



## Beratung für Angehörige und Erkrankte bei Demenz, Depression, Sucht und Wahnerkrankungen im Alter

ambet e.V. | Gerontopsychiatrische Beratungsstelle | Triftweg 73 | 38118 Braunschweig  
gb@ambet.de | 0531 25657 - 40 | www.ambet.de/beratung



### Wir freuen uns, Ihnen die Weihnachtsausgabe des Gerontopsychiatrischen Newsletter zu präsentieren.

**Drei Fragen an... Carolin Teller. Seit September 2019 Leiterin der Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle und des Kompetenzzentrums gerontopsychiatrische Beratung im Verein ambet e.V.**



#### Was ist das Beste an Ihrer Arbeitsstelle?

In der gerontopsychiatrischen Beratungsstelle kann ich täglich Nachhaltigkeit leben. Denn das heißt für mich Lebensqualität bis zum Tod. Das Tabu im Umgang mit psychischen Erkrankungen im Alter aufzubrechen, möchte ich weiter voran bringen. Ich finde es toll, dass in Niedersachsen nicht ein Hauptaugenmerk auf die Demenzen gelegt, sondern auch andere gerontopsychiatrische Erkrankungen mitgedacht werden. Vor allem die Depression im Alter ist ein wichtiges Thema, dem wir uns noch mehr stellen müssen.

#### Was begeistert Sie am Bereich Gerontopsychiatrie?

Ich bin der Meinung, dass eine der wichtigsten Aufgaben darin besteht, Herausforderungen des demografischen Wandels zu meistern.

Im Sinne von Betroffenen da zu sein, ist mir eine Herzensangelegenheit, die wir als Grundsatz der täglichen Arbeit legen. Im Alter psychisch kranke und an Demenz leidende Menschen mit ihren Angehörigen und Freunden erfahren bei uns Hilfe. Sie werden in ihrer Wut, Angst und Unsicherheit entlastet und sollen sich nicht alleine gelassen fühlen. Wir begleiten sie durch Gespräche und Angebote unterschiedlichster Art.

Ich durfte bereits während meiner Hospizarbeit im Psychologiestudium erfahren, wie wichtig und befreiend es für kranke und auch sterbende Menschen sowie ihr soziales Umfeld ist, ihre Ängste auszusprechen und auf ein Gegenüber zu treffen, das diesen Gefühlen nicht ausweicht und sie aushält. Diese Anlaufstelle zu sein und dabei auch Themen anzusprechen, die unbequem sind, begeistert mich an der täglichen Arbeit mit alten und hochbetagten und ihrem Umfeld gleichermaßen.

#### Weiter so oder Veränderung?

Da ich bereits seit vier Jahren festes Mitglied im Team bin und meine Vorgängerin mich sehr gut in die Prozesse einband, möchte ich vor allem die angestoßenen Projekte weiterführen. Die seit über 32 Jahren bestehende Beratungsstelle macht wichtige Arbeit, die es auch weiterhin zu verfolgen gilt. Neue Schwerpunkte in der gerontopsychiatrischen Beratungsstelle sind für mich dabei vor allem die Verstärkung von Angeboten zur Prävention sowie die Arbeit mit Kindern- und Jugendlichen in Pflegeverantwortung.

## Termine

### Schulungsreihe für Angehörige

Jeweils Donnerstag von 15.00 bis 17.00 Uhr, ambet e.V., Triftweg 73, 3818 Braunschweig  
06. Februar: Entlastungsmöglichkeiten, Leistungen der Pflegeversicherung  
13. Februar: Umgang mit herausforderndem Verhalten  
20. Februar: Wie kann Ergotherapie bei Demenz unterstützen?  
27. Februar: Selbstfürsorge- Wo bleibe ich als Angehörige\*r?

### Anmeldung erforderlich unter: Tel.: (0531) 2 56 57 40, Mail: gb@ambet.de

Die Schulung ist kostenlos. Bei Bedarf und mit Anmeldung ist eine Betreuung Ihres erkrankten Angehörigen im Triftweg möglich. Hierfür entstehen Kosten von 10,- € pro Termin.

### Halbjahresprogramm der Alzheimer Gesellschaft Braunschweig

#### 22. Januar: Tanzcafe

15.00 - 17.00 Uhr, DRK Begegnungsstätte „Am Wasserturm“, Hochstr. 13

#### 06. Februar: Rollator Tanz

15.30 - 17.00 Uhr, BTSC, Böcklerstr. 219

#### 04. März: Vortrag - Wechselwirkung von Medikamenten und Ernährung

19.00 - 20.30 Uhr, Begegnungsstätte, In den Rosenäckern 11

#### 25. März: Tanzcafe

15.00 - 17.00 Uhr, DRK Begegnungsstätte „Am Wasserturm“, Hochstr. 13

#### 01. April: Vortrag - Alles neu - Alles anders- Umzug in ein Pflegeheim

19.00 - 20.30 Uhr, Begegnungsstätte, In den Rosenäckern 11

## Demenzrisiko bei Fußballern?

Forscher der Universität Glasgow und der Hampden Sports Clinic untersuchten die Gesundheits-Historie von 7676 Männern die in Schottland professionell Fußball gespielt hatten. Die Daten verglichen sie mit einer Kontrollgruppe von 23.028 gleichaltrigen Männern.



Die Fußballer hatten ein geringeres Risiko, vor dem 70. Lebensjahr zu sterben. Auch war ihr Risiko geringer, an Lungenkrebs oder einem Herzleiden zu sterben. Allerdings hatten die Fußballer ein höheres Risiko, an einer neurodegenerativen Krankheit zu sterben. Dazu zählen neben Demenz auch Parkinson, ALS sowie die im American Football diskutierte Krankheit CTE (Chronisch Traumatische Enzephalopathie). Bei 1,7 Prozent der verstorbenen Fußballspieler war eine neurodegenerative Erkrankung die Haupttodesursache, in der Kontrollgruppe war dies bei lediglich einem halben Prozent der Verstorbenen der Fall. Welchen Einfluss Kopfbälle für das Entstehen von Demenz haben, kann die Studie allerdings nicht direkt beantworten. [Hier geht es zum Forschungsbericht \(englisch\)](#)

## 15 Hinweise auf Schmerzen

Schmerzen gelten bei Menschen mit Demenz als eine wesentliche Ursache für herausforderndes Verhalten. Wie lässt sich aber erkennen, ob Schmerzen tatsächlich Ursache des Verhaltens sind?



Pain Assessment in Impaired Cognition

Ärzte, Pflegewissenschaftler, Physiotherapeuten und Psychologen haben gemeinsam eine Beurteilungsskala entwickelt. Die Skala „PAIC 15“ berücksichtigt die Kategorien „Gesichtsausdruck“, „Körperbewegungen“ und „Vokalisation“. Jede Kategorie umfasst fünf Unterpunkte, die mit 0 bis 3 Punkten bewertet werden. Die Kategorie „Gesichtsausdruck“ enthält zum Beispiel die Unterpunkte „Zusammenziehen der Augenbrauen“, „Öffnen des Mundes“ und „Hochziehen der Oberlippe“.

Die Skala, ein Einführungsvideo und ein E-Training Tool ist auf der Webseite des Projektes zu finden: [www.paic15.com](http://www.paic15.com)

## Beratung zu digitalen Hilfen für Menschen mit Demenz

Menschen mit beginnender Demenz möchten möglichst lange selbstständig leben und am Alltag teilnehmen. Die Symptome der Demenz führen jedoch dazu, dass zeitliche und örtliche Orientierung zunehmend mühsamer werden. Auch tägliche Verrichtungen und Termine wie die Einnahme von Medikamenten oder der Arztbesuch werden vergessen. Das führt dazu, dass Angehörige zunehmend unterstützend und anleitend tätig werden müssen.



Digitale Hilfen können Menschen mit beginnender Demenz dabei unterstützen ihre Selbstständigkeit zu leben - gleichzeitig entlasten sie pflegende Angehörige. Mittlerweile gibt es viele Bezugsquellen für entsprechende Geräte. Die gerontopsychiatrische Beratungsstelle, das ambet Hausnotruf Team und die ambet Ergotherapie werden ab 2020 zu den Themen GPS Ortung, mobiler Notruf, Navigation und Tagesstruktur beraten.

- Ist der Einsatz eines digitalen Systems für die Situation geeignet?
  - Welche rechtlichen Fragen gibt es beim Einsatz von GPS Ortungssystemen ?
  - Beispiele für technische Lösungen zu GPS Ortung, Navigation, mobiler Notruf und Tagesstruktur
  - Hilfestellung bei der einmaligen Einrichtung des Gerätes
- In unserer Beratungsstelle haben wir entsprechende Geräte zur Ansicht.

## Alzheimer-Risiko durch Bluttest frühzeitig Erkennen

Wie die Ruhr-Universität Bochum und das Deutsche Krebsforschungszentrum (DKFZ) in einer gemeinsamen Pressemitteilung erklärten, haben Forscher der Ruhr Universität und des DKFZ einen Bluttest entwickelt, der das Risiko einer Alzheimer-Erkrankung im Durchschnitt acht Jahre vor einer Diagnose feststellen kann.



Fraglich ist, ob Menschen Jahre im Voraus erfahren wollen, ob für sie das Risiko einer unheilbaren Krankheit besteht?

Der Nutzen des Tests könnte woanders liegen: Neurologen vermuten, dass die Therapie von Alzheimer so früh wie möglich einsetzen muss, schon bevor die typischen Demenzsymptome auftreten. Bei Auftreten der Vergesslichkeit, ist das Gehirn vermutlich schon so geschädigt, dass es selbst mit wirksamen Mitteln nicht mehr vollständig geheilt werden kann. Das könnte auch erklären warum immer wieder Studien zu neuen Wirkstoffen scheitern. [Weiteres auf der Internetseite der Ruhruniversität.](#)

## Herausgeber:

Gerontopsychiatrische Beratungsstelle ambet e.V., Triftweg 73, 38118 Braunschweig

Möchten Sie Neuigkeiten oder Termine aus ihrer Institution hier veröffentlichen senden sie eine Mail an: [michael.baumgart@ambet.de](mailto:michael.baumgart@ambet.de)

**Wenn sie diesen Newsletter nicht weiter erhalten wollen, senden sie bitte eine Mail an: [michael.baumgart@ambet.de](mailto:michael.baumgart@ambet.de)**