



Kleiner Leitfaden

Schmerzen bei Menschen mit Demenz

Schmerzen beeinträchtigen uns Alle in unseren Alltagsaktivitäten. Dadurch, dass wir diese benennen können, ist es uns möglich schnell Abhilfe zu schaffen. Im Falle eines von Demenz betroffenen Menschen ist es im Verlauf seiner Erkrankung ab einem bestimmten Punkt nicht mehr möglich sich klar zu auftretenden Schmerzen zu äußern.

Ein Mensch der sich verbal nicht äußern kann hat nicht weniger Schmerzen!

Vor dem Hintergrund bekannter Erkrankungen (u.a. Rücken- und Kopfschmerzen, Arthrose, Rheuma, Osteoporose, Diabetes mellitus, Verdauungsstörungen, Harn- und Stuhilverhalt), aber auch plötzlich, können wir Schmerzen bekommen und benötigen evtl. Schmerzmittel um wieder am Alltagsleben teilnehmen zu können.

Auffällige Verhaltensweisen bei Menschen mit Demenz

Wir kennen unsere Angehörigen und werden aufmerksam, wenn sie sich „anders“ verhalten als sonst. Nicht sofort kommt man auf den Gedanken, dass Schmerzen die Ursache sein können. Im ersten Schritt werden oft Beruhigungsmittel verabreicht, die in diesem Fall nicht wirken.

Umso wichtiger ist die „Antenne“ der Bezugsperson, die die Veränderungen als eine Reaktion auf Schmerzen erkennt und weitere Schritte einleitet.

Zu den möglichen Verhaltensreaktionen, die auf Schmerzen hinweisen, gehören folgende Symptome:

- Unruhe, Schlaflosigkeit
- Appetitverlust, zunehmende Verwirrtheit
- Jucken, Kratzen
- Ängstlichkeit, Schubsen bei Annäherung
- aufgeregtes Reden, Hin- und Herschaukeln
- Reizbarkeit, Schlagen, Beißen
- Schonhaltung oder verkrampfte Körperhaltung
- Teilnahmslosigkeit
- wimmern, stöhnen, weinen

Zu den körperlichen Symptomen und Reaktionen zählen folgende Auffälligkeiten:

- Muskelspannung
- starkes Schwitzen
- erhöhter Blutdruck und Herzrasen
- veränderter Atemrhythmus

Jeder dieser Hinweise und jede Äußerung des betroffenen Menschen ist ernst zu nehmen und ggf. durch den Hausarzt abzuklären.

Was können wir tun?

Auf jeden Fall den Hausarzt aufsuchen. Er wird nach einer Untersuchung geeignete Maßnahmen empfehlen bzw. einleiten.

Mögliche medizinische Maßnahmen

- weitere Abklärung und Behandlung im Krankenhaus
- Medikamentengabe nach ärztlicher Anordnung
- wichtig: Sie sind für die Einhaltung des Behandlungsplanes verantwortlich!
- Physiotherapie
- Massagen, Einreibungen

Mögliche nicht-medikamentöse Maßnahmen

- *Ablenkung* - Diese richtet sich nach dem körperlichen und geistigen Zustand sowie nach den Vorlieben des betroffenen Menschen!
 - Aromatherapie, Wohlfühlbad
 - wärmende oder kühlende Maßnahmen
 - Musik hören

Überbelastungen sollten unbedingt vermieden werden!

Wie gehe ich mit meinem Angehörigen in dieser Situation um?

- spenden Sie Trost
- geben Sie Zuwendung durch Berührung und Nähe
- reden Sie mit Ihrem Angehörigen
- versuchen Sie ihm die Angst vor dem Ungewissen zu nehmen