

Was ist eine Demenz?



Ein Heft über Demenz in Leichter Sprache



Demenz Support Stuttgart
Zentrum für Informationstransfer

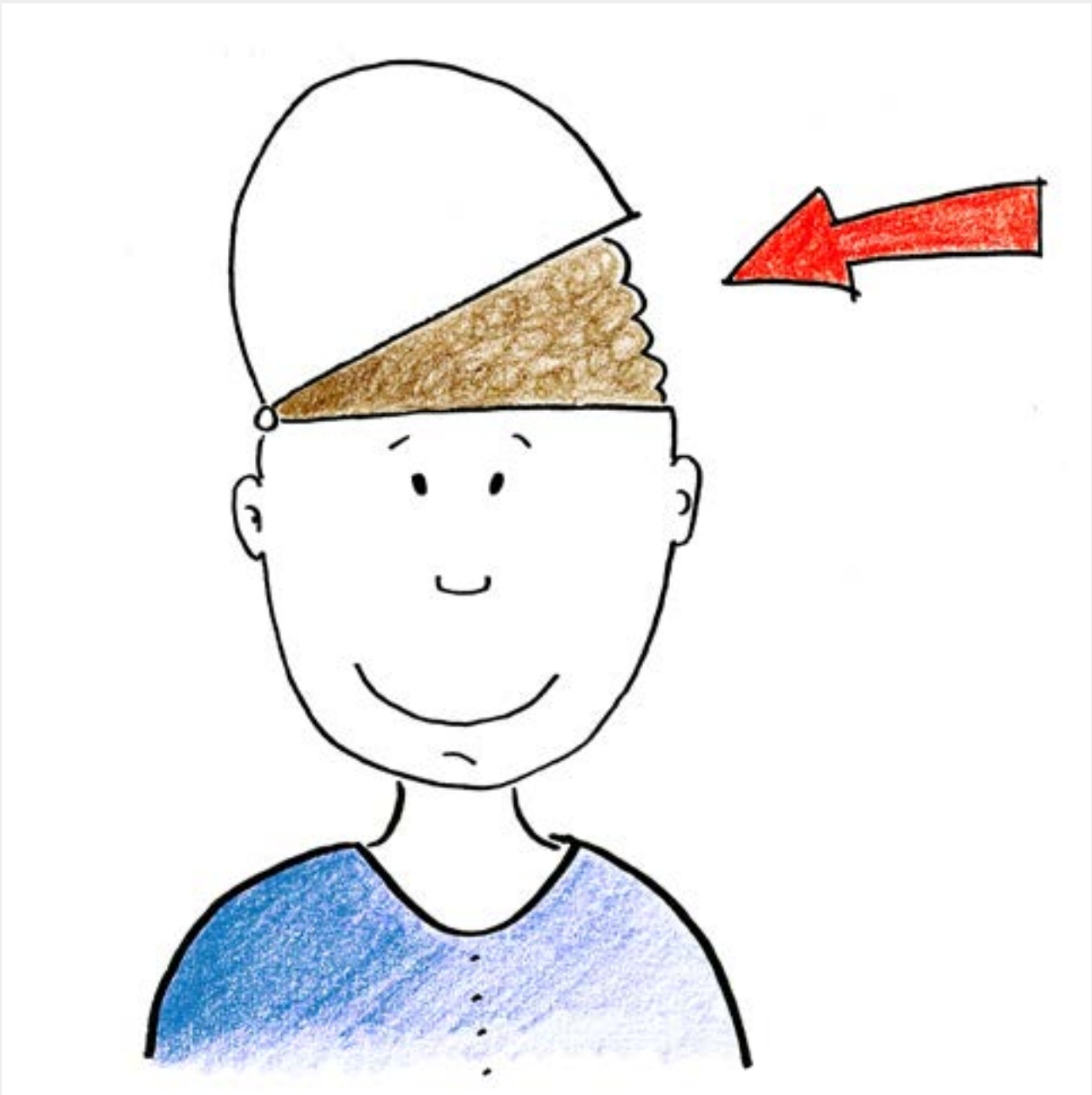


In diesem Heft geht es um Demenz.
Das ist eine Krankheit,
die manche Menschen bekommen,
wenn sie älter werden.



Was ist eine Demenz?

Demenz ist eine Erkrankung im Gehirn.



Alex hat eine Demenz. Vieles hat sich dadurch verändert. Er kann sich nicht mehr an alles erinnern. Und manchmal weiß er auch nicht mehr, wie man manche Dinge tut.

Was macht unser Gehirn?

Unser Gehirn hilft uns bei allem was wir tun.

Es sagt unserem Körper, was er tun soll.

Auf den Zeichnungen sind ein paar Beispiele zu sehen.

Unser Gehirn hilft uns...



...beim Erinnern...



...beim Laufen...

...beim Sprechen...



...und Anziehen...



...und beim Essen.

Was kann passieren, wenn

**Das Verhalten eines Menschen kann sich verändern.
Vielleicht vergisst jemand, wie etwas gemacht wird.
Obwohl er das früher konnte.**

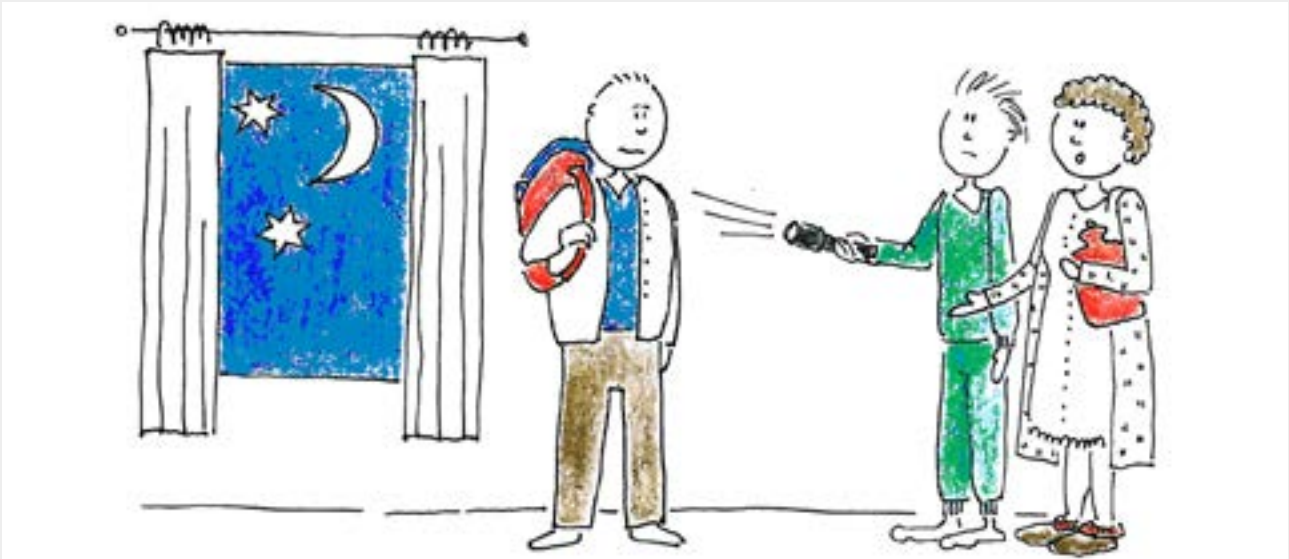
Alex konnte immer alleine in die Werkstatt fahren.



Jetzt vergisst Alex immer wieder, wo er aussteigen soll.

im Gehirn eine Demenz ist?

Alex hat eine Demenz. Manchmal steht er mitten in der Nacht auf. Er denkt, es ist schon der nächste Morgen.



Vielleicht kann sich jemand nicht mehr an den Namen von Familien-Angehörigen erinnern. Oder jemand erkennt das Gesicht von einem vertrauten Menschen nicht mehr.



Wer eine Demenz hat, kann auch Deinen Namen vergessen!

Was kann passieren, wenn

Manchmal kann es vorkommen, dass jemand mit Gegenständen um sich wirft. Oder er ruft laut oder er schreit. Dafür kann es viele Gründe geben. Manche Menschen fühlen sich vielleicht so:



ängstlich



zornig



traurig



einsam



jemand hat Schmerzen

Jemand mit Demenz vergisst Worte und die Namen von Dingen. Die Person kann nicht sagen, wie sie sich fühlt. Dann bleibt nur rufen und schreien!

im Gehirn eine Demenz ist?



Alex läuft manchmal ohne Pause unruhig durch das Zimmer.



Wer eine Demenz hat, stellt immer wieder die gleiche Frage.

Wer eine Demenz hat,
weint vielleicht ganz oft.



**Das kann damit zusammen-hängen, weil die Angst so groß ist.
Oder jemand ist ganz verwirrt.**



Jemand braucht zum Essen und zum Anziehen viel mehr Zeit
als früher. Das liegt an der Demenz.

Wie können wir helfen?

Es ist ganz wichtig,
dass Menschen mit Demenz Ruhe finden können.



Menschen mit Demenz brauchen in den Räumen Ruhe.
Sie müssen sich entspannen können. Dafür können wir sorgen.



Was meinst Du: ist dieser Mann ruhig und entspannt? Nein!

Wie können Menschen mit

Sie können sich Fotos, Zeitschriften oder Bilder in Ruhe anschauen.



Sie können sich ihre Lieblings-Musik anhören.
Entspannungsmusik ist auch sehr gut.



Das ist wichtig:

alle anderen Menschen müssen Rücksicht nehmen.

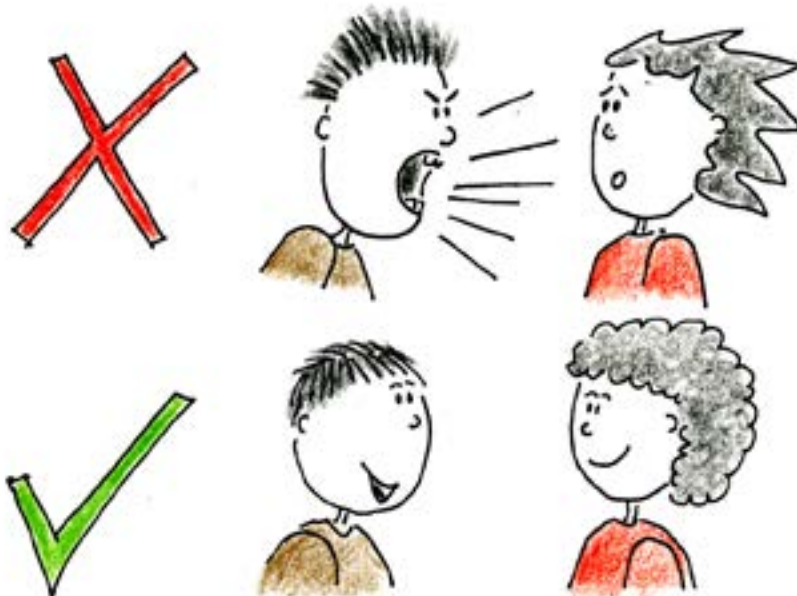
Sie müssen daran denken.

Menschen mit Demenz brauchen mehr Zeit für alles.

Demenz zur Ruhe kommen?



Manche mögen es, wenn man ihre Hand hält und sie streichelt.



Es hilft, wenn man langsam und ruhig spricht.

Merke: Streite nicht mit einem Menschen mit einer Demenz, nur weil er etwas falsch verstanden hat.

Achtung!

**Vielleicht machst Du Dir Sorgen um jemand anderen.
Oder um Dich selbst. Dann sprich mit einem Menschen,
dem Du vertraust und bitte um Hilfe.**

Wen kannst Du fragen?

Jemanden aus meiner Familie

Meinen Betreuer oder meine Betreuerin

**Einen Mitarbeiter oder eine Mitarbeiterin vom Sozial-
Dienst**

Einen Freund oder eine Freundin

Einen Arzt oder eine Ärztin



Wen kannst Du um Hilfe bitten?

.....

.....

Hilfreiche Adressen

Demenz Support Stuttgart gGmbH

Zeppelinstraße 41

73760 Ostfildern

0711 99 787 13

info@demenz-support.de

www.demenz-support.de

Deutscher Caritasverband e.V.

Karlstraße 40

79104 Freiburg

Anfragen und Hilfen unter: www.caritas.de/onlineberatung

Landesverband Baden-Württemberg der Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung e.V.

Neckarstraße 155a

70190 Stuttgart

0711 255 89 0

info@lebenshilfe-bw.de

www.lebenshilfe-bw.de

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz

Keithstraße 41

10787 Berlin

030 259 37 95 0

www.deutsche-alzheimer.de

Herausgeber:

Demenz Support Stuttgart gGmbH
Zeppelinstr. 41, 73760 Ostfildern
Christina Kuhn: c.kuhn@demenz-support.de

in Kooperation mit:

Caritasverband der Diözese Rottenburg-Stuttgart e.V.
Strombergstr. 11, 70188 Stuttgart
Dr. Stephanie Goeke: goeke@caritas-dicvrs.de

Konzeption: Christina Kuhn, Demenz Support Stuttgart gGmbH
Übersetzung: Dr. Gabriele Kreutzner, Demenz Support Stuttgart gGmbH
Geprüft: Mensch zuerst - Netzwerk People First Deutschland e. V., Anette Bourdon und Anita Kühnel
Zeichnungen und Layout: Magdalena Czolnowska
Herstellung: Druckerei BMBFSFJ

„Was ist eine Demenz?“ beruht auf dem Heft „What is dementia?“ von Diana Kerr und Mo Innes, illustriert von Paul Burns. Für die Genehmigung zur Übertragung in den deutschsprachigen Raum danken wir Down's Syndrome Scotland. Originalausgabe: ©Down's Syndrome Scotland, a Charitable Company Limited by Guarantee, Registered in Scotland No. 356717, Scottish Charity No. SC0110212



Copyright der deutschen Ausgabe © Demenz Support Stuttgart gGmbH: 5. Auflage 2025

gefördert vom



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend