiten. Ereignisse in der Gegenwart können Erinnerungen an vergangene Zeiten auslösen, wie z.B. das Leben mit Geschwistern, die deren Dinge weggenommen haben, oder das Leben mit der jungen Familie, die während der Wirtschaftskrise oder eines Krieges ernährt werden musste.
- Verlust. Menschen mit Demenz verlieren ständig Teile ihres Lebens. Der Verlust von Freunden, Familie, einer sinnvollen Rolle im Leben, eines Einkommens, und eines zuverlässigen Gedächtnisses kann das Bedürfnis einer Person zu horten steigern.
- Furcht. Die Furcht vor einem Raubüberfall kommt ebenfalls häufig vor. Die Person versteckt möglicherweise etwas Wertvolles, vergisst dann, wo es versteckt ist, und beschuldigt dann jemanden des Diebstahls.

Was sollte man ausprobieren?

- Versuchen Sie die üblichen Verstecke einer Person

herauszufinden und sehen Sie dort als erstes nach, wenn etwas vermisst wird.

- Geben Sie der Person eine Schublade mit vielen verschiedenen Dingen, die die Person aussortieren kann, was den Geschäftigkeitstrieb stillt.
- Sorgen Sie dafür, dass sich die Person auskennt, denn wenn sie ihre Umgebung nicht erkennt, kann dies das Problem des Hortens verschlimmern.

Ständiges Wiederholen

Menschen mit Demenz sagen bzw. fragen oft immer wieder das Gleiche. Es kann auch vorkommen, dass sie sehr anhänglich sind und an Ihrem Rockzipfel hängen, und Sie selbst bis zur Toilette begleiten. Dieses Verhalten kann sehr beunruhigend und irritierend sein.

Was sollte man ausprobieren?

- Wenn eine Erklärung nicht hilft, dann klappt es manchmal mit Ablenkung. Ein Spaziergang, Essen oder eine Lieblingsbeschäftigung kann Abhilfe schaffen.
- Es kann hilfreich sein, das ausgedrückte Gefühl zu erkennen. Zum Beispiel „Was mache ich heute?“ kann bedeuten, dass die Person sich verloren und unsicher fühlt. Eine Reaktion auf dieses Gefühl kann hilfreich sein.
- Erinnern Sie die Person nicht daran, dass sie bereits die Frage gestellt hat.
- Wiederholt ausgeführte Bewegungen können verringert werden indem man der Person etwas anderes in die Hände gibt, mit dem sie sich beschäftigen kann, wie z.B. ein weicher Ball zum Drücken, oder Wäsche zum Zusammenfalten.

Nach Vorlage von *Understanding and dealing with challenging behaviour* [Problematisches Verhalten verstehen und bewältigen], Alzheimer Schottland - Action on Dementia [Maßnahmen bei Demenz]

Wer kann helfen?

Erörtern Sie Ihre Bedenken über Verhaltensveränderungen und deren Auswirkung auf Sie mit einem Arzt.

Der Dementia Behaviour Management Advisory Service [DBMAS – australienweite Beratungsstelle zu Verhalten bei Demenz] ist ein australienweites Auskunftstelefon für Familien, Betreuer und Entlastungspflegepersonal mit Bedenken über das Verhalten von Menschen mit Demenz. Die Dienstleistung bietet vertrauliche, umfassende Beratung rund um die Uhr, an jedem Tag der Woche, und Sie können sie unter der Telefonnummer **1800 699 799** erreichen.

WEITERE INFORMATIONEN

Alzheimer's Australia bietet Unterstützung, Information, Aufklärung und Beratung. Wenden Sie sich an die Nationale Demenz-Telefonberatung unter **1800 100 500** oder besuchen Sie unsere Website unter **fightdementia.org.au**



Für Hilfe mit der englischen Sprache rufen Sie bitte den Übersetzungs- und Dolmetschdienst 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. 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.

Coping

Coping with 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

- A calm, unstressed environment in which the person with dementia follows a familiar routine can help to avoid some difficult behaviours
- Try to 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 not to attempt 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
- Try not to take it personally
- Try not to use a raised voice
- Avoid punishment. The person may not remember the event and is therefore not able to learn from it
- Speak slowly, in a calm and reassuring voice
- Try not to become provoked or drawn into an argument

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

Catastrophic reactions

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.

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
- Do not remind the person that they have already asked the question
- 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**