## Was ist wichtig (message take home)

**Für Angehörige von FTD Betroffenen**

Nicht sie und nicht der Kranke ist schuld, sondern die Krankheit ist schuld an den schwierigen Situationen.

Informieren sie sich gut über die Krankheit (Broschüre von Alzheimer Schweiz, Internet, Buch, mitten im Leben und dement von Margrit Dobler)

Suchen sie den Austausch mit anderen Angehörigen. Es gibt Gesprächsgruppen für Angehörige von FTD Betroffenen. Ihre Sektion der Alzheimervereinigung kann ihnen Auskunft geben. Es ist wichtig, dass sie einen Ort haben, wo sie sich nicht erklären müssen, sie verstanden werden, das Herz ausschütten können, ausrufen dürfen aber auch mit andern lachen können.

Holen sie sich fachliche Hilfe. Das kann psychologische Begleitung sein, aber auch Hilfe für den ganzen administrativen Kram. Pro Infirmis, Pro Senectute oder Alzheimer Vereinigung. Die Begleitung und Betreuung eines an FTD Erkrankten schafft man nicht alleine.

Versuchen sie, Strategien zu finden, welche ihnen helfen herunter zu fahren

Informieren sie Verwandte, Bekannte, Freunde, Nachbarn über die Krankheit. Sie können ihnen auch die FTD Broschüre der Alzheimervereinigung abgeben. Diese ist kostenlos

Schaffen sie zu Hause eine Reiz arme Umgebung. Nicht zu viel herumstehen lassen, keine ständige Geräuschkulisse

Lassen sie sich auf keine Diskussionen mit dem Kranken ein. Da wo es geht, lassen sie ihn recht behalten. Versuchen sie das Thema zu wechseln.

Wenn die Situation eskaliert, gehen sie aus der Situation heraus.

Versuchen sie, wenn irgendwie möglich, Erholungsinseln einzuschalten. Haben sie den Mut, andere auch um Hilfe zu bitten. Sie dürfen auch anderen etwas zumuten.

Nur kleine Essensvorräte zugänglich machen

Bewegung und Musik hilft entspannen

Humor und Lob hilft Beiden

Unter www.demenzworld.ch oder www.alzheimer-schweiz.ch
finden sie wertvolle Hilfen

**Schauen sie immer wieder mal in den Spiegel und sagen sie sich, indem sie sich auf die Schulter klopfen: Ich mache das sehr gut.**

**Für Betreuungspersonen im ambulanten Setting oder in einer Institution**

Nicht sie sind schuld und nicht der Kranke, wenn es schwierig wird. Es ist die Krankheit.

Informieren sie sich gut über die Krankheit. Allenfalls besuchen sie ein Weiterbildung oder bitten die Verantwortliche in der Institution um eine Weiterbildung in der Institution

Tauschen sie sich aus im Team

Haben sie den Mut zu sagen: Heute schaffe ich es nicht Herr oder Frau x zu betreuen.

Lassen sie sich nicht auf Diskussionen mit dem Kranken ein.

Begegnen sie ihm mit Würde

Fragen sie bitte auch mal die Angehörigen wie es ihnen geht.

Klare Ansagen

Auch da gilt, Reiz arme Umgebung schaffen und keine dauernde Geräuschkulisse (nicht Dauerbeschallung durch Radio oder Fernseher)

Gezielt eingesetzte Musik und Bewegung kann helfen

Humor und Lob

Unter www.demenzworld.ch oder www.alzheimer-schweiz.ch finden sie wertvolle Hilfen

**Für Angehörige und Betreuende**

Die Situation ist und bleibt trotz allen Hilfestellungen nicht einfach. Mit einer guten Unterstützung kann es jedoch gelingen, dass Angehörige wie auch Betreuende die Krankheit akzeptieren können. Dies ist für alle Beteiligten Hilfe und Erleichterung.

**Und zum Schluss……..**

**«Man sollte alle Tage wenigstens ein kleines Lied hören, ein gutes Gedicht lesen, ein treffliches Gemälde sehen und, wenn es möglich zu machen wäre, einige vernünftige Worte sprechen. (J.W.Goethe)**