

Demenzpflege

# Tagesstrukturierung für Demenzkranke



Foto: dpa

Sven Lind

*Ob eine Tagesstrukturierung sinnvoll für demente Bewohner ist, wird derzeit sehr unterschiedlich diskutiert. Um diese Kontroverse in fachlicher Hinsicht zu klären, wurde das Publikationsprojekt „Lebenswelt Demenzkranker im Heim“ initiiert – eine Erhebung in 19 Einrichtungen der Altenhilfe zu den unterschiedlichen Formen der Tagesstrukturierung und den typischen Problembereichen bei der Gestaltung und Aufrechterhaltung einer Tagesstruktur. Einige wesentliche Ergebnisse werden im Folgenden aufgeführt.*

Gegenwärtig wird unter anderem von Vertretern strikter Biografieorientierung das Konzept einer Tagesstruktur für Demenzkranke in den Heimen als bloße Anpassungsstrategie in die so genannte „Normalwelt“ ohne Nutzen für die Betroffenen in Frage gestellt (Muthesius et al. 2004). Auf der anderen Seite liegen Erfahrungen aus den Heimen vor, die den positiven Aspekt einer stetigen Struktur des Alltagsgeschehens hinsichtlich der Verhaltenssicherheit der Demenzkranken bestätigen (Cleary et al. 1988, Ragneskog et al. 1997).

Zur Herbeiführung der fachlichen Klärung in dieser Kontroverse wurde im Publikationsprojekt „Lebenswelt Demenzkranker im Heim“ eine Erhebung in 19 Einrichtungen der Altenhilfe vorgenommen.

## Fehlen einer Tagesstruktur führt zu Stressverhalten

In den Heimen zeigt sich recht deutlich, dass das Fehlen einer vorgegebenen Tagesstruktur bei den Demenzkranken zu massiven Stresssymptomen führt. Beobachtet wurden unter anderem folgende demenzspezifische Verhaltensweisen einer psychophysischen Überforderung: ständige Unruhe (z. B. Wandern), Weglauftendenzen, Angstverhalten (Weinen), Aggressionen und

die Verweigerung der Kooperation bei der Nahrungsaufnahme sowie bei Pflegehandlungen.

Diese Überstressreaktionen sind Ausdruck der extremen Milieusensibilität der Demenzkranken angesichts der Unfähigkeit, die Umwelt ohne vertraute Leit- und Orientierungsimpulse zu bewältigen. Denn bei der Etablierung wiederkehrender Milieustrukturen im Sinne einer Tagesstrukturierung vermindern sich diese Stresssymptome gravierend.

## Entscheidend: Präsenz von vertrauten Bezugspersonen

In den Einrichtungen werden die Erkenntnisse aus der Fachliteratur (Kihlgren et al. 1994) bestätigt, dass die bloße Präsenz von bekannten Pflegenden oder anderen Betreuungskräften bei den Demenzkranken Empfindungen der Sicherheit und der Geborgenheit hervorrufen. Die Betreuungskräfte müssen dabei nicht einmal mit den Bewohnern in Kontakt treten, es reicht völlig aus, dass diese gesehen und auch manchmal gehört werden. In der Gegenwart von vertrauten Bezugspersonen kommunizieren Demenzkranke auch verstärkt miteinander und zeigen bessere alltagsbezogene Verhaltensweisen, zum Beispiel bei der Nahrungsaufnahme.

So konnte in den Einrichtungen nachgewiesen werden, dass die Gestaltung eines Mahlzeitenmilieus mit verbesserter Nahrungsaufnahme überwiegend durch die Präsenz der Mitarbeiter hergestellt werden konnte (*Lind*, in Druck).

Hier bestätigen sich Erkenntnisse aus anderen Lebensbereichen in der Form, dass sich unselbstständige Menschen (Kleinkinder, Behinderte usw.) in Gegenwart von vertrauten Bezugspersonen sicher fühlen und zusätzlich diese auch als Vorbilder zum Nachahmen nutzen.

In den Heimen wird dieses „Präsenzmilieu“ oft zu einem wichtigen Element der Tagesstruktur, indem nämlich so genannte bewohnerferne Tätigkeiten wie Dokumentieren, Übergabegespräche und andere Organisationstätigkeiten im Nahbereich der Bewohner gemäß der Devise „bewohnerferne Tätigkeiten bewohnernah ausführen“ erledigt werden.

### **Strategien der Tagesstrukturierung für Demenzkranke**

In den Einrichtungen gelangt eine Reihe verschiedener sich überwiegend ergänzender Vorgehensweisen bei der Gestaltung und Aufrechterhaltung einer Tagesstruktur teils gezielt und teils im Selbstlauf zur Anwendung. Im Folgenden werden die wesentlichen Aspekte der Tagesstruktur für Demenzkranke aufgeführt.

#### **Das Konzept der Kern- und Zwischenphasen**

Die Tagesstruktur im Heim lässt sich grob in Phasen mit hoher Interaktionsdichte wie Körperpflege und Hilfestellung bei der Nahrungsaufnahme (Kernphasen) und in Phasen geringerer Kontaktdichte zwischen Pflegenden und Demenzkranken, zum Beispiel Gruppenangebote (Zwischenphasen), unterscheiden.

Untersuchungen haben gezeigt, dass bei pflegerischen Interaktionen die Gefahr einer Überstressreaktion in Gestalt einer psychophysischen Dekompensation recht groß ist. Dies kann mit der Massierung der Reizkonstellationen begründet werden, die von den Demenzkranken oft nur begrenzt verarbeitet werden können (*Lind* 2003). Dementsprechend werden in den Einrichtungen

## Anzeige im Heft

geplant und auch ungeplant die Kernelemente Pflege gestaltet: Um jegliche Hektik und Entstehung zusätzlicher Stresskomponenten für die dementen Bewohner zu vermeiden, erhalten die Kernphasen tageszeitlichen Vorrang gegenüber den Aktivitäten der Zwischenphasen. Konkret bedeutet dies, dass Kernphasen nicht durch Terminvorgaben (z. B. Singkreis um 9.30 Uhr) mit einem Zeitdruck belastet werden. Es kann in der Regel nur Ruhe und Gelassenheit bei der Pflege entstehen, wenn alle potenziellen Stressfaktoren vermindert werden. Das schließt wiederum nicht aus, dass auch in einer Kernphase flexibel gehandelt werden kann: Um einem Bewohner die Teilnahme an einer begehrten Gruppenaktivität zu ermöglichen, kann zum Beispiel anstelle einer Ganzkörperwäsche nur eine Teilwäsche durchgeführt werden.

### Das Modell der Überschneidungsphasen

Ergänzend zum Konzept der Kern- und Zwischenphasen wird in vielen Einrichtungen ebenfalls überwiegend ungeplant ein gleitender Übergang zwischen pflegerischen und betreuenden Handlungen praktiziert. Damit sollen der Termindruck in den Kernphasen vermindert und gleichzeitig die Probleme der Schnittstellen zwischen verschiedenen Mitarbeitergruppen und unterschiedlichen Maßnahmen gelöst werden.

Eine Überschneidungsphase bedeutet zum Beispiel, dass zum Beginn einer Singgruppe um 9.30 Uhr nicht alle Teilnehmer schon präsent sein müssen. Ein späteres Erscheinen einiger Bewohner wird in der Form eingeplant, dass einige Plätze, meist in der Nähe der Tür, für ein recht störungsfreies Dazukommen von Nachzüglern bereit gehalten werden. Im Mittelpunkt der Gruppenaktivitäten steht dann auch die Gestaltung eines Milieus, das Gebor-

### Die Funktion der Tagesstruktur in einem Demenzmilieu

- Demenzkranke sind äußerst milieusensibel. Das Fehlen einer Tagesstruktur führt zu Überforderungssymptomen (Unruhe, Angst, Pflegeverweigerung u. a.).
- Tagesstruktur wird für die Demenzkranken durch die Wahrnehmung vertrauter Betreuungspersonen erfahrbar. Somit ist deren Präsenz im Nahbereich der Betroffenen eine unabdingbare Milieukonstante.
- Konzepte der Tagesstrukturgestaltung beruhen auf dem Prinzip der Minderung von Hektik und Stress bei allen Interaktionen zwischen Pflegenden und Demenzkranken.
- Sensorische Stimuli wie Musik, Gerüche und Lichtverhältnisse wirken als Verstärker der jeweiligen Tagesstrukturelemente.

### Beteiligte Einrichtungen an dem Projekt

- Albert Schweitzer Stiftung – Wohnen & Betreuen Standort Buschallee in 13088 Berlin
- Katharinenhof am Dorfanger in 15370 Fredersdorf bei Berlin
- Altenpflegeheim der Stadt Müncheberg in 15374 Müncheberg
- Ella-Ehlers-Haus in 28237 Bremen
- Seniorenwohnanlage in 34439 Willebadessen
- Seniorenhaus St. Johannes Baptist in 37688 Beverungen
- Evangelisches Altenpflegeheim Wartburg in 38165 Lehre
- Elisabeth-Stift in 42555 Velbert-Langenberg
- Alten- und Pflegezentrum Heilige Familie in 52445 Titz-Hasselsweiler
- Alten- und Pflegeheime St. Josef gGmbH in 52538 Selfkant
- DRK-Seniorenheim Rheingrafenstein in 55583 Bad Münster am Stein
- Altenheim Maria vom Siege in 56637 Plaidt
- Reginenhaus Rhynern in 59069 Hamm
- Alloheim Senioren-Residenz Mainpark in 60528 Frankfurt am Main
- Samariterstift Gärtringen in 71116 Gärtringen
- Samariterstift Leonberg in 71229 Leonberg
- Samariterstift Neresheim in 73450 Neresheim
- BRK-Alten- und Pflegeheim in 96317 Kronach
- Pro Seniore Residenz Dornheimer Berg in 99310 Arnstadt

*Die Einrichtungen sind nach Postleitzahlen geordnet.*

genheit und Anregung vermittelt. Und dazu gehört auch für Demenzkranke Flexibilität im Kommen und Gehen.

### Ausweitung der Kernphasen

In vielen Einrichtungen werden die Kernphasen Frühstück, Mittagessen und Abendbrot zeitlich durch Vorbereitungs- und Nachbereitungsphasen ausgedehnt. Dies geschieht zum Beispiel durch gemeinsames Decken bzw. späteres Abdecken des Tisches, der Zubereitung von kleineren Speisen (Salate, Nachtisch) und Ähnlichem mehr. Hierbei sind meist nur wenige Demenzkranke aktiv beteiligt, die meisten Bewohner sitzen nur dabei und schauen diesem Treiben interessiert zu.

Mittels der Ausweitung der Kernphasen werden zwei Wirkmechanismen zugleich aktiviert: Erstens wird ein Präsenzmilieu gestaltet, das die Aufmerksamkeit der Bewohner bindet und damit zum psychosozialen Wohlbefinden beiträgt. Und zweitens werden die Zwischenphasen zeitlich verkürzt. Dies ist von großer Bedeutung, denn oft lässt der Personalschlüssel die Ausgestaltung der Zwischenphasen durch gezielte Betreuungsmaßnahmen nicht zu.

### Parallelstrukturen in der Tagesgestaltung

Biografisch bedingte Differenzen in der individuellen Tagesgestaltung werden überwiegend durch Unterschiede in den Auf-

steh- und Zubettgehzeiten verursacht. Diese lebensgeschichtlich geprägten Verhaltensweisen und Gewohnheiten der Bewohner können als eine individuelle Verhaltenskonstante aufgefasst werden, die es zu berücksichtigen gilt. Gegenwärtig liegen keine Erfahrungen über bewohnersensible Verhaltensmodifikationen bezüglich dieser Verhaltensweisen vor. Eine zusätzliche Variable in der Tagesgestaltung besteht aus den unterschiedlichen Tagesformen der Demenzkranken, die ebenfalls Berücksichtigung finden sollte.

Bezeichnet man diese Verhaltenskonstante als so genannten „Bewohnerfahrplan“, dann besteht eine vordringliche Aufgabe in der Pflegeplanung darin, diese Verhaltensweisen in den übergreifenden „Wohnbereichsfahrplan“ als Ausdruck für alle gemeinschaftlichen Tätigkeiten der Pflege und Betreuung zu integrieren.

Konkret bedeutet dies zum Beispiel am Morgen, dass je nach Aufstehzeit der einzelnen Bewohner zur gleichen Zeit ein „Pflegermilieu“ (Morgenpflege in den Bewohnerzimmern) und ein „Frühstücksmilieu“ im Gemeinschaftsbereich gestaltet werden (Lind 2000).

Die Schaffung dieser parallelen Milieukomponenten wird in den Einrichtungen tagtäglich praktiziert.

### Das Intervallkonzept

Demenzkranken verfügen nicht mehr über das Vermögen, innere und äußere Reize angemessen zu verarbeiten und zu regulieren. So können sie sich nach psychisch belastenden Situationen, beispielsweise Pflegehandlungen, von selbst nicht beruhigen und verbleiben somit in einem stressangespannten Zustand, der meist mit motorischer Unruhe verbunden ist.

In den Einrichtungen wird auf dieses Unvermögen der Stressregulation mit der Gestaltung von Ruhephasen über den Tag verteilt reagiert. Hierbei kann

zwischen gemeinschaftlichen und individuellen Entspannungsperioden unterschieden werden. Gemeinschaftliches Ruhen wird meist nach stressintensiven Tagesabschnitten wie Pflege, Mahlzeiten und auch Phasen des aktiven Geschehens wie eine Gymnastikgruppe initiiert. Besonders der Mittagsschlaf, aber auch die Mittagsruhe in Gestalt des ruhigen Zusammensitzens mit Musikbegleitung hat sich als Regulativ bei wachsender Anspannung bewährt (s. auch Hall et al. 1987, Sloane et al. 1998).

Parallel hierzu werden für bestimmte Bewohner, die sich durch ihre motorische Unruhe in nicht mehr zu bewältigende Überstressphasen hineinsteigern, Auszeiten als Elemente einer individuellen Tagesstrukturierung verordnet, die teilweise auch mit Zwangsmaßnahmen (Fixierungen) verbunden sind.

### Verstärkungselemente bei der Tagesstrukturierung

Tagesstrukturen bestehen aus geplanten und manchmal auch ungeplanten Interaktionen zwischen Mitarbeitern und Demenzkranken mit dem Ziel, demenzspezifische Symptome (Realitätsverluste, Unruhe, Angst und Unsicherheit) zu vermindern. In den Einrichtungen werden meist zusätzlich zu den Begegnungen noch folgende Verstärkungselemente sensorischer Art gemäß den Milieuzielen eingesetzt:

#### Musik

Ein Kernelement zur Beeinflussung ist die Musik. So wird in Ruheperioden gezielt Beruhigungs- oder Meditationsmusik als Verstärkungselement eingesetzt.

#### Gerüche

Besonders bei den Mahlzeiten werden vertraute Essenserüche den Demenzkranken als Stimuli offeriert, damit die funktionale Bedeutung der Nahrungsaufnahme erkannt wird.

#### Licht

Durch Veränderung der Lichtintensität (Vorhänge zuziehen, Beleuchtung herunterfahren u. a.) wird zum Beispiel abends eine Atmosphäre des Zubettgehens bei den Bewohnern hervorgerufen.

Diese sensorischen Stimuli verstärken die mit der Milieugestaltung verbundenen Intentionen wie Ruhe finden oder Nahrung zu sich nehmen. Sie bilden somit Hilfsmittel, die die Wirkung der Handlungen der Pflegenden diesbezüglich erhöhen und manchmal erst auch ermöglichen.

#### Fazit

Es kann festgestellt werden, dass eine Tagesstrukturierung gemäß den Prinzipien der Stetigkeit ein unverzichtbares Element für das Milieu Demenzkranker darstellt. Vertraute Personen an den gewohnten Plätzen mit ihren alltäglichen Verrichtungen im stetigen Tagesverlauf erleben zu können, lassen bei den Demenzkranken Empfindungen der Vorhersehbarkeit und Überschaubarkeit entstehen, die die Grundlage von Sicherheit, Vertrautheit und Schutz bilden.

Literatur beim Verfasser.

#### Anschrift des Verfassers:

Dr. phil. Sven Lind, Diplom-Psychologe  
Zwirnerweg 9  
42781 Haan  
E-Mail: Sven.Lind@web.de

Anzeige  
im Heft