

# So lange es geht im bekannten Umfeld bleiben

*Andreas Marg, Arzt für Psychiatrie, sprach beim Generationencafé der GLH über Demenz – Er sah es auch als Aufgabe der Kommunen, Angebote zu schaffen*

**Hirschberg-Großsachsen.** (dani) „Wenn man etwas im Gedächtnis nicht mehr findet oder nicht so ablegen kann, dass man sich am nächsten Tag noch daran erinnert“: So beschrieb Dr. Andreas Marg, was eine Demenz für mögliche Auswirkungen haben kann. Mit seinem Vortrag unter dem Titel „Herausforderung Demenz“, den er am Sonntag im Rahmen des Generationencafés der Grünen Liste Hirschberg hielt, gab er einen groben Überblick über Fragen und Probleme sowie mögliche Hilfestellungen.

Das „Café am Turm“ war sehr gut besucht, es wurden zusätzlich Stühle von draußen geholt, damit die mehr als 50 überwiegend älteren Interessierten alle einen Platz bekamen, um den Ausführungen Margs zu folgen. Begrüßt wurden die Gäste, darunter Landtagsabgeordnete Fadime Tuncer, von Dr. Claudia Helmes, Zweite Vorsitzende und Gemeinderätin der Grünen Liste. Sie ließ es sich nicht nehmen, die anwesenden Kandidaten für die Kommunalwahl nach vorn zu bitten, bevor sie das Wort an den Vortragenden gab, sobald al-



Über 50 Interessierte kamen zum Vortrag von Andreas Marg beim Generationencafé. Foto: dani

le mit Kaffee und Kuchen versorgt waren. Er finde, der Titel „Demenz als mögliche Lebensform“ passe besser, denn neben den gesellschaftlichen und persönlichen Herausforderungen, die eine Demenz mit sich bringe, sei es wichtig, darüber zu sprechen, wie man ein sein Leben mit der Beeinträchtigung gestalten und Betroffene sowie deren Angehörige bestmöglich unterstützen könne.

„Das Risiko, dement zu werden, steigt mit dem Alter“, erklärte Marg, der als Arzt für Psychiatrie genau erklären konnte, was mögliche Ursachen und Symptome der

nicht kausal behandelbaren Krankheit sind. So könne sich eine Demenz neben Vergesslichkeit auch durch gestörtes rationales und kognitives Denken und eine verringerte Konzentrationsfähigkeit zeigen. Wichtig sei zu unterscheiden, ob es sich um gelegentliches Vergessen handelt oder ob man durch die Symptome seinen Alltag nicht mehr geregelt bekommt und auf Hilfe angewiesen ist.

Oft führe die Demenz bei einer Person auch zu sozialer Isolation, sobald sie merke, dass sie „nicht mehr gut funktioniert“. Drüber sprechen, was man kann oder nicht mehr kann, und weiterhin Dinge tun, die man gern macht, sei besonders wichtig, betonte Marg. Ebenso wichtig sei es, dass die Personen so lange es geht in ihrem bekannten Umfeld bleiben und selbstständig und selbstbestimmt leben können.

Angehörige spielen dabei eine große Rolle und tragen eine immense Last, wusste er. Deshalb sei es essenziell, auch sie zu unterstützen und zu entlasten. Eine Mög-

lichkeit hierfür seien beispielsweise Selbsthilfegruppen, wie sie der Weinheimer Verein „Leben mit Demenz“ anbietet, dessen Vorsitzender Marg ist. Auch Unterstützernetzwerke seien eine gute Lösung, Aufgaben an andere abzugeben, ebenso wie Kurzzeit- oder Tagespflegeeinrichtungen, von denen es jedoch viel zu wenige gebe.

Mögliche Angebote, Strukturen und Hilfen seien auch Sache der Kommune, betonte der Grünen-Kreisrat aus Weinheim. Ambulante Pflege, bürgerschaftliche Initiativen und ein Quartiermanagement, das Mehrgenerationenwohnen möglich macht, seien nur einige Ansätze. Am besten sei es, wenn sich verschiedene Akteure in Demenznetzwerken zusammentun, fand Marg. Auch Räume wie das „Café am Turm“ seien ein erster Schritt und ein Ort, an dem man sich treffen und unterhalten könne.

Im Anschluss an seinen etwa halbstündigen Vortrag stand Marg den interessierten Zuhörern Frage und Antwort. So erklärte er beispielsweise, was für techni-

sche Möglichkeiten es gibt, und inwiefern sie Demenzkranken und ihren Angehörigen nutzen können, etwa als GPS-Verfolgung. Auch die Frage nach möglicher medikamentöser Behandlung kam auf. Marg bestätigte, dass es die zwar gibt, sie die Demenz allerdings nicht heilen, sondern ihre Auswirkungen nur verzögern könne. Und das nur in geringem Maße.

Viele der Anwesenden schienen selbst Angehörige von Menschen mit Demenz zu sein oder sich darüber Gedanken zu machen, wie es wäre, wenn es dazu kommt. Auch die Frage, ob beziehungsweise bis wann man es im häuslichen Umfeld schaffen und was passiere, wenn der Umzug in ein Heim bevorstehe, konnte Marg gut beantworten. „Schauen Sie sich verschiedene Einrichtungen im Vorfeld an“, riet er.

Je früher man sich darüber Gedanken mache, desto besser. Und auch, wenn man als Angehöriger nicht vor Ort sei, könne man den Demenzkranken unterstützen, versicherte er. Es sei ein sehr persönlicher und eindrücklicher Vortrag gewesen, fand Helmes abschließend.