



PRAKTISCHE HILFEN
für den Alltag

Tablets, Sensoren & Co.

Technische und digitale Hilfen
für das Leben mit Demenz



Deutsche Alzheimer
Gesellschaft e.V.
Selbsthilfe Demenz



PRAKTISCHE HILFEN
für den Alltag

Tablets, Sensoren & Co.

**Technische und digitale Hilfen
für das Leben mit Demenz**



Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.
Selbsthilfe Demenz

Mit freundlicher Unterstützung
der folgenden Krankenkassen:



Impressum

© 1. Auflage 2021

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V.

Selbsthilfe Demenz, Berlin

Gestaltung: Ulrike Künnecke, Frauke Hänke

Druck: Meta Druck, Berlin

Gedruckt auf Recyclingpapier aus 100 % Altstoff,
ausgezeichnet mit dem Umweltzeichen Der Blaue Engel.

Alle Rechte vorbehalten

ISSN 2364-9348

Inhalt

	Vorwort	4
1	Sicher und Selbstbestimmt	7
2	Wie lassen sich technische und digitale Lösungen beurteilen?	13
3	Sicher und selbstständig daheim	20
4	Sich sicher bewegen	33
5	Im Kontakt und aktiv bleiben	40
6	Unterstützung für Gesundheit und Pflege	52
7	Begriffsbestimmungen	56
8	Finanzierung	59
9	Beratung	67
	Weiterführende Literatur und Links	68
	Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. Selbsthilfe Demenz	71
	Stichwortverzeichnis	74

Vorwort

Mit dieser Broschüre wollen wir Sie darüber informieren, wie technische und digitale Hilfen das Leben mit einer Demenzerkrankung vereinfachen und die Lebensqualität stärken können – sowohl für Menschen mit Demenz als auch für Angehörige und Betreuende.

Wenn von Digitalisierung und Pflege die Rede ist, denken Viele an Pflegeroboter und eine Versorgung durch Maschinen statt durch Menschen. Derzeit sind wir noch weit davon entfernt, dass Roboter tatsächlich die Pflege übernehmen könnten. Sie werden aber durchaus zunehmend für die Aktivierung und Unterhaltung eingesetzt. Digitalisierung in der Pflege bezeichnet aktuell meist die digitale Erfassung der Pflegedokumentation und den Datenaustausch zwischen den Beteiligten – also Pflegeanbieter, behandelnde Ärzte, Kranken- und Pflegekassen und gegebenenfalls Angehörige. Sie kann aber viel mehr leisten.

Richtig eingesetzt können technische Hilfsmittel Menschen mit Demenz dazu verhelfen, länger selbstbestimmt zu leben, Unsicherheiten zu mindern und Ängste abzubauen. Technik kann die Betreuenden entlasten und emotionale und zeitliche Freiräume schaffen, die wiederum den erkrankten Personen zugutekommen können. Dabei gilt es aber stets Lösungen zu finden, die individuell angemessen sind. Sie sollen die Besonderheiten der jeweiligen Person, ihres Umfelds und der Art und Schwere der Erkrankung berücksichtigen. Wichtigstes Kriterium ist, dass der Einsatz von technischen Hilfsmitteln kein Ersatz für menschliche Nähe und Zuwendung sein darf.

Auch die folgenden Punkte müssen immer bedacht werden:

- Bleibt die Würde der betroffenen Menschen erhalten?
- Ist die eingesetzte Hilfe für den jetzigen Zustand richtig?

- Werden die Erkrankten und/oder die pflegenden Angehörigen überfordert?
- Wird die Freiheit des Menschen mit Demenz eingeschränkt?
- Bleibt das Gleichgewicht zwischen Freiheit und Sicherheit gewahrt?
- Werden eventuell Unsicherheit und Desorientiertheit verstärkt?

In dieser Broschüre geht es vorrangig um die Unterstützung von Menschen, die zu Hause - in der eigenen Wohnung oder bei Angehörigen - leben. Manche Technologien lassen sich selbstverständlich auch in Pflegeeinrichtungen nutzen. Während im privaten Bereich jeder die grundsätzliche Möglichkeit hat, sich einen Internetanschluss legen zu lassen, muss dies im stationären Pflegebereich aber erst vonseiten der Einrichtungen ermöglicht werden. Die Corona-Pandemie ab März 2020 hat ganz besonders deutlich gemacht, wie stark die Unterversorgung mit Internetzugängen im stationären Bereich ausgeprägt ist. Eine wichtige Forderung der Deutschen Alzheimer Gesellschaft ist daher die flächendeckende Ausstattung der Pflegeeinrichtungen mit einem für die Bewohnerinnen und Bewohner kostenlosen WLAN.

In dieser Broschüre finden Sie nicht nur etablierte technische und digitale Helfer. In großem Tempo werden immer wieder neue Ideen und Produkte entwickelt. Manche stehen bereits kurz vor der Markteinführung, andere sind noch sehr am Anfang und werden es vielleicht nicht bis in die Serienproduktion schaffen. Aus vielen Gesprächen wissen wir aber, dass häufig technisch begabte Angehörige selbst erfinderisch werden und eigene Lösungen entwickeln. Nicht nur als Anregung für sie finden sich in dieser Broschüre auch Hinweise auf kreative und sinnvoll erscheinende Erfindungen, die (bisher) nicht zu kaufen sind.

An dieser Broschüre haben viele verschiedene Personen mitgewirkt und ihr Wissen im Rahmen unseres Arbeitsausschusses Technik und Digitalisierung, einem Workshop sowie vielen Gesprächen eingebracht. Sylvia Kern ist 2. Vorsitzende der Deutschen Alzheimer

Gesellschaft, war langjährig Geschäftsführerin der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg und hat nicht zuletzt in der Betreuung ihrer demenzerkrankten Mutter praktische Erfahrungen mit technischen Hilfen gesammelt. Antje Holst ist Mitarbeiterin des Kompetenzzentrum Demenz in Schleswig-Holstein und unter anderem für die Musterwohnung für Menschen (nicht nur) mit Demenz zuständig. Marion Karstens ist Vorsitzende der Alzheimer Gesellschaft Kiel und ebenfalls ehemalige Angehörige. Sie hat seit vielen Jahren einen Schwerpunkt in der Wohnberatung für Menschen mit Demenz. Susanna Saxl hat große Teile der Texte verfasst und Saskia Weiß hat sie in der Geschäftsstelle der Deutschen Alzheimer Gesellschaft mit intensivem Austausch und vielen Anregungen dabei unterstützt. Die Informationen zu Personenortungssystemen hat Daniel Ruprecht, Mitarbeiter des Alzheimer-Telefons, zusammengetragen. Die Vorgänger-Broschüre „Sicher und selbstbestimmt“ wurde 2012 von den Journalistinnen Gislinde Schwarz und Rosemarie Mieder verfasst. Auszüge daraus sind auch in die aktuelle Broschüre eingeflossen. Allen Beteiligten danke ich herzlich für ihr engagiertes Mitwirken.

Ich hoffe, dass diese Broschüre für viele Menschen hilfreich sein wird und bitte Sie, uns Ihre Erfahrungen und Anregungen mitzuteilen, die wir gerne in der nächsten Auflage berücksichtigen werden.

Monika Kaus

1. Vorsitzende der Deutschen Alzheimer Gesellschaft

Berlin, Dezember 2020

1

Sicher und selbstbestimmt

Wie Technik den Alltag erleichtern kann

Seit einer Viertelstunde steht der Mann vor dem Fahrkartenautomaten und starrt auf den Bildschirm. Ab und zu drückt er eine Sensortaste – erfolglos. Hilfesuchend schaut er sich um, aber an diesem späten Vormittag ist niemand auf dem Bahnsteig, und der Schalter ist seit einem Jahr nicht mehr besetzt. Der Mann wird immer unruhiger, dann frustriert, schließlich tritt er mit dem Fuß gegen den rot-weißen Kasten. Wütend verlässt er den Bahnhof. – Diese verdammte Technik! Sie macht klein, abhängig, hilflos.

Eine ältere Frau irrt durch die Passage: Ist sie nicht schon zum dritten Mal an diesem Schaufenster vorbeigekommen? Ihre Tasche ist schwer, sie friert, sie will nach Hause. Aber in welche Richtung muss sie gehen? Da fällt ihr etwas ein. Sie greift in die Jackentasche, holt das Handy heraus und drückt auf einen Knopf. Es klingelt zweimal, dann hört sie die beruhigende Stimme ihrer Tochter: „Warte einen Moment, Mutti. Ich komme“. – Was wären wir ohne diese Technik! Sie erleichtert den Alltag und schenkt ein großes Stück Freiheit.



An diesen fiktiven Beispielen wird deutlich: Ob Technik zum Segen oder zum Fluch wird, hängt davon ab, wie es gelingt, sie ins Leben einzubauen. Das gilt erst recht für Menschen mit Demenz und für ihre betreuenden und pflegenden Angehörigen und Freunde: Sind technische Geräte immer schwieriger zu bedienen und werden dadurch mit fortschreitender Demenz immer mehr zur unüberwindbaren Herausforderung? Soll die Technik menschliche Kontakte ersetzen und mangelnde Zuwendung ausgleichen? Oder ist sie wichtige Hilfestellung, schafft Sicherheit, gibt Anregungen und ermöglicht den Kontakt untereinander?

Technische Hilfen sind im Alltag nichts Unbekanntes oder Ungeohntes. Telefon, Fernbedienung, Bügeleisen, Waschmaschine sind für fast alle älteren Menschen so selbstverständlich wie inzwischen oft auch Computer oder Tablet. Fähigkeiten, die ein Leben lang zum Alltag gehörten, bleiben auch bei einer Demenzerkrankung noch eine ganze Weile lebendig und geben Halt, wenn sie regelmäßig genutzt und geübt werden. Gerade am Beginn einer Demenz können aber durchaus auch noch Fertigkeiten neu erworben werden – vielleicht braucht es nur etwas mehr Training als früher, bis die Anwendung eines neuen Geräts klappt. Deshalb ist es wichtig, rechtzeitig mit Verwandten, Freunden und mit Unterstützung von Beratungsstellen oder geschulten Betreuungspersonen zu überlegen, was in der Wohnung verändert oder erneuert werden muss und welche „smarten“ digitalen Systeme das selbstständige Leben unterstützen können.

Technische und digitale Hilfen können auch im Verlauf der Krankheit für Menschen mit Demenz eine große Chance sein. Oft können diese die Folgen ihres Tuns nicht mehr einschätzen, gefährden sich und andere. Hier kann moderne Technik die Sicherheit erhöhen. Sie erleichtert den Alltag und die Pflege und ermöglicht es, so lange es irgend geht in den gewohnten vier Wänden zu bleiben.

Das Angebot an solchen Hilfsmitteln ist riesig. Es reicht von elektronisch gesteuerten Tabletenspendern über Pflegebetten, Badewannenlifter, Multifunktionsrollstühle bis hin zu Ortungssystemen, Sprachassistenten und „Smart Homes“.

Sie können in verschiedenen Bereichen die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen unterstützen:

Orientierung und Erinnerung

Unterstützung bei der Orientierung reicht vom Umgestalten der Wohnung über sprechende Kalender und Uhren bis zu Ortungssystemen, mit denen eine vermisste Person wiedergefunden werden kann. Am Anfang einer Demenz gehören auch Navigationssysteme dazu, die mittlerweile auf fast jedem Smartphone zu finden sind. Apps oder Sprachassistenten leisten Erinnerungshilfe, aber auch der Einsatz von Systemen zur Gesichtserkennung ist möglich.



Kommunikation und Nähe zu anderen Menschen

Hierzu zählt alles, was den Austausch mit anderen Menschen unterstützt, von einem leicht bedienbaren Telefon bis zum mobilen Video-Konferenzsystem, mit dessen Hilfe Betroffene und entfernt lebende Angehörige zum Beispiel gemeinsam den Inhalt des Kühlschranks begutachten können.

Aktivität und Konzentration

Hier wächst das Angebot ständig: vom computergestützten Gedächtnistraining über Videospiele und spezielle Apps für Beschäftigung und Unterhaltung bis hin zu emotionalen Robotern.

Bewegung und Beweglichkeit

In diesen Bereich gehören alle Hilfsmittel, die Bewegung erleichtern und sicherer machen, angefangen vom Gehstock über den Aufstehsessel bis hin zum Sturzsensord, der im Notfall Hilfe alarmiert.

Sicherheit

Dieser Bereich ist sehr vielfältig: von Bügeleisen, die sich selbst abschalten, über spezielle Herdabsicherungen bis zum Signal beim Verlassen eines Raumes oder Überwachungssysteme für die ganze Wohnung, die Alarm schlagen, wenn jemand das Bad stundenlang nicht verlässt. Dazu gehört auch die Möglichkeit einer relativ präzisen Ortung, wenn Menschen mit Demenz sich alleine auf den Weg machen und dabei die Orientierung verlieren.

Gesundheit und Pflege

Angeboten werden Tablettenspender mit Erinnerungsfunktionen, Systeme zur Sturzprophylaxe bis hin zur Telemedizin, also der Verbindung zum Arzt über das Internet. Aufblasbare Kopfwashbecken, Pflegebetten, aber auch spezielle Lifter, mit denen Menschen aus dem Bett in einen Rollstuhl oder ins Badezimmer transportiert werden, können die alltägliche Pflege sehr erleichtern. Auch im Bereich der Diagnostik von Demenzerkrankungen werden bereits digitale Testsysteme oder mit künstlicher Intelligenz ausgestattete Programme zur Auswertung von Computertomographie- (CT-) Aufnahmen eingesetzt. Weitere sind noch in der Entwicklung.

Immer muss dabei die Frage im Vordergrund stehen: Geht es wirklich um die Interessen der Erkrankten? Für Angehörige ist es beruhigend, das Gefühl zu haben, dass Mutter, Vater oder Partner sich nicht mehr so leicht verletzen können, ihre Wohnung sauber ist und gute Orientierung ermöglicht, und dass gegebenenfalls überprüft werden kann, was dort vor sich geht. Wichtig ist jedoch, ob die Erkrankten sich in einer solchen Umgebung auch wohl fühlen. Technische Veränderungen können das Leben erleichtern, sie können die Betroffenen aber auch zusätzlich verunsichern, sie irritieren oder ihnen die Würde nehmen. Auch Menschen mit Demenz haben ein Recht auf Risiko, die vermeintliche Sicherheit darf nicht auf Kosten von Wohlbefinden und Lebensfreude gehen.

Und überhaupt:

Absolute Sicherheit ist für niemanden zu haben, nirgends auf der Welt. Und so gilt es abzuwägen: Nicht alles nur irgend Mögliche zu tun, sondern das, was notwendig und sinnvoll ist. Solange solche Entscheidungen mit den Betroffenen gemeinsam überlegt und gefällt werden können, sollte das ohne Bevormundung geschehen. Irgendwann aber sind sie dazu nicht mehr in der Lage. Es ist für sie zu schwer, die eigene Situation zu überdenken und nach Lösungsmöglichkeiten zu suchen. Dann sind sie darauf angewiesen, dass andere in ihrem Sinn für eine bestmögliche Betreuung sorgen und Entscheidungen treffen.

Zuallererst geht es um die Interessen der Betroffenen und ihre Lebensqualität. Deshalb gilt es immer wieder zu prüfen:

- Bleibt die Würde der Menschen mit Demenz erhalten?
- Hilft der Einsatz von Technik bei der Wahrung ihrer Autonomie oder schränkt er Freiheiten ein?
- Unterstützt die Technik bei wichtigen Alltagsverrichtungen oder bei der Kommunikation mit anderen, oder verstärkt sie womöglich vorhandene Unsicherheit und Desorientiertheit?

Eines darf dabei allerdings nicht vergessen werden: So wie Menschen mit Demenz ein Recht auf Autonomie haben, haben auch jene, die sie betreuen, ein Recht auf Freiräume und Erleichterung. Technische Hilfen können die Betreuenden körperlich wie auch seelisch entlasten. Sie mindern den Druck, immer und überall präsent und hellwach sein zu müssen. Eine solche Entlastung kommt letztlich auch den Erkrankten zugute.

Die Entwicklungen im Bereich der digitalen Lösungen und unterstützenden (assistiven) Technologien sind in den letzten Jahren rasant vorangeschritten. So muss man sich den gewünschten Radiosender nicht mehr selbst heraussuchen, sondern kann das per Ansage den Sprachassistenten (zum Beispiel Alexa, Siri oder Google Assistant) erledigen lassen. Der kann gleichzeitig auf Wunsch auch das



Licht dimmen, die Heizung regulieren, die Tochter anrufen, die Kaffeemaschine anstellen, das Badewasser einlassen oder an den Arzttermin erinnern. Und diese Technologie ist mittlerweile für die meisten Menschen durchaus bezahlbar.

Nicht alle Ideen, die entwickelt werden, schaffen die Umsetzung in die Serienproduktion. Auch im Verlauf der Arbeit an dieser Broschüre haben wir immer wieder erlebt, dass Produktideen, die als Projekte erprobt wurden, schließlich doch nicht auf den Markt kamen. Auf der anderen Seite erfahren wir auch von Angehörigen, dass sie Produkte, die gar nicht speziell für Menschen mit Demenz oder ihre Pflegenden entwickelt wurden, für ihren Bedarf nutzen und damit gute Erfahrungen machen (beispielsweise ein Tablet als Uhr einrichten anstatt eine teure Demenz-Uhr anzuschaffen). In diesem Sinne heißt es aufmerksam und neugierig bleiben. Und wenn Sie eine Idee haben, was Ihren Alltag erleichtern würde, teilen Sie uns das einfach mit. Wir sammeln solche Anregungen und geben sie auch gerne im Kontakt mit Produktentwicklern weiter.



2 **Wie lassen sich technische und digitale Lösungen beurteilen?**

Eine zunehmende Zahl von Produkten, Apps und digitalen Systemen werden speziell für die Zielgruppe von Menschen mit Demenz und diejenigen, die sie betreuen und pflegen, angeboten. Nicht immer ist es einfach zu beurteilen, ob das jeweilige Produkt tatsächlich für die eigene Situation geeignet und auch unter ethischen Gesichtspunkten vertretbar ist. Einige grundsätzliche Kriterien lassen sich dafür heranziehen:

2

Nutzen für den Menschen mit Demenz und/oder für die Angehörigen

Das Produkt muss grundsätzlich einen Nutzen haben, entweder für den Menschen mit Demenz selbst oder für die Angehörigen (oder für beide). Oftmals beinhaltet der direkte Nutzen für den einen auch einen indirekten Nutzen für den Anderen - ein Produkt spart beispielsweise den Angehörigen Zeit, wodurch diese sich stärker der erkrankten Person zuwenden können; oder die Angehörigen können sich besser regenerieren und der erkrankten Person entspannter gegenüberstehen.

Kein Ersatz für den persönlichen Kontakt

Ein Produkt darf niemals darauf ausgerichtet sein, den persönlichen Kontakt zwischen Menschen mit Demenz und Pflegenden zu ersetzen. Ein Beispiel dafür wäre ein Betreuungsroboter, der im Pflegeheim selbstständig die Aktivierungsstunden bestreitet, ohne dass eine menschliche Betreuungskraft die Bewohnerinnen und Bewohner dabei begleitet. Oder eine „Waschstraße“, in der die Körperpflege für Pflegebedürftige vollautomatisch erfolgt.

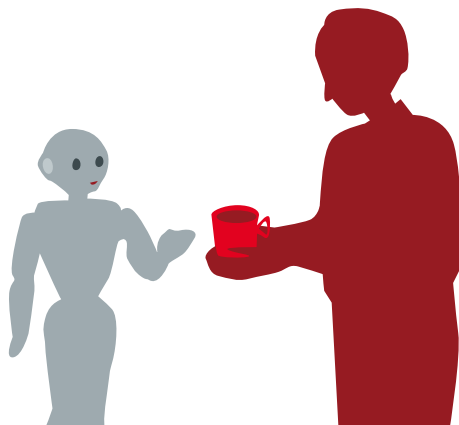
Unterstützung nicht Übernahme

Das Produkt soll unterstützen. Es soll Selbstständigkeit und Teilhabe fördern, dem Menschen aber nicht Tätigkeiten abnehmen, die er eigentlich noch selbst ausführen kann. Hier zwei fiktive Beispiele, die das veranschaulichen:

Marlene K. fällt es immer schwerer, ihre Rollläden hochzuziehen. Immer öfter bleiben sie den ganzen Tag auf halber Höhe und in der Wohnung ist es schummerig. – Ein elektrischer Gurtwickler kann die Rollläden zu einer vorprogrammierten Zeit hochziehen und wieder herunterlassen. Aber: die tägliche Arbeit mit den Rollläden hat Frau K.'s Arme trainiert. Wenn das nun fehlt, verliert sie zunehmend an Muskelkraft. Ein unterstützender Gurtwickler würde ihr die Arbeit nicht völlig abnehmen, sondern erst dann anspringen, wenn Frau K.'s Kräfte nicht mehr zum weiteren Hochziehen ausreichen.

Ein Beispiel für ein Zukunftsszenario:

Robert L. hat Probleme mit der Zubereitung seines Morgenkaffees und bittet seinen Assistenz-Roboter um Hilfe. Statt dass dieser das Befüllen der Kaffeemaschine übernimmt, gibt er Robert L. eine schrittweise Anleitung für die Kaffeebereitung. Dabei gibt er erst dann die Hinweise für den nächsten Schritt, wenn der aktuelle erfolgreich bewältigt wurde.



Überprüfbarer Nutzen

Der Nutzen des Produkts muss überprüfbar sein. Seine Anwendung muss unter realen Bedingungen (nicht nur im Labor) getestet worden sein. Wichtig ist es, die Testbedingungen mit den eigenen Gegebenheiten zu vergleichen. Denn im Pflegeheim oder im Krankenhaus sind die Voraussetzungen oft andere als in der häuslichen Umgebung. Zu manchen Produkten gibt es Wirksamkeitsstudien, die bei der Beurteilung des Nutzens helfen. Zu anderen lassen sich hilfreiche Nutzerbewertungen im Internet finden. (Allerdings muss man diese mit kritischem Blick anschauen, denn nicht alles, was im Internet geschrieben wird, ist seriös.) Meist lohnt es sich, nicht nur nach der Sternchenzahl zu gehen, sondern die Kommentare zu den Bewertungen genau zu lesen. So lässt sich überprüfen, ob die Art des Einsatzes oder die Rahmenbedingungen, unter denen hier eine positive oder negative Bewertung abgegeben wurde, mit der eigenen Situation vergleichbar sind.

2

Funktionierender Einsatz in der Praxis

Technische Produkte müssen nicht nur im Labor, sondern auch in ganz „normalen“ Lebensumwelten funktionieren. Dabei sind auch Gegebenheiten wie Schwellen in der Wohnung oder beengte Badezimmer zu bedenken. Mobile Geräte müssen – entsprechend ihrem Einsatzzweck - ortsunabhängig funktionieren, also beispielsweise auch dort, wo es kein gutes WLAN/Funknetz gibt. Ist ein entsprechendes Netz für die Funktionsfähigkeit zwingend erforderlich, so muss dies in den Angaben zum Produkt ausdrücklich und sofort erkennbar benannt werden. Eine Testphase mit vollem Rückgaberecht zum Ausprobieren, wie gut das Produkt im eigenen Haushalt funktioniert, sollte selbstverständlich sein.

Keine „unerwünschten Nebenwirkungen“

Das Produkt darf den Betroffenen und ihren Angehörigen nicht schaden: Es muss sichergestellt sein, dass ein Produkt nicht nur den Nutzen erfüllt, für den es konstruiert wurde, sondern auch keine Nebeneffekte

hat, die sich negativ auf die Nutzerinnen und Nutzer oder ihre Angehörigen auswirken. Dies bedeutet, dass ein Produkt weder einen gesundheitlichen Schaden verursachen, noch die Lebensqualität beeinträchtigen darf. Vor allem darf die Anwendung des Produkts nicht dazu führen, dass die Person mit Demenz eine geringere persönliche Zuwendung durch die Pflegenden erfährt. – Hier ein Beispiel:

Die Ehefrau von Robert K. nutzt seit kurzem eine App, die jeden Tag die Trinkmenge, den Blutdruck und den gemessenen Puls an den Arzt übermittelt. Leider ist deren Handhabung so kompliziert, dass sie damit immer eine halbe Stunde beschäftigt und anschließend völlig gestresst ist. In diesem Fall wäre das gute alte Notizbuch hilfreicher - auch wenn der Arzt dann nicht tagesaktuell über die Entwicklung dieser Werte informiert ist.

Individuell anpassbar an sich verändernde Bedürfnisse

Demenzen verlaufen in unterschiedlicher Geschwindigkeit und verursachen einen zunehmenden Verlust verschiedener Fähigkeiten. Außerdem können unabhängig von der Demenz besonders mit zunehmendem Alter körperliche Einschränkungen auftreten. Die Anforderungen an ein Produkt können auch unterschiedlich sein, je nachdem ob die Person mit Demenz alleine lebt, zusammen mit Angehörigen oder in einer Pflegeeinrichtung. Ein Produkt sollte deshalb möglichst flexibel einstellbar sein, um im Verlauf an die Fähigkeiten der betroffenen Person angepasst werden zu können. Ein Beispiel dafür: Ein Notfallhandy mit Ortungsfunktion kann zunächst so eingerichtet sein, dass der oder die Betreffende es ganz normal als Handy nutzt und im Notfall selbstständig den Notruftknopf drückt. Wenn dies schwieriger wird, kann die Ortungsfunktion für die Angehörigen ständig freigeschaltet werden. Es kann eine Nummer fest einprogrammiert werden, sodass beim Druck auf jeden Knopf nur noch diese Nummer angerufen wird. Und es kann eine Freisprechfunktion eingerichtet werden, die automatisch funktioniert, auch wenn der oder die Betreffende einen Anruf nicht mehr selbstständig annehmen kann.

Anwendungssicherheit

Die Handhabung sollte ohne große Schulung sicher und intuitiv möglich sein. Es dürfen keine Gefahren von einer möglichen Fehlbedienung ausgehen. Wo nötig, muss zu dem Produkt eine fachliche Einweisung erfolgen, eine leicht verständliche Bedienungsanleitung vorliegen und ein technischer Service für Anwendungsprobleme kurzfristig erreichbar sein.

Langfristige Verfügbarkeit

Ein Produkt muss langfristig verfügbar sein, inklusive notwendiger Sicherheits-Updates und technischer Anpassungen. Dafür sollten ausreichend lange Gewährleistungs- und Supportfristen garantiert werden. Das spielt bei digitalen Produkten, die immer wieder auf neue Betriebssysteme angepasst werden müssen, eine besonders große Rolle. Sonst funktionieren sie vielleicht mit dem aktuellen Computer oder Smartphone, mit dem nächsten aber schon nicht mehr.

Interoperabilität

Will man mehrere Produkte nutzen, die intelligente Unterstützung bieten, ist es wichtig, auf die Interoperabilität der Geräte zu achten, die man sich anschafft. Das heißt, ein Produkt sollte in der Lage sein, in ein bestehendes Netzwerk eingebunden zu werden und mit den bereits vorhandenen Geräten zu kommunizieren. Beispielsweise können dann auch mehrere Geräte wie die Heizung, die Beleuchtung, der elektrische Fensterheber und die Musikanlage über die gleiche Fernbedienung oder App gesteuert werden.

2

Was ist darüber hinaus zu bedenken?

Wichtige Aspekte, die die Anschaffung eines bestimmten Produkts von vornherein ausschließen können, sind die Antworten auf folgende Fragen:

→ Sind grundlegende Voraussetzungen für die Anwendung gegeben?

Die meisten technischen Produkte benötigen eine gewisse Infrastruktur. Unter anderem müssen sie mehr oder weniger regelmäßig mit Strom versorgt, Akkus aufgeladen werden. Wenn die oder der Betroffene selbst dies nicht mehr gewährleisten kann, muss geklärt werden, wer das übernehmen kann. Oft ist ein stabiles WLAN erforderlich, damit ein Produkt zuverlässig funktioniert. Auch Schwellen in der Wohnung, zu schmale Türen und Ähnliches können den Einsatz bestimmter Produkte behindern. Außerdem muss klar sein, dass die Installation und Einrichtung von den Anwendenden - Betroffene oder Angehörige - selbst durchgeführt werden können oder dass ein entsprechender Service der Firma zur Verfügung steht.

→ Stimmt das Kosten-Nutzen-Verhältnis und kann ich das Produkt finanzieren?

Wie auch bei anderen Anschaffungen stellt sich immer die Frage: Ist (mir) das, was ich erhalte, den Preis wert, den ich dafür bezahlen muss? Es geht also um den individuellen Nutzen, den ein Produkt im Einzelfall hat. Die Frage wird daher von verschiedenen Personen unterschiedlich beantwortet werden, und es gibt keine allgemeingültige Einschätzung, ob ein Produkt auf dem Markt einen angemessenen Preis hat.

Selbst wenn der Preis angemessen erscheint, kann eine fehlende Finanzierungsmöglichkeit ein Ausschlussgrund sein. Die Kosten für einige Hilfsmittel werden von den Kranken- oder Pflegekassen übernommen. Andere können im Rahmen der Pfl-

geversicherung zumindest bezuschusst werden. Wenn die Kranken- bzw. Pflegekasse nicht für die Kosten aufkommt, müssen private Möglichkeiten der Finanzierung geprüft werden. Manchmal führt der Einsatz einer bestimmten Technologie auch zu Ersparnissen an anderer Stelle, sodass beides gegeneinander abgewogen werden kann. Das Sozialamt kommt als Kostenträger erst infrage, wenn alle anderen Möglichkeiten ausgeschöpft sind und ein entsprechender Bedarf anerkannt wird. Mehr zu den Möglichkeiten der Finanzierung lesen Sie im Kapitel 8.

➔ **Ist das Produkt sicher und rechtssicher?**

Ein Produkt muss technisch sicher sein. Dafür sollte es entsprechende Gütesiegel wie die CE-Kennzeichnung, das GS-Kennzeichen oder ein TÜV-Siegel besitzen. Das Produkt muss sich mit seiner Anwendung außerdem im Rahmen geltenden Rechts bewegen. Dazu gehören Datensicherheit ebenso wie beispielsweise Freiheitsrechte. Auch Umwelt- und Hygieneaspekte und können bei der Anschaffung bedacht werden und die entsprechenden Qualitätssiegel bei der Auswahl eine Rolle spielen. In einem großen europäischen Projekt mit dem Namen „Certification-D“ wird unter Beteiligung der Deutschen Gesellschaft für Gerontotechnik® (GGT) derzeit ein Verfahren entwickelt, mit dem Produkte auch eine spezielle Auszeichnung als „demenzgerecht“ erhalten können. Das Projekt soll im Jahr 2023 abgeschlossen sein.

Für die Bewertung von unterstützenden Produkten und den Vergleich verschiedener Produkte untereinander kann das Bewertungsinstrument B-TiP (Bewertung assistiver Technologien in der Pflege) hilfreich sein, das von Prof. Dr. Patrick Fehling an der IUBH Internationale Hochschule entwickelt und im Arbeitsausschuss „Technik und Digitalisierung“ der Deutschen Alzheimer Gesellschaft weiter angepasst wurde. Sie finden es im Internet unter **b-tip.deutsche-alzheimer.de**.

3 **Sicher und selbstständig daheim**

Eine Wohnung kann für Menschen mit demenzbedingten Einschränkungen eine Vielzahl von Gefahren bergen. Mit verschiedenen Maßnahmen lassen sich viele der Gefahrenquellen in den Griff bekommen. Hierzu gehört es, Stolperfallen zu entfernen oder sie zu entschärfen, Treppen sicherer zu machen, Reinigungsmittel und andere giftige Stoffe wegzuschließen, Steckdosen zu sichern und Ähnliches. Um die Orientierung in der Wohnung zu erleichtern, kann es hilfreich sein, nicht unbedingt benötigte Türen einfach auszuhängen. Andere, wie beispielsweise die zur Toilette, können beschriftet oder mit leicht verständlichen Symbolen gekennzeichnet werden. Ebenso Schranktüren, hinter denen sich Geschirr, Küchenutensilien oder Kleidung verbergen. Hierzu können Sie sich ausführlich bei einer Beratungsstelle für Wohnraumanpassung oder einem Pflegestützpunkt beraten lassen (siehe Anhang).

Nicht immer sind alle Veränderungen, die wünschenswert wären, auch umsetzbar. Die Wohnung völlig umzugestalten und mit neuen Einrichtungsgegenständen auszustatten, kann zu Irritation und Orientierungslosigkeit führen. Deshalb ist es gut sich zu überlegen, welche Neuerungen sinnvoll sind, ob sie schrittweise eingeführt werden können, und wie vielleicht auch der Umgang mit neuen Geräten trainiert werden kann. Es geht darum so viel wie nötig, aber so wenig wie möglich zu verändern.

Es gibt eine große Bandbreite an Produkten, die das Leben mit Demenz in den eigenen vier Wänden erleichtern und sicherer machen können. Der „Markt der Möglichkeiten“ ist nahezu unüberschaubar. Regelmäßig werden neue Ideen und Produkte entwickelt. Manche davon sind ausdrücklich für die Zielgruppe der Menschen mit Demenz gedacht, andere sind das nicht, können aber dennoch nützlich sein. Die nachfolgende Auswahl ist daher eher als Anregung für die eigene Suche gedacht. Wir wollen und dürfen keine bestimmten Produk-

te empfehlen. Bitte verstehen Sie die genannten Produktnamen nur als Beispiele. Sie stammen zum Teil aus einer wissenschaftlichen Recherche im Vorfeld der Broschüre, zum Teil aus der verwendeten Literatur, die Sie im Anhang finden. Angaben zur Verfügbarkeit beziehen sich auf Herbst 2020, den Zeitpunkt, zu dem diese Broschüre erstellt wurde. Wir können keine Aussage dazu machen, wie gut ein einzelnes Produkt funktioniert und ob es für Ihre individuelle Situation geeignet ist. Bitte lassen Sie sich deshalb von den entsprechenden Fachleuten (zum Beispiel in einer Wohnberatungsstelle) beraten.

Erinnerungshilfen

„Wo ist mein Schlüssel, meine Brille, meine Handtasche?“, „Wann kommt mein Sohn mich endlich mal wieder besuchen?“, „Wie spät ist es?“

Einschränkungen des Erinnerungsvermögens können zu viel Aufregung und Stress sowohl für die Betroffenen als auch für die Angehörigen führen. So kann man diesen Problemen begegnen:

Wiederfinden verlegter Gegenstände

Menschen mit Demenz sind häufig auf der Suche nach ihrem Schlüsselbund, nach dem Portemonnaie oder der Handtasche. Schlüsselfinder/Gegenständefinder mit Bluetooth- oder Funk-Technologie können hier helfen. Diese Systeme bestehen aus einem Anhänger, der am Schlüsselbund oder einem beliebigen anderen Gegenstand befestigt



wird, und einem Gerät, mit dem man danach suchen kann. Bei der Bluetooth-Technologie sucht man in der Regel über eine App auf dem Smartphone, bei den Funk-Anhängern gibt es eine Fernbedienung dazu, mit der man mehrere solche Anhänger ansteuern kann. Ein Signal (meist als Ton, teilweise auch mit Licht) informiert dann über den Standort des gesuchten Gegenstandes. Die Reichweite beträgt in der Regel zwischen 20 und 50 Metern, bei einigen Geräten ist GPS enthalten (siehe Kapitel 4 zu „Personenortung“), sodass eine Ortung außerhalb von Gebäuden auch über größere Entfernungen möglich ist.

Eine Alternative, die derzeit aber vor allem im Industriebereich genutzt wird, sind RFID-Anhänger. RFID (Radio-frequency Identification) kennt man von den Etiketten, die Firmen als Diebstahlschutz an Kleidung, Nahrungsmitteln und vielem mehr anbringen. Die mit RFID ausgestatteten Funketiketten können mithilfe von Lesegeräten angesteuert und aktiviert werden. Ihr Vorteil gegenüber Bluetooth- oder Funk-Anhängern ist, dass die Etiketten kleiner sind und ohne Batterie auskommen.

Durchgangsmelder mit Sprachausgabe

Ein Durchgangsmelder mit Sprachausgabe reagiert, wenn sich ihm eine Person nähert. Daraufhin spielt er automatisch eine selbst erstellte Sprachansage ab, die beispielsweise daran erinnert, den Schlüssel einzustecken.

Smarter Spiegel

Es gibt bereits smarte Spiegel auf dem Markt, die Uhrzeit, Termine und den Wetterbericht zeigen oder die ähnlich wie ein riesiges Handydisplay Fotos anzeigen oder Filme abspielen können. Mit der entsprechenden App lässt sich auch ein Fitnessprogramm mit einem digitalen Trainer durchführen. Einige dieser Funktionen können auch Menschen mit Demenz Orientierung bieten. Sehr viel weiter geht die Idee, die die niederländische Designerin Gerjanne van Dink entwickelt hat: Ihr schwebt ein smarter Spiegel vor, der praktische Anleitungen zum Zähneputzen oder der Körperpflege gibt. Die entsprechenden Bewegungen werden durch eine virtuelle Per-

son vorgemacht und bei Bedarf durch sprachliche Hinweise ergänzt. Darüber hinaus könnte dieser Spiegel auch Informationen über den Gesundheitszustand an den behandelnden Arzt weitergeben.

Intelligente Kaffeetasse

Ebenfalls von Gerjanne van Dink stammt die Idee für eine Kaffeetasse, die aufleuchtet, wenn der Kaffee beginnt kalt zu werden (Empathic Coffee Cup). Leider ist auch diese Tasse bisher nicht auf dem Markt.

Refresh

In Kooperation mit der britischen Alzheimer's Society hat das kleine Unternehmen „How Do I?“ eine Anwendung für das Smartphone entwickelt. Refresh kann im Anfangsstadium einer Demenz beispielsweise bei der Bedienung der Haushaltsgeräte unterstützen: Angehörige oder andere Helfende nehmen im Haushalt der betroffenen Person individuelle Videos mit Bedienungsanleitungen für die vorhandenen Haushaltsgeräte auf. Über einen Button, der auf dem Gerät angebracht wird, können diese Videos per Smartphone aufgerufen werden, indem man das Smartphone einfach davorhält. Derzeit ist diese Anwendung allerdings nur auf Englisch erhältlich.



Intelligente Uhr

Die Orientierung in der Zeit, zu Datum, Tages- und Jahreszeit, lässt sich mithilfe einer intelligenten Uhr unterstützen. Smarte Uhren wie zum Beispiel BBrain Family bieten neben der Anzeige der genannten Daten auch die Möglichkeit, dass Angehörige über eine App Nachrichten und Terminerinnerungen auf die Uhr senden oder sie für Videoanrufe nutzen.

Beleuchtung

Eine ausreichende Beleuchtung spielt eine sehr wichtige Rolle für ältere Menschen, weil die Lichtempfindlichkeit der Augen mit dem Alter nachlässt. Durch eine Demenz kann die Wahrnehmung zusätzlich eingeschränkt werden. Zum einen ist es daher wichtig darauf zu achten, dass das Licht hell genug ist (überall mindestens 500 Lux, besser mehr), zum anderen sollten dunkle Ecken und tiefe Schatten vermieden werden. Günstig ist deshalb eine Mischung aus direkter und indirekter Beleuchtung. Licht kann aber auch dazu eingesetzt werden, um den Tag-Nacht-Rhythmus zu beeinflussen. Helles Licht mit einem hohen Blau-Anteil signalisiert dem Körper, dass es Tag, also eine aktive Zeit ist. Gedämpftes Licht mit einem höheren Gelbanteil deutet stattdessen darauf hin, dass es Zeit wird, schlafen zu gehen. Inzwischen gibt es eine große Auswahl an Lampen beziehungsweise Leuchtmitteln, die sich mit einer Fernbedienung, einer App auf dem Smartphone oder einem Sprachassistenten dimmen und in ihrer Lichtfarbe verändern lassen. Auch fest einstellbare Zeitpläne für die Lichtregulierung sind möglich. Entsprechende Angebote aus dem Fachhandel findet man unter dem Stichwort „Visual Timing Light“ oder „biodynamisches Licht“.

In vielen Fällen sind Lampen mit integriertem Bewegungsmelder sehr hilfreich. Das kann das Nachtlicht ebenso sein wie ein Lichtschlauch, der nachts den Weg zur Toilette anzeigt. Die betroffene Person sollte aber nicht durch das plötzliche Aufflammen des Lichts erschreckt werden. Günstig sind daher Lampen, die nur allmählich heller werden. Wenn der oder die Betroffene dazu neigt, das Licht überall brennen zu lassen, könnte man ebenfalls über eine bewegungsabhängige Steuerung nachdenken. Allerdings weiß ein Mensch mit einer Demenz meist nicht mehr, dass er sich nur bewegen muss, um wieder Licht zu bekommen. Die plötzliche Dunkelheit kann dann Panik auslösen. Alternativ gibt es die „smarte“ Lösung, bei der das System erkennt, ob sich tatsächlich jemand im Raum aufhält. Das Licht schaltet sich dann nur aus, wenn das Zimmer leer ist.

Elektrogeräte

Viele kleinere Elektrogeräte sind mit einer Abschaltautomatik erhältlich. Das gilt zum Beispiel für Bügeleisen, Wasserkocher, Kaffeemaschinen und Mikrowellen. Wenn Sie ein Gerät neu anschaffen, suchen Sie möglichst eines aus, das dem alten Gerät im Aussehen und der Handhabung ähnlich ist. In bestimmten Fällen kann eine Zeitschaltuhr hilfreich sein, wenn ein Gerät nur zu bestimmten Zeiten genutzt werden soll. Es gibt auch WLAN-Smart Home Steckdosen, die von überall über eine App an- oder ausgeschaltet werden können. Sie setzen natürlich einen WLAN-Anschluss in der Wohnung voraus, können dann aber einfach in jede Steckdose eingesteckt werden. Bei einigen Modellen kann man über die App auch sehen, ob gerade Strom fließt. So lässt sich feststellen, welche Geräte aktuell in Benutzung sind. Es gibt Geräte, zum Beispiel Kaffeemaschinen, die bei einer fehlerhaften Bedienung ein Signal geben. Besonders hilfreich ist es, wenn in einem Display beschrieben wird, wie der Fehler behoben werden kann („bitte füllen Sie Wasser in den Wassertank“).

3

Herdsicherung

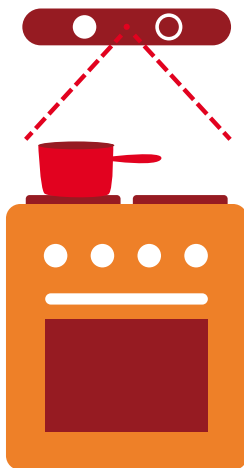
Gerade ein Herd kann schnell zur Gefahrenquelle werden, wenn der Topf darauf vergessen wird und ein Feuer entsteht. Das völlige Abschalten des Herds schränkt die Selbstständigkeit in der Haushaltsführung aber gravierend ein. Hilfreich ist hier der Einsatz einer Herdsicherung. Moderne Elektroherde verfügen meist bereits über eingebaute Herdsicherungssysteme. Ältere Modelle lassen sich (von der Fachwerkstatt) nachrüsten. Günstig ist eine Abschaltautomatik mit doppelter Funktion: Zum einen wird der Herd einfach nach einer festgelegten Zeit abgeschaltet. Zum anderen reagiert das System auf eine Überhitzung. Der Herd kann dann erst nach einer bestimmten Sicherheitspause oder durch Drücken eines Sicherheitsschalters wieder in Betrieb genommen werden. Eine andere Möglichkeit ist die Abschaltung über einen speziellen Bewegungsmelder, der oberhalb des Herdes installiert wird. Er reagiert

darauf, wenn man sich aus einem bestimmten Radius vom Herd bewegt und schaltet das Gerät dann automatisch ab.

Für Gasherde gibt es bisher leider keine sicheren Lösungen. Unter Umständen kann der Wechsel auf einen Elektroherd erwogen werden. Vieles lässt sich natürlich auch durch Wasserkocher und Mikrowelle bewerkstelligen. Wenn bisher aber keine Mikrowelle genutzt wurde, kann die Bedienung für die betroffene Person zu ungewohnt und schwierig sein, sodass dies keine gute Lösung ist. Eine andere Alternative ist ein Induktionsherd. Entsprechende Geräte gibt es auch in kleiner Ausführung mit zwei Platten. Einige Modelle haben Schaltknöpfe, die an einen herkömmlichen Herd erinnern, statt elektronischer Bedienfelder. Induktionsplatten haben den Vorteil, dass sie selbst nicht heiß werden, sondern nur der Topf. Ein eingebauter Überhitzungsschutz sorgt für Sicherheit. Allerdings schaltet sich der Herd auch bei kleinen Mengen überlaufenden Wassers aus, was in der Bedienung anstrengend und für Menschen mit Demenz auch irritierend sein kann. Für Träger von Herzschrittmachern sind Induktionsherde nicht geeignet.

Einfache Universal-Fernbedienung

Viele Fernbedienungen verfügen über eine Unzahl kleinerer und größerer Knöpfe, was ihre Bedienung für Menschen mit einer Demenz



zunehmend schwieriger macht. Eine gute Lösung bieten hier stark vereinfachte Universalfernbedienungen, die in der einfachsten Form nur noch einen An- und einen Ausschalter, zwei Tasten für vorwärts und rückwärts sowie zwei Tasten zur Regelung der Lautstärke besitzen.

Fernsteuerung verschiedener Elemente in der Wohnung via App

Selbst wenn man wie die meisten Menschen noch nicht in einem rundum vernetzten Smart Home lebt, lassen sich viele Geräte mittlerweile per WLAN und App fernsteuern. Dazu gehören zum Beispiel die Lampen, Rollladenheber oder die Heizkörper. Dies kann nicht nur im eigenen Zuhause praktisch sein, um passgenau vor dem Heimkommen die Heizung hochzufahren oder das Licht von unterwegs auszuschalten, wenn es versehentlich vergessen wurde. Die Fernüberwachung und -steuerung dieser Dinge kann auch hilfreich sein, wenn ein Mensch mit Demenz alleine lebt. Angehörige können so schnell aus der Ferne Unterstützung leisten.

3

Türschlösser

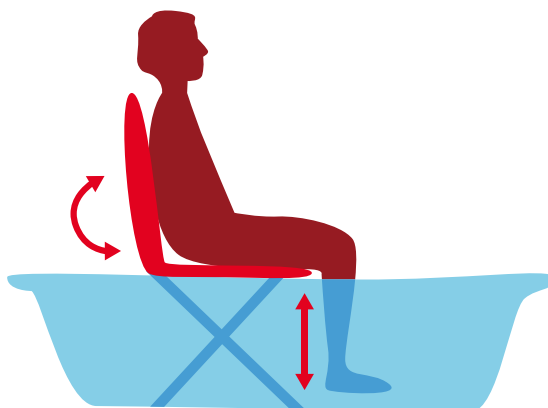
Mit zunehmender Demenz kommt es immer häufiger dazu, dass Schlüssel verlegt oder verloren werden oder der Umgang mit ihnen schwerer fällt. Deshalb ist es besonders wichtig, dass die Haus- und/oder Wohnungstür mit einem sogenannten Universalschloss ausgestattet wird. Es lässt sich auch dann öffnen, wenn auf der anderen Seite der Schlüssel steckt. Schlüssel für Türen innerhalb der Wohnung sollten möglichst entfernt werden. Wenn am Badezimmer nicht auf die Möglichkeit einer Verriegelung verzichtet werden soll (damit auch Angehörige und Besucher ungestört die Toilette nutzen können), kann hier ein Schloss eingebaut werden, das sich auch von außen öffnen lässt. Für Wohnungstüren gibt es Öffner, die über einen Handsensor bedient werden. Die Tür öffnet dann nur für Personen, deren Handabdruck gespeichert ist. Dies kann eine gute Alternative zum Schlüssel sein, wenn die betroffene Person noch in der Lage ist, den Umgang mit einem solchen Handsensor zu erlernen.

Badezimmer

Für die Gestaltung eines demenzgerechten, barrierefreien und für die Pflege gut geeigneten Badezimmers gibt es unzählige Möglichkeiten – insbesondere, wenn man dies beim Neubau von vorneherein mitbedenkt. In der vorhandenen Wohnung sind die Möglichkeiten in der Regel deutlich eingeschränkter, einerseits was die räumlichen und baulichen Gegebenheiten angeht, andererseits auch bezogen auf die Kosten. Beispiele für bauliche Veränderungen sind die Installation einer bodengleichen Dusche oder die Verbreiterung der Tür. Bauliche Veränderungen müssen bei Mietwohnungen immer auch mit dem Vermieter besprochen werden. Wenn dadurch die Wohnung aufgewertet wird, ist der Vermieter möglicherweise sogar bereit, die Finanzierung zu übernehmen. Er wird dann in der Regel die Kosten anteilig auf die Miete aufschlagen. Andere Maßnahmen, wie der Austausch der weißen Toilettenbrille gegen ein farbiges Modell oder die Ausstattung des Bads mit Anti-Rutschmatten, sind mit wenig Aufwand und Kosten umzusetzen.

Badewannenlifter / (Sitz-)Badewanne mit Tür

Nicht jeder möchte auf seine Badewanne verzichten. Vielen Menschen ist es wichtig, sich im warmen Wasser liegend entspannen zu



können. Anderen ist duschen unangenehm. Und wer immer gebadet hat, stellt sich gerade mit einer Demenz nur schwer auf das Duschen um. Dann ist der Einsatz eines Badewannenlifters oder die Entscheidung für eine Wanne oder eine Sitzbadewanne mit Tür sehr viel sinnvoller als die Ausstattung mit einer ebenerdigen Dusche. Bei Badewannenliftern gibt es sehr unterschiedliche Modelle. Manche benötigen viel Platz in der Wanne, sodass das Baden damit nicht mehr als angenehm empfunden wird. Hier sollte man sich verschiedene Varianten zeigen lassen und vielleicht im Sanitätsfachhandel praktisch ausprobieren.

Mischbatterie mit Temperaturbegrenzung und Infrarotsensor

Menschen mit Demenz haben häufig eine eingeschränkte Temperatur- und Schmerzwahrnehmung oder sind nicht in der Lage, adäquat auf einen Schmerzreiz zu reagieren. Deshalb besteht die Gefahr, dass sie sich an zu heißem Wasser aus dem Wasserhahn oder der Dusche verbrühen. Hier hilft eine Mischbatterie mit Temperaturbegrenzer, mit dem eine Maximaltemperatur eingestellt werden kann (Sanitätsfachhandel, Baumarkt usw.). Wenn der Wasserhahn nach der Benutzung nicht mehr geschlossen wird, kann eine Mischbatterie mit Infrarotsensor helfen, wie man sie aus vielen öffentlichen Toiletten kennt. Das Wasser fließt dann nur, solange die Hände vor dem Sensor platziert sind. Nachteil: Das funktioniert nur, wenn der Umgang mit solchen Sensoren vertraut ist oder noch gelernt werden kann.

Dusch-WC

Inzwischen gibt es eine immer größere Auswahl an Toiletten, die bereits eine Intim-Dusche integriert haben, um die Intimpflege zu erleichtern. Dabei lässt sich die Intensität und die Temperatur des Wasserstrahls ebenso steuern wie der Luftstrahl zum Trocknen. In der Regel ist auch eine Sitzheizung integriert oder sogar ein Nachtlicht und eine Geruchsabsaugung. Neben Komplettmodellen zum Einbauen gibt es auch Dusch-WC-Aufsätze, die ähnlich komfortable Funktionen bieten. Ein solcher Vollkomfort ist allerdings nur sinnvoll, wenn noch Zeit bleibt, sich daran zu gewöhnen. Dann aber kann dies die Pflege enorm

erleichtern – und die Intimsphäre der Betroffenen bleibt noch lange gewahrt. Je nach Anbieter oder Baumarkt gibt es auch die Möglichkeit, ein Dusch-WC einfach mal bei sich zu Hause zu testen.

Vermeidung von Wasserschäden

Größere Wasserschäden entstehen leicht, wenn vergessen wird, das Wasser abzdrehen. Eine einfache Lösung in diesem Fall ist die Stöpsel zu entfernen, sodass das Wasser abfließen kann. Durchflussbegrenzer werden an den Wasserhahn oder zwischen Duschschlauch und Duschkopf geschraubt und verringern den Wasserzulauf so, dass das Überflusssventil im Becken oder in der Wanne nicht überfordert ist.

Zusätzlich kann vor der Badewanne oder auf dem Boden ein Sensor angebracht werden, der bei Nässe einen Alarm auslöst. Bei einigen Hausnotrufgeräten ist eine Kopplung mit dem Sensor möglich, damit bei Alarm entsprechende Hilfe organisiert werden kann.

Alarmsysteme

Hausnotrufsystem

Ein falscher Tritt, ein Griff daneben, ein kurzer Schwindel – bei einem Sturz ist oft schnelle Hilfe wichtig. Dafür ist ein Hausnotrufsystem in der Wohnung hilfreich. Das System besteht in der Regel aus einem Basisgerät mit einem Funksender, der als Armband, Kette oder Clip getragen werden kann. Durch Drücken eines Knopfes am Sender wird der Notruf ausgelöst. Je nach Voreinstellung geht dieser Ruf bei einer Notrufzentrale, dem Pflegedienst oder bei Angehörigen ein. Die Systeme wählen automatisch eine vorgegebene Reihenfolge von Telefonnummern, bis der Ruf von jemandem angenommen wird. Einrichtungen der Wohlfahrtsverbände und andere Anbieter bieten den Hausnotruf mit Notrufzentrale an. Das Hausnotrufgerät kann dort gemietet werden. Auch die Hinterlegung eines Schlüssels ist möglich und empfehlenswert, damit die Helfenden im Notfall problemlos in die Wohnung gelangen können. Einige Anbieter haben auch einen Schlüsselsafe im Angebot, der neben der Haustür angebracht und bei Bedarf mit

einem Code geöffnet werden kann. Die Basisgeräte sind mit einer Freisprecheinrichtung ausgestattet, sodass man von jedem Punkt der Wohnung aus Kontakt aufnehmen kann. Das grundsätzliche Problem: In den seltensten Fällen können Menschen mit Demenz in einem Notfall den Alarm selbstständig auslösen.

Mit einem Hausnotrufergerät können aber weitere wichtige Zusatzfunktionen verknüpft werden, wie Sturzsensoren, Wasseralarm und Rauch- oder Gasmelder. Ein Sturzsensor beispielsweise kann sturzähnliche Vorgänge in der Regel von echten Stürzen unterscheiden. Dafür wird ein kleiner Sensor an Gürtel, Rock oder Hosenbund festgeklemmt, der bei erkannten Stürzen den Alarm auslöst. Außerdem gibt es Systeme, bei denen der Funksender mit einem GPS-Sender versehen ist und auch für die Notfallortung außerhalb des Hauses genutzt werden kann (mehr zur Personenortung in Kapitel 4).

Als zusätzlichen Service bieten einige Dienstleister Weckdienst, Erinnerung an Medikamenteneinnahme, Menüservice und verschiedenes mehr an. Service und Preise sind teilweise recht unterschiedlich, sodass ein Vergleich sehr zu empfehlen ist. Allerdings sind nicht alle Anbieter flächendeckend vertreten.

Sensortrittmatte

Eine Sensortrittmatte kann beispielsweise bei bestehender Sturzgefahr vor das Bett gelegt werden. Bei Betreten der Matte wird ein Funksignal an einen Empfänger gesendet, um die Pflegenden zu informieren, dass der oder die Erkrankte das Bett verlässt. Sie kann auch mit einem Nachtlicht kombiniert werden. Eine preiswerte Alternative sind sogenannte Katzenklingeln oder Alarmtrittmatten. Je nach Modell reagieren sie mit einem Klingelton oder Alarm, wenn jemand darauf tritt. Allerdings kann ein solches Geräusch beim Verlassen des Bettes auch erschreckend wirken oder Verwirrung auslösen.

Sturzerfassung durch intelligente Fußböden, Sensormatten oder intelligente Fußleisten

Intelligente Fußböden sind eine kostspielige Angelegenheit und daher am ehesten in Pflegeeinrichtungen zu finden. Sie dienen der Sturzerfassung, können aber auch die allgemeine Aktivität der betroffenen Person überwachen. Im Falle eines Sturzes wird ein Alarm ausgelöst und eine Betreuungsperson informiert. Ein Sensorfußboden kann unter allen Bodenbelägen verlegt werden (Teppich, PVC, Laminat, Parkett, und – theoretisch – sogar unter Fliesen). Einzelne Sensormatten sind kostengünstiger und können an bestimmten Stellen, wie im Türbereich oder in bestimmten häufig genutzten Bereichen der Wohnung, ausgelegt werden. Sie helfen allerdings nicht, wenn ein Sturz an einer anderen Stelle erfolgt. Eine weitere Möglichkeit, die sich im Vergleich zu einem Fußboden wesentlich einfacher installieren lässt, sind intelligente (oder smarte) Fußleisten. Auch sie sind in der Lage, Stürze zu erkennen und eine Betreuungsperson zu benachrichtigen. Außerdem können bei Bedarf weitere Funktionen aktiviert werden, wie zum Beispiel zu bestimmten Zeiten das Einschalten eines Nachtlights. Ein Vorteil von intelligenten Fußböden und Fußleisten gegenüber einem Notrufarmband mit Sturzsensoren liegt vor allem darin, dass es eben nicht notwendig ist, dass ein Armband getragen wird. Nachteil ist der deutlich höhere Preis.

Türalarm

Auch wenn man gemeinsam in der Wohnung ist, kommt es vor, dass Menschen mit einer Demenz unbemerkt nach draußen gehen und sich dadurch in Gefahr begeben. Hier ist ein Türalarm hilfreich, der darüber informiert, wenn die Tür geöffnet wird. Das kann eine kleine Glocke oder ein Windspiel sein, das über der Tür angebracht wird. Möglich ist auch eine Türtrittmatte, bei deren Betreten ein Klingelsignal ausgelöst wird. Es sollte nicht zu laut sein, um den betroffenen Menschen nicht zu erschrecken. Es gibt auch Tür- und Fenster-Sensoren, die eine Nachricht aufs Handy senden, wenn Tür oder Fenster geöffnet werden.

4

Sich sicher bewegen

Es war kurz vor Feierabend. Jens A. wollte schnell noch ein paar Einkäufe erledigen, für den Abend hatten er und seine Frau Theaterkarten. Plötzlich der Anruf vom Pflegedienst: „Ihre Mutter ist nicht zu Hause!“ Jeden Abend kam eine Pflegekraft, um Hedwig M. ins Bett zu bringen. Heute aber hatte sie niemanden angetroffen. Dabei hing der Mantel noch an der Garderobe, auch der Wohnungsschlüssel lag an seinem Platz.

Jens A. stürzte sofort los. Er fragte in den umliegenden Supermärkten und Cafés, lief die Wege des kleinen Parks ab, verständigte schließlich die Polizei.

Weit nach Mitternacht wurde die alte Frau unterkühlt und verängstigt nach Hause gebracht. Sie hatte die Feuerwehr gesucht, wo ihr Mann viele Jahre als freiwilliger Helfer tätig war: „Da sind doch immer Männer, die Zeit haben. Mit denen wollte ich Kaffee trinken.“

Jens A. weiß sich nicht mehr zu helfen. Ab sofort verschwinden alle Schlüssel aus der Wohnung, der Pflegedienst verschließt beim Verlassen die Tür. Nachbarn haben einen Schlüssel und schauen immer mal vorbei.

Hedwig M. aber kann ihre Wohnung nicht mehr allein verlassen. Sie ist eingesperrt.

Selbstverständlich gibt es Situationen, in denen Menschen mit Demenz die Wohnung, aber auch Haus oder Garten nicht allein verlassen dürfen. Sei es, weil sie die Gefahren auf der Straße nicht mehr abschätzen können oder sie sich dort nicht mehr zurechtfinden. Viele sind gerade nachts besonders unruhig, laufen umher, sollten aber in diesem Zustand keinesfalls nach draußen. Die Sorge der Angehörigen

4

ist, wie bei Jens A. in unserem Beispiel, nur zu verständlich. Das Abschließen der Tür bedeutet aber einen sehr massiven Eingriff in die Freiheitsrechte eines Menschen. Offensichtliches Einsperren wird von den Betroffenen oft als Bestrafung oder Bedrohung erlebt und kann Angst, Wut oder Panik auslösen. Wenn ein Pflegedienst die Tür abschließt, muss er dafür außerdem eine Genehmigung durch das Betreuungsgericht einholen.

In vielen Fällen gibt es aber andere Maßnahmen, die weniger einschränkend sind und trotzdem für mehr Sicherheit für die Betroffenen sorgen: In die Kleidungsstücke oder die Handtasche können Namensschilder eingenäht und eingelegt werden. Angehörige, Menschen aus der Nachbarschaft und Mitarbeitende nahegelegener Geschäfte können um Unterstützung gebeten werden. Sie können auch bei der Polizei zusammen mit einer Personenbeschreibung die Information hinterlegen, dass sich die betroffene Person vielleicht krankheitsbedingt verlaufen könnte.

Personenortung

Wenn Menschen mit Demenz alleine unterwegs sind, sich verlaufen und den Weg nach Hause nicht mehr finden, kann ein Ortungsgerät hilfreich sein. Mit einem Ortungsgerät können Angehörige oder andere Pflegepersonen den Standort der betreffenden Person ermitteln. Für deren erfolgreiche Ortung müssen verschiedene Voraussetzungen erfüllt sein. Unter anderem muss die Person, die geortet werden soll, natürlich ein Ortungsgerät bei sich tragen.

Ortungsgeräte können die Form einer Uhr haben, einer einlegbaren Schuhsohle oder auch einer Box in Größe einer Streichholzschachtel, welche zum Beispiel in einer Tasche am Gürtel befestigt werden kann. Auch Gehstöcke mit einem integrierten Ortungsgerät sind auf dem Markt. Eine weitere Möglichkeit sind Ortungsgeräte, die direkt am Körper befestigt werden, wie das moio.care-Pflaster, das auf den Rücken geklebt werden kann (siehe auch Kapitel 6). Das Ortungsgerät bestimmt mit GPS (Globales Positionierungs-System) den Stand-

ort der Person. Die Ortung erfolgt dabei mithilfe von Satelliten. Damit nun die pflegenden Angehörigen den Standort der erkrankten Person erfahren, muss das Ortungsgerät die Standort-Information versenden können. In den Ortungsgeräten ist dazu ein kleines Mobilfunkmodul samt SIM-Karte eingebaut. Sobald der Standort von den Angehörigen angefragt wird, versendet dieses Mobilfunkmodul die Information mit den Standort-Angaben, die über die Satelliten ermittelt wurden, an ein Empfangsgerät.

Als Empfangsgerät dienen in der Regel ein Smartphone, ein Tablet oder ein Computer. Das Anfordern des Standorts erfolgt oft direkt in der App, die viele Anbieter von Ortungssystemen zur Verfügung stellen. Die Standort-Angaben können aber auch per SMS versendet werden. Sie lassen sich dann in einer Online-Karte oder Karten-App, wie Google Maps (Maps = Karten) anzeigen. Viele Anbieter stellen eine Internetseite zur Verfügung, auf der der Standort des Ortungsgerätes und der Bewegungsverlauf auch mit einem Tablet oder einem Computer einsehbar sind.

4



Exkurs: Wissenswertes rund um Ortungssysteme

Mobilfunkempfang und GPS-Signal: Sowohl das Ortungsgerät der demenzerkrankten Person als auch Smartphone / Tablet / Computer der pflegenden Angehörigen benötigen einen entsprechend guten Mobilfunkempfang bzw. Internetempfang, damit diese die Standortdaten mitteilen/abfragen können. In Regionen ohne Mobilfunkempfang ist die Nutzung eines GPS-Personenortungsgerätes nicht möglich, weil kein Standort mitgeteilt oder abgefragt werden kann. Damit die Position bestimmt werden kann, muss das Ortungsgerät Kontakt zu drei Satelliten herstellen. Wenn sich die Person mit dem Ortungsgerät in einem Tunnel, einem Keller oder einem massiv gebauten Gebäude ohne GPS und / oder Mobilfunkempfang aufhält, ist eine Ortung nicht möglich.

Ortung über eine Notrufzentrale: Die selbständige Ortung ist nicht für alle Angehörigen / Pflegepersonen möglich. Die Bedienung der Technik kann überfordern oder eine eigene Ortung ist aufgrund fehlender Zeit und zu großer Entfernung nicht möglich. Ein Ortungsgerät mit Anbindung an eine Notrufzentrale kann hier die passende Lösung sein. Wird der sichere Bereich verlassen oder ist jemand verloren gegangen, kann die Notrufzentrale die Ortung durchführen und Pflegende, Angehörige oder Rettungskräfte an den Standort führen.

Geofence: Der Begriff leitet sich aus dem Englischen ab und beschreibt einen virtuellen Zaun. Einen solchen virtuellen Zaun kann man um ein bestimmtes Gebiet ziehen, in dem sich die betroffene Person gefahrlos bewegt. Das kann beispielsweise ein Radius von 500 Metern sein, in dem die Bäckerei, der Friseursalon und die Wohnung der Freundin liegen. Dieser Sicherheitsbereich wird im Internetportal oder der App des Ortungsgeräts festgelegt. Verlässt die Person mit dem Ortungsgerät diesen Bereich, erhalten die pflegenden Angehörigen einen Alarm auf ihr Smartphone (per SMS oder E-Mail oder in der App).

Ortung innerhalb von Einrichtungen: Um den Aufenthaltsort von Menschen mit Demenz in Pflegeheimen oder Krankenhäusern zu be-

stimmen oder beim Verlassen der Einrichtung einen Alarm auszulösen, eignen sich Ortungssysteme, die die RFID-Technik nutzen (siehe Schlüsselfinder Seite 22). Hierfür werden kleine elektronische Chips in die Kleidung eingenäht und innerhalb des Hauses an verschiedenen Stellen kleine Antennen installiert. Wenn eine Person mit einem Chip eine dieser Antennen passiert, wird dies registriert. Bei bestimmten Antennen, die zum Beispiel in der Nähe des Ausgangs liegen, kann ein Alarm ausgelöst werden.

Akku: Wie häufig ein Ortungsgerät aufgeladen werden muss, variiert je nach Größe des Akkus und nach Häufigkeit der Standortbestimmung. Bei normaler Ortung können die meisten Geräte 24 bis 48 Stunden genutzt werden, bevor sie aufgeladen werden müssen. Viele Geräte haben einen integrierten Bewegungssensor, der das Gerät bei Inaktivität in den Ruhemodus versetzt. Erfolgt die Ortung nur gelegentlich, kann eine Akkuladung auch zwei bis sieben Tage halten. Die Aufladung erfolgt meist über USB-Kabel und Netzteil an der Steckdose. Damit sichergestellt ist, dass das Ortungsgerät funktioniert, muss also auch geklärt sein, wer sich zuverlässig um das Aufladen des Akkus kümmert.

Navigationshilfen

Menschen mit einer beginnenden Demenz sind meist durchaus noch in der Lage, auch neue oder weniger bekannte Wege zu bewältigen oder solche, bei denen verschiedene öffentliche Verkehrsmittel benutzt werden müssen. Dazu ist aber eine intensivere Vorbereitung nötig, Namen von Straßen und Haltestellen müssen vorab genau notiert werden. Navigationssysteme, die beinahe auf jedem Smartphone zu finden sind, können hier unterstützen. Aber die Eingabe der benötigten Wegstrecke kann kompliziert sein, gerade wenn individuell nicht die kürzeste, sondern vielleicht die Lieblingsroute genommen werden soll. Die App „SmartBegleiter“, die von der Alzheimer Gesellschaft Braunschweig entwickelt wird, setzt genau an diesem Punkt an. Über ein

Internetportal können Angehörige oder andere Unterstützungspersonen Termine und Wegstrecken eintragen (zum Beispiel den Arzttermin oder die Verabredung zum Kegeln). Die entsprechenden Einträge werden auf das Smartphone des oder der Betroffenen übertragen und an den passenden Stellen, beispielsweise rechtzeitig vor der Ankunft an der richtigen Bushaltestelle, ausgegeben. Dabei gibt es Erinnerungen als Textanzeige oder auch als Sprachnachrichten. Die Sprachnachrichten werden mit der Stimme einer Vertrauensperson ausgegeben, so dass die Akzeptanz dieser Hilfestellung erhöht wird. Zum Konzept der App gehört eine Begleitung der betreffenden Familien in der Anfangsphase durch geschulte Assistenten - im Idealfall junge Menschen, die sich hier freiwillig engagieren. Durch die Corona-Pandemie konnte die Erprobung der App im Jahr 2020 nur sehr begrenzt durchgeführt werden. Bis „SmartBegleiter“ flächendeckend von Alzheimer-Gesellschaften angeboten wird, wird es noch etwas Zeit brauchen.

Rollator

Auch ein Rollator muss heutzutage keine einfache Gehhilfe mehr sein. Die Geräte können mit einem Ortungssystem ausgestattet sein. Darüber hinaus werden digitale Rollatoren entwickelt, die mit einem Navigationssystem die Orientierung unterstützen, vor Gefahren und Hindernissen warnen und per Notrufknopf Hilfe herbeirufen können. Steigungen können bei der Benutzung von Rollatoren zum Problem werden. Hier helfen Modelle mit elektrischem Antrieb und Steigungserkennung, die bei Gefälle automatisch bremsen und beim Bergaufgehen oder an Bordsteinkanten aktiv unterstützen.

Aufstehhilfen für Stühle, Sessel und Sofas

Wenn es Probleme beim Aufstehen vom Sessel oder Sofa gibt, kann ein spezielles „Aufstehgestell“ hilfreich sein: Unter das Sitzmöbel wird ein Metallstandfuß gestellt, an dem sich eine höhenverstellbare, senkrechte Stange mit einem ergonomisch geformten Griff befindet. An diesem Griff kann man sich sicher hochziehen.

Sessel mit elektrischer Aufstehhilfe gibt es in großer Auswahl und zu sehr unterschiedlichen Preisen. Eine Alternative kann ein sogenannter Katapultsitz sein, der auf einen Sessel oder Stuhl mit Armlehnen gelegt wird. Das Anheben der Sitzfläche wird entweder elektrisch oder mechanisch gesteuert und unterstützt so beim Aufstehen.



4

Fahrzeuganpassung

Ein Auto kann von speziellen Werkstätten umgebaut und mit Gurtsystemen ausgestattet werden, die auch eine Person im Rollstuhl sicher halten oder nicht von allein geöffnet werden können. Unter dem Stichwort „Abschnallschutz für Kinder“ finden sich auch im Internet entsprechende Vorrichtungen, die ein selbstständiges Öffnen des Sicherheitsgurts verhindern. Beim Einsatz solcher Sicherungssysteme muss aber beachtet werden, dass es sich hier um freiheitsbeschränkende Maßnahmen handelt. Für den Einsatz bei Fahrdiensten ist möglicherweise eine entsprechende richterliche Genehmigung erforderlich. Um zu verhindern, dass die Tür während der Fahrt geöffnet wird, lässt sich bei den meisten Fahrzeugen eine Kindersicherung aktivieren. Bei körperlichen Einschränkungen, die das Einsteigen schwierig machen, können Autoschwenksitze helfen, die um 90 Grad drehbar sind. Sie werden leider in der Regel weder von der Kranken- noch von der Pflegekasse bezuschusst. In vielen Fällen reicht allerdings auch ein Drehkissen, das auf den Autositz gelegt wird und sich dann mit der Person in die richtige Sitzposition drehen lässt.

5 **Im Kontakt und aktiv bleiben**

Das ist ja verblüffend, denkt Klaus W. Er steht am Bett seines Vaters: Das Kopfende ist hochgeklappt und der 81-Jährige hat den Tablet-Computer der Enkeltochter auf dem Schoß. Klaus W. hatte sie gebeten, an diesem Nachmittag mal für zwei, drei Stunden beim Großvater zu bleiben. Er musste dringende Einkäufe erledigen und wollte ihn keinesfalls allein lassen. Er hatte sich vorgestellt, dass die beiden sich miteinander unterhalten würden, soweit das mit seinem wortkargen Vater eben möglich war. Und nun saßen sie beide über eine Art Memory auf dem Tablet gebeugt und hatten sichtbar Spaß miteinander.

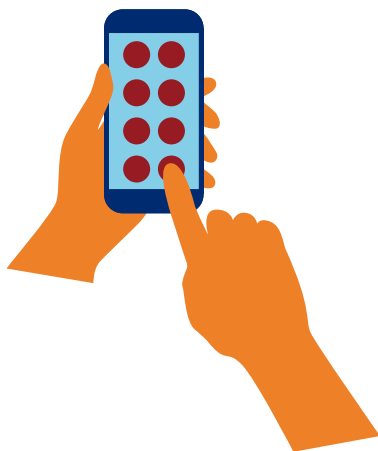
Selbstverständlich können sich auch Menschen mit Demenz hingebungsvoll in eine Sache vertiefen und auf Unbekanntes neugierig und angeregt reagieren. Es ist immer vom Verlauf der Erkrankung aber auch von früheren Erfahrungen und Fertigkeiten abhängig, was und wie viel sie aufnehmen und wie sie mit kleinen Hilfsmitteln umgehen können. Aber wie ein Mensch mit Demenz seine Umwelt begreift und erlebt, ist auch vom Verständnis der Mitmenschen für seine Situation abhängig. Lassen wir die nötige Zeit, etwas aufzunehmen? Sprechen wir die Sinne an, die geblieben sind? Wertschätzen wir, was er oder sie noch kann? Nichts ist fataler und folgenreicher als Hast, Ungeduld, unmögliche Forderungen und Reizüberflutung. Diese Regeln gelten in allen Bereichen, vor allem jedoch dort, wo es um die Kommunikation zwischen den Erkrankten und ihrer Umwelt geht. Und wo der Austausch nicht von Angesicht zu Angesicht erfolgen kann, braucht es leicht zu bedienende Geräte.

Kommunikation

Seniorentelefone

Telefone und Handys für Senioren zeichnen sich grundsätzlich dadurch aus, dass sie größere Tasten besitzen und auf die wichtigsten Funktionen reduziert sind. Häufig sind sie auch für die Benutzung mit Hörgerät optimiert. Es gibt Telefonmodelle bei denen die Kurzwahltasten mit den wichtigsten Nummern mit Fotos der entsprechenden Personen versehen werden können. Viele lassen sich so einstellen, dass über einen Tastendruck immer die gleiche Nummer gewählt wird (auch als „Baby-Ruf“ bekannt). Smartphones, die speziell auf die Bedürfnisse von Älteren und Menschen mit Einschränkungen ausgerichtet sind, haben eine intuitive Benutzeroberfläche mit einer übersichtlichen Anzahl von Icons (kleinen Symbolbildern). Diese sind mit leicht verständlichen Begriffen benannt. Auch ein gut funktionierender Sprachassistent vereinfacht die Bedienung. Mithilfe von Apps können Angehörige aus der Ferne unterstützen und bei Problemen helfen. Ein Beispiel ist die App asina, mit deren Hilfe eine sehr intuitive Benutzeroberfläche auf Smartphones oder Tablets geladen werden kann. Über ein Internetportal können Angehörige oder andere Unterstützungspersonen hier auch Fotos, Termine und andere wichtige Informationen einspeisen.

5



Ein-Knopf-Computer KOMP

KOMP ist eine Art passiver Computer. Er sieht fast wie ein alter Fernseher aus und besitzt nur einen Knopf, mit dem er sich an- und ausschalten lässt. Angehörige können sich über eine App per Smartphone mit KOMP verbinden und dann Nachrichten und Bilder in die Wohnung der betroffenen Person schicken. Auch Videotelefonie ist über KOMP möglich. Der Vorteil gegenüber einem Tablet ist, dass bei der Bedienung kaum etwas schiefgehen kann und dass keine Updates und Ähnliches erforderlich sind. Die Markteinführung in Deutschland ist für 2021 geplant.

Myo Pflege-App: Bessere Kommunikation zwischen Pflegeheim und Angehörigen

Angehörige machen sich oft Sorgen, wie es ihren Lieben im Pflegeheim geht, und fühlen sich nicht ausreichend informiert. Sie können nicht immer vor Ort sein und bei Besuchen ist manchmal der Zeitpunkt ungünstig, um ausführlich mit einer Pflegekraft zu sprechen. Die App Myo wurde speziell für den Einsatz in Pflegeheimen und die Kommunikation mit den Angehörigen entwickelt. Über die App können datensicher und unkompliziert Nachrichten und Fotos der Bewohnerinnen und Bewohner an die Angehörigen geschickt und sie so intensiver am Alltag im Heim beteiligt werden.

RoboLand – Möglichkeiten der Telepräsenz

Im Projekt RoboLand wurde erprobt, wie die sogenannte Telepräsenz-Robotik Menschen mit Demenz besser mit ihren entfernt lebenden Angehörigen verbinden kann. Dabei wurde das Double Robotik-System verwendet. Es besteht, vereinfacht gesagt, aus einem Tablet mit Kamera, das durch eine Teleskopstange mit elektronisch gesteuerten Rädern verbunden ist. Die Angehörigen können per Videotelefonie mit der erkrankten Person sprechen und sich über die Kamera in der Wohnung umsehen. Sie können das Gerät fernsteuern, damit durch die Wohnung fahren und so zu Beispiel gemeinsam mit der Mutter den Kühlschrank inspizieren. Über eine automatische

Steuerung findet „Double“ wieder in seine Ladeschale zurück. In der Erprobung haben sich allerdings einige Schwierigkeiten gezeigt. Zum einen waren die Internetverbindungen in der ländlichen Region, wo das Ganze ausprobiert wurde, oft nicht ausreichend stabil. Zum anderen taten sich viele Angehörige mit der Bedienung der Fernsteuerung schwer. Und anders als die Flure einer Universität bieten Wohnungen eine Menge an Hindernissen für ein solches rollendes Gefährt. Die ausführlichen Ergebnisse des Projekts waren Ende 2020 noch nicht veröffentlicht.

5



Intelligente Brillen

Eine Brille, die Menschen nicht nur dabei hilft, die Umwelt scharf zu sehen, sondern ihnen auch den Namen des Gegenübers nennt, wenn er ihnen nicht einfällt, könnte theoretisch eine große Hilfe für Menschen mit Gedächtnisproblemen sein. Tatsächlich wird seit vielen Jahren an der Entwicklung „smarter“ Brillen gearbeitet, die mit ganz unterschiedlichen Funktionen ihre Träger unterstützen. Sie können mithilfe integrierter Mikrophone die Smartphone-Funktionen steuern, Fotos aufnehmen, als Kopfhörer dienen oder über einen winzigen integrierten Monitor Informationen direkt vor das Auge projizieren. Um tatsächlich Menschen zu identifizieren, denen man begegnet, wäre der Einsatz einer Software für die Gesichts- und Stimmerkennung notwendig. So ausgestattete smarte Brillen sind bisher nicht verfügbar. Die Technologie gibt es zwar schon seit Jahren, sie ist aber gerade aus Gründen des Datenschutzes und des Schutzes der Privatsphäre durch-

aus umstritten: Stellen Sie sich vor, Sie sind auf öffentlichen Straßen unterwegs und wissen nicht, von welchen Spaziergängern Sie ganz nebenbei gefilmt und identifiziert werden – das wollen sicher nicht alle Menschen.

Beschäftigung und Hirntraining

Tablets mit vielfältigen Unterhaltungsangeboten

Das Tablet von Media4care bietet eine große Fülle an Beschäftigungs- und Unterhaltungsmöglichkeiten, bei denen die ganze Familie einbezogen werden kann. Es sind sechs Apps fest vorinstalliert, mit denen sich Spiel, Musik und Bewegungsübungen aufrufen lassen. Im Fotoalbum werden Erinnerungen festgehalten und Gespräche mit Angehörigen können per Videotelefonie geführt werden. Auch ein begrenzter Zugriff aufs Internet ist möglich, hier aber nur auf seriöse Quellen. Über ein spezielles Internetportal können Angehörige Bilder und Nachrichten auf das Tablet schicken. Die Firma Media4care bietet zwei Versionen ihres speziellen Tablets an. Eines ist für Familien gedacht, das andere für Pflegeeinrichtungen. Hauptunterschied der Betreuer-version ist, dass hier für die Bewohnerinnen und Bewohner individuelle Profile mit ihren besonderen Vorlieben oder auch eigenen Bildern angelegt werden können.



Ein ähnliches Angebot findet man zum Beispiel auch bei magic-minutes. Hier kauft man kein Tablet sondern eine Lizenz zu einem Online-Portal, das eine große Auswahl an Übungen, Musik, Bildern, Hörstücken und einigem mehr für die gemeinsame Beschäftigung anbietet. Das Portal lässt sich von jedem Endgerät abrufen.

Spiele-App für Menschen mit Demenz

Die kostenlose App „Auguste“ der Alzheimer Gesellschaft Niedersachsen bietet einige unterhaltsame einfache Spiele. Sie können von Menschen mit Demenz und Angehörigen oder Betreuungspersonen am besten gemeinsam auf einem Tablet gespielt werden.

5

Gehirntraining am Computer und via App

NeuroNation ist ein Beispiel für ein spielerisches Gehirntraining, das man auf dem Computer oder per App durchführen kann. Es ist so programmiert, dass sich der Schwierigkeitsgrad der Übungen immer wieder neu an die Leistungsfähigkeit der Spielenden anpasst. Es ist mit wissenschaftlicher Unterstützung entwickelt worden. Anders als bei manchen anderen Trainingsprogrammen werden Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen hier nicht ständig mit ihren Grenzen konfrontiert, sondern haben Erfolgserlebnisse. Eine Probeversion mit einigen ausgewählten Spielen ist kostenlos verfügbar.

Biografiearbeit multimedial

Fotoalben mit wichtigen Bildern aus dem Leben des jeweiligen Menschen kann man klassisch in Papierform, aber auch mit einer ganzen Reihe von Programmen oder Apps digital anlegen. Angebote wie das von biograVision gehen über ein klassisches Fotoalbum hinaus. Hier können Andenken in unterschiedlichsten Formaten, beispielsweise auch alte Super 8 Filme, Urkunden oder Musik zusammengestellt, mit gesprochenen Kommentaren versehen und zu digitalen „Lebensbüchern“ gestaltet werden. Sie werden entweder im Online-Portal oder auf einem Tablet zur Verfügung gestellt.

Radio Me

In einem Projekt der Uni Plymouth wird Radio Me entwickelt, ein Radio, das mithilfe von künstlicher Intelligenz nicht nur den Musikgeschmack der Hörer aufgreift. Als Teil des Radioprogramms werden – von einem „DJ“ eingesprochen – zusätzlich Erinnerungen an Termine eingebaut, oder auch Hinweise wie: „Hast du die Tür abgeschlossen?“

VR-Brillen und virtuelle Realität:

Mithilfe von VR-Brillen kann man in eine virtuelle Realität (VR) eintauchen. Wer eine solche Brille aufsetzt und ein entsprechendes Programm einschaltet, fühlt sich räumlich in eine andere Umgebung versetzt. Hier kann er sich frei bewegen und mit der Umgebung interagieren. Das heißt beispielsweise, dass die Menschen, denen man begegnet, aus dem Weg gehen oder dass man mit der Hand Blätter vom Tisch wischen kann. Diese Technologie wird vor allem im Spielbereich eingesetzt, man kann aber auch virtuelle Stadtrundgänge damit machen oder sich im geplanten Eigenheim schon vorab einmal durch die Räume bewegen. Die Idee, Menschen mit Demenz auf diese Weise in vergangene Zeiten zurückzusetzen, damit Erinnerungen anzuregen und dies für therapeutische Zwecke zu nutzen, wurde in Deutschland erstmals im Rahmen des Projekts „Krefeld im Wirtschaftswunder“ an einer dortigen Klinik umgesetzt. Mittlerweile werden VR-Brillen auch in einigen Pflegeheimen und Betreuungsangeboten eingesetzt. Das Angebot an Programmen wie Stadt- oder Landspaziergängen, Begegnungen mit Tieren und Ähnlichem, die auch für Menschen mit einer Demenz geeignet sind, nimmt ständig zu. Allerdings muss in jedem Einzelfall behutsam geprüft werden, ob die betreffende Person sich mit der (klobigen) VR-Brille auf dem Kopf wohlfühlt und durch den Wechsel der Realitäten nicht verwirrt wird. Außer den VR-Brillen gibt es andere Möglichkeiten, eine virtuelle Realität zu erzeugen. So können spezielle Projektoren eine räumliche Wirkung der Bilder herstellen und über Kameras und Sensoren die Bewegungen der Betrachtenden in die dargestellte Szenerie integrieren.

Erinnerungstraining per Sprachassistent

Die Krankenkasse DAK-Gesundheit hat eine spezielle Anwendung für den Sprachassistenten ALEXA entwickelt. Der so genannte Erinnerungs-Coach regt mit verschiedenen Übungen spielerisch das Gedächtnis an. Mit ihm kann man Märchen erraten, versuchen Sprichwörter zu ergänzen oder Geräusche zu erkennen. Das Programm richtet sich an Menschen mit einer leichten Demenz. Es gibt noch verschiedene andere „Skills“, die in Zusammenarbeit mit Krankenkassen entwickelt wurden, aber nicht speziell für Menschen mit Demenz gedacht sind (beispielsweise mit Entspannungsübungen oder Einschlafhilfen). Hier wird vermutlich im Laufe der Zeit noch eine größere Auswahl auch bei anderen Anbietern entstehen.

Angebote (eher) für den institutionellen Bereich

Die folgenden beispielhaft erwähnten Produkte haben einen relativ hohen Preis. Insofern werden diese eher in Einrichtungen wie Pflegeheimen, Tagespflegen oder eventuell Betreuungsgruppen zu finden sein. Das meiste davon lässt sich aber auch im Privathaushalt einsetzen.

Ichó®

Der interaktive Therapieball „ichó®“ wurde entwickelt, um kognitive und motorische Fähigkeiten auf spielerische Art und Weise zu fördern. Der Ball hat eine Oberfläche aus Silikon, die unterschiedlich strukturiert ist und somit den Tastsinn anspricht. Der Ball reagiert auf Berührung und Bewegung, unter anderem durch eine sich verändernde farbige Beleuchtung. Je nach eingestelltem Programm spielt er Musik, bietet ein Gedächtnistraining an, erzählt Geschichten, simuliert Musikinstrumente, die durch Bewegung „gespielt“ werden können, und vieles mehr.

Tovertafel

Mit dem Projektionsgerät Tovertafel werden interaktive Lichtspiele beispielsweise auf eine Tischplatte projiziert. In verschiedenen Spielen können zum Beispiel Puzzles zusammengesetzt, virtuelles Silberbesteck geputzt, virtuelle Schmetterlinge über den Tisch gejagt oder Musik gespielt werden.

De BeleefTV

Auch De BeleefTV bietet eine große Auswahl an virtuellen Spielen. Es handelt sich hier aber um einen berührungsempfindlichen Bildschirm (Touchscreen), der fest in eine Art Tisch mit schwenkbaren Platte integriert ist. Dazu sind verschiedene Softwarepakete erhältlich mit Musik, Spielen, entspannenden Naturfilmen oder der Möglichkeit, für die Biografiearbeit eigene Bilder und Filme aufzuspielen.

inmuRELAX und inmuDANCE

Zwei Klangkissen mit denen verschiedenen Sinne angesprochen werden. inmuRELAX hat einen weichen Bezug, es reagiert auf Berührung und Bewegung, spielt eine beruhigende Musik und sendet angenehme Vibrationen aus. Damit sollen Unruhe und Erregungszustände gemindert und Entspannung eingeleitet werden. inmuDANCE ist dagegen für die Aktivierung vorgesehen. Es hat eine Oberfläche aus unterschiedlichen Stoffen, vibriert ebenfalls, motiviert aber mit Bossa-Nova-Rhythmen und der Musik der 1960er Jahre wesentlich stärker zu Bewegung und einer angeregten Stimmung.

memoreBox

Eine Spielekonsole, die ganz ohne Eingabegerät funktioniert. Über eine 3D-Kamera werden Bewegungen erfasst und so die Spiele gesteuert. Es gibt verschiedene Spielmodule wie „Kegeln“, „Tanzen“, „Tischtennis“ oder „Singen“. Die Spielekonsole ist speziell für Senioren und Menschen mit Demenz entwickelt worden. Sie ist als Medizinprodukt anerkannt.

Qwiek.up

Das Qwiek.up ist eine Art mobiler Projektor, mit dem sich Bilder und Filme gut auf jede Wand projizieren lassen, ob in einem Wohnzimmer oder im Gruppenraum. Bei Bettlägerigen ist auch die Projektion an die Zimmerdecke problemlos möglich. Es gibt verschiedene Module/Programme dazu, die entweder entspannend oder anregend wirken können. Über einen USB-Anschluss können aber auch persönliche Bilder und Filme eingespielt werden. Mit der Erweiterung Qwiek.connect lässt sich das System auch für Videotelefonie nutzen. Außerdem gibt es eine interaktive Musiksäule namens Qwiek.melody, die für den Außenbereich gedacht ist. Sie reagiert auf Bewegung und regt die Vorbeikommenden zum Lauschen und Tanzen an.

SilverFit Alois

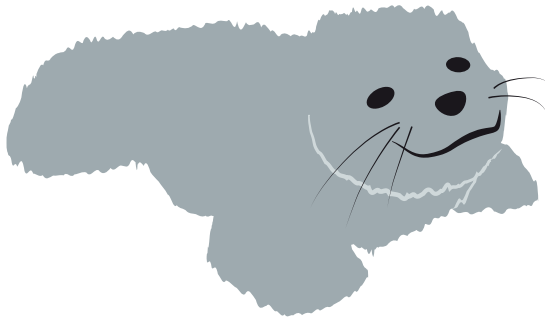
Das virtuelle Trainingssystem SilverFit Alois wurde speziell für Menschen mit Demenz entwickelt. Es handelt sich um eine Kombination aus Computer, einem großen, berührungsempfindlichen Bildschirm (Touchscreen) und einer 3D-Kamera, die Bewegungen registrieren kann. Integriert sind eine Vielzahl von Spielen, die zu Bewegung anregen, zum Beispiel beim virtuellen Strandballspiel oder einer Tour durch schöne Landschaften. Auch Komponenten mit Musik sind enthalten. Spiele wie Memory und Bilderraten regen die kognitiven Fähigkeiten an, Tierfilme oder ein Kaminfeuer können für Entspannung sorgen. Es ist an verschiedenen Stellen möglich, die Programme durch eigene Fotos zu ergänzen und zu individualisieren.

Soziale Roboter

Zu den „sozialen Robotern“ zählen solche, die wie Tiere aussehen, andere sind menschenähnlich und wieder andere haben eher ein technisches Äußeres.

Der bekannteste tierartige Roboter ist die Robbe „Paro“, es gibt aber beispielsweise auch Roboter-Hunde und -Katzen. Sie können sich nicht nur bewegen und tierartige Laute von sich geben, sondern sie

reagieren auf Ansprache und Berührungen und lernen auch dazu. Sie erkennen beispielsweise die Stimme ihres Gegenübers und antworten dann unterschiedlich auf eine bestimmte Ansprache. Menschen mit und ohne Demenz reagieren auf das niedliche Aussehen der Tierroboter und auf ihr Verhalten, das dem von echten Tieren sehr ähnelt. Der Einsatz dieser tierartigen Roboter muss aber ebenso begleitet werden wie der von echten Tieren. Menschen mit einer fortgeschrittenen Demenz nehmen sie vielleicht als lebendige Tiere wahr und bekommen manchmal auch Angst vor ihnen. Sie wären überfordert, wenn sie mit diesen Robotern alleine gelassen werden. Vorteile gegenüber einem lebendigen Tier liegen zum einen in Hygiene-Aspekten und dem geringeren Versorgungsaufwand. Zum anderen ermüden Roboter nicht und können daher viel länger im täglichen Einsatz sein als Tiere. Im Nachteil sind sie gegenüber lebendigen Tieren, weil diese trotz allem mehr Emotionen und Reaktionen bei Menschen auslösen.



Humanoide Roboter, also solche, die ein menschenähnliches Aussehen haben, können deutlich mehr Aufgaben übernehmen. Beispielsweise können sie Spielangebote machen, zum gemeinsamen Singen anregen und auch Fragen stellen und beantworten. Wie viel sie genau können, hängt allerdings von der individuellen Programmierung ab. Diese Roboter, zu denen der bekannte „Pepper“ gehört, sind meist so gestaltet, dass sie freundlich wirken, mit großen Augen und einem Lächeln.

cheln im Gesicht. Doch auch der Einsatz von humanoiden Robotern muss von Menschen begleitet werden, die wahrnehmen können, ob und welche Interaktion zwischen Roboter und Mensch stattfindet.

Die Befürchtung, dass ein sozialer Roboter Pflegekräfte ersetzen und damit einsparen könnte, ist zumindest bei den heutigen technischen Möglichkeiten unbegründet. Versuche, den Roboter beispielsweise dafür einzusetzen, demenzerkrankte Bewohner nachts vom Verlassen eines Pflegeheims abzuhalten, haben sich als Fehlschlag erwiesen. Die Reaktionsmöglichkeiten eines solchen Roboters sind begrenzt und er hat in der Regel auch keine Werkzeuge, mit denen er einen Menschen, der ihn ignoriert, am Weiterlaufen hindern könnte. Aber auch wenn in Zukunft neue Technologien entwickelt werden, darf es niemals darum gehen, menschliche Zuwendung zu ersetzen.

5

6 Unterstützung für Gesundheit und Pflege

Tablettenspender mit Erinnerungsfunktion

Elektronische Tablettenspender können jeweils zum richtigen Zeitpunkt an die Einnahme der vorbereiteten Medikamente erinnern. Es öffnet sich immer nur das entsprechende Fach, sodass vermieden wird, dass Tabletten zum falschen Zeitpunkt oder alle auf einmal genommen werden. Außerdem kann das System eine Betreuungsperson informieren, wenn die Tabletten nicht planmäßig eingenommen wurden. So lässt sich aus der Ferne eine gewisse Kontrolle der Tabletteneinnahme durchführen, auch wenn das System natürlich nicht garantieren kann, dass die Tabletten auch tatsächlich geschluckt wurden.



Pflegebett höhenverstellbar und mit Aufstehhilfe

Wenn die körperliche Beweglichkeit eingeschränkt ist, wenn Inkontinenz eine Rolle spielt oder die Gefahr eines Sturzes aus dem Bett besteht, ist ein höhenverstellbares Pflegebett eine gute Unterstützung. Für die Pflegenden lässt sich das Bett auf eine rückschonende Ar-

beitshöhe hochfahren, wenn sie beispielsweise die Körperpflege im Bett durchführen müssen. Durch das Absenken des Bettes auf nur 30 cm über dem Boden lassen sich Verletzungen durch einen Sturz vermeiden. Es gibt Pflegebetten mit drehbarer Liegefläche und elektrischer Aufstieghilfe, teilweise können sie sogar als Betteinsatz statt des Lattenrostes in ein normales Bett integriert werden. Ein Beispiel für ein besonders ausgefeiltes Drehbett ist das „RotoBed“ eines Dänischen Herstellers. Es ist sehr individuell einstellbar und mit einer einfachen Fernbedienung ausgestattet.

Wer bettlägerig und von Mangelernährung, starker Gewichtsabnahme oder Diabetes betroffen ist, hat ein erhöhtes Risiko für Wundliegen (Dekubitus). Eine Anti-Dekubitus-Matratze kann das Risiko des Wundliegens vermindern. Sie ersetzt jedoch nicht das regelmäßige Umlagern. Die Krankenkassen übernehmen in der Regel die Kosten nur, wenn bereits ein Dekubitus vorliegt, wobei jedoch die erste Stufe, eine anhaltende Hautrötung, genügt. Es gibt verschiedene Ausführungen von Anti-Dekubitus-Matratzen und -Auflagen, bei der Auswahl der geeigneten Matratze sollte man sich gründlich beraten lassen. Eine komplexe technische Lösung stammt auch hier aus Dänemark: Careturner ist ein mechanischer Betteinsatz mit beweglichen Flügeln, die die Matratze nach Bedarf seitlich anheben. Dadurch wird das Körpergewicht immer wieder anders auf der Matratze gelagert und ein Dauerdruck auf eine einzelne Körperstelle vermieden, ohne dass man die Bettlägerigen von Hand umlagern und gegebenenfalls dafür aufwecken muss. Der Winkel und der Rhythmus, in dem die Matratze angehoben wird, lässt sich individuell programmieren.

Intelligente Matratze

Intelligente Matratzen sind mit verschiedenen Sensoren ausgestattet, die eine Vielzahl von Faktoren messen und die Pflegenden darüber informieren können. Dazu zählen die Feuchtigkeit der Matratze (Hinweis auf nötigen Wechsel des Inkontinenzmaterials), Vitalwerte (Atmung und Puls), ausreichende Bewegung (wichtig für die Vermeidung eines

Druckgeschwürs) oder das Verlassen des Bettes. Einige dieser intelligenten Matratzen verfügen zusätzlich über bewegliche Elemente, die bei zu langen Phasen des Stillliegens automatisch Haut und Gewebe stimulieren können.

Moio.care

Das Moio.care System besteht aus einem Sensormodul, das wie ein Pflaster auf den Rücken geklebt werden kann und die Bewegungen des Trägers registriert, sowie einer zugehörigen App. Moio soll die Pflegenden sowohl über einen Mangel an Bewegung informieren, wenn beispielsweise eine Umlagerung im Bett notwendig wird, als auch über Stürze. Gleichzeitig ermöglicht es eine Personenortung. Die Informationen für die Pflegenden sendet Moio in die App. So können beispielsweise mehrere Angehörige informiert werden und sich untereinander abstimmen, wer auf einen Alarm reagiert. Moio.care soll 2021 in den Handel kommen. Durch die Anbringung direkt am Körper an einer Stelle, die von den Betroffenen meist nicht erreicht wird, bietet das System einige Sicherheit. Gleichzeitig bedeutet es wie jedes andere Ortungs- und Überwachungssystem einen Eingriff in die Selbstbestimmung der betroffenen Person. Im Einzelfall muss sicherlich ausprobiert werden, ob das Sensorpflaster (das alternativ auch mit einer Art Bauchbandage befestigt werden kann) tatsächlich nicht als störend wahrgenommen wird.

Apps, die helfen, körperlich, geistig und seelisch gesund zu bleiben.

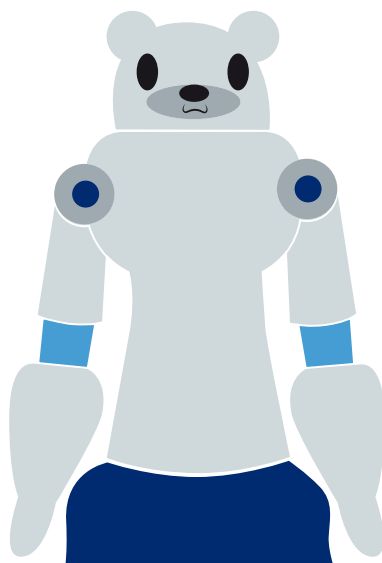
Pflegende laufen häufig Gefahr, über der Betreuung ihrer Angehörigen die eigene Gesundheit aus dem Blick zu verlieren. Mittlerweile gibt es eine große und wachsende Auswahl an Apps für Smartphone oder Tablet, die dabei helfen sollen, die eigenen Ressourcen zu stärken – sei es durch Bewegungsübungen, Entspannungs-, Meditations- oder Achtsamkeitsprogramme. Es werden auch Coaching-Programme ent-

wickelt, die Rückmeldungen und Hinweise zu einer ganzen Reihe von Alltagsaktivitäten geben, von Schlaf- und Ernährungsgewohnheiten über körperliche Fitness bis hin zu Blutdruckwerten und vielen mehr. Viele Krankenkassen haben eigene Apps oder Programme im Serviceangebot oder informieren dazu.

Pflegeroboter

Pflegeroboter wie der japanische „ROBEAR“ sind seit etwa 10 Jahren in der Entwicklung. ROBEAR ist in der Lage, eine (leichte) Person zu heben und zu tragen, Aufstehhilfe zu leisten, oder beim Umsetzen vom Bett in den Rollstuhl usw. zu helfen. Damit kann er mehr als die meisten seiner „Artgenossen“. Bisher beschränkt sich der Einsatz von Pflegerobotern aber auf Testszenarien. Zumindest in Europa haben sie es bisher nicht ans Pflegebett geschafft, und damit ist in den nächsten Jahren auch nicht zu rechnen.

6



7 Begriffsbestimmungen

Digitalisierung

Digitalisierung hat eine technische und eine soziale Seite. Technisch gesehen ist Digitalisierung die Darstellung und Speicherung von Daten in einer maschinenlesbaren binären (aus nur zwei unterschiedlichen Zeichen bestehenden) Form. Im Vergleich zur analogen Darstellung von Daten (also zum Beispiel in handschriftlichen Akten) können digitale Daten sehr viel effizienter hergestellt, gespeichert, verarbeitet und vervielfältigt werden. Die Erstellung, Speicherung, Verarbeitung und Vervielfältigung dieser Daten erfolgen mithilfe digitaler Kommunikationsmittel. Ein wesentliches Merkmal digitaler Technologien ist es, dass viele der dazugehörigen Geräte miteinander vernetzt werden können.

Digitalisierung hat Auswirkungen auf das Leben der Menschen. Sie verändert die Art und Weise, wie Menschen kommunizieren, sich informieren, konsumieren, soziale Kontakte pflegen, arbeiten oder mobil sind. Man spricht deshalb auch von einem digitalen Wandel der Gesellschaft. Mit dem Einsatz digitaler Technologien und durch die Nutzung des Internets entstehen auch für ältere Menschen neue Möglichkeiten, ihren Alltag zu gestalten und am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben. Wer beispielsweise aus gesundheitlichen Gründen nur eingeschränkt mobil ist, aber einen PC, ein Tablet oder ein Smartphone sowie Zugang zum Internet hat, kann diese Geräte benutzen, um mit Angehörigen oder Bekannten in Kontakt zu bleiben, sich Informationen einzuholen oder Dienstleistungen in Anspruch zu nehmen.

KI – Künstliche Intelligenz

Der Begriff „Künstliche Intelligenz“ bezeichnet den Versuch, Computer so zu programmieren, dass sie bestimmte Entscheidungsstrukturen

des Menschen nachahmen. So kann ein „intelligenter“ Computer bzw. ein Roboter durch Versuch und Irrtum lernen – so wie es beispielsweise ein kleines Kind tut, wenn es verschieden geformte Bausteine in die entsprechenden Löcher eines Steckwürfels einsortieren will. Ein intelligentes System kann große Datenmengen verarbeiten und dadurch Algorithmen entwickeln, nach denen es ein bestimmtes Verhalten vorausberechnen kann. So erscheinen Reaktionen des Systems auf bestimmte Ereignisse durchaus intelligent, sind aber letztlich nur das optimierte Ergebnis einer Datenauswertung.

Bis heute nicht möglich ist die so genannte „starke KI“, eine künstliche Intelligenz, die tatsächlich in gleicher Weise intelligent wie ein Mensch reagiert und ein Bewusstsein für ihr Handeln entwickelt.

Smart Home

In einem Smart Home kommunizieren unterschiedliche technische Geräte, von der Lampe über den Fernseher bis zum Mähroboter, miteinander. Statt jedes Gerät einzeln per Schalter oder Fernbedienung bedienen zu müssen, ist die Steuerung über eine einzige App oder einen Sprachassistenten möglich. Die Geräte sind mit unterschiedlichen Sensoren und Lesegeräten ausgestattet, die zum Beispiel Bewegungen und Bewegungsmuster oder auch das Verfallsdatum der Milch im Kühlschrank erkennen können. Sie lassen sich programmieren, um zum Beispiel beim Dunkelwerden Jalousien zu schließen, Beleuchtung anzuschalten und vieles mehr.

AAL – Ambient Assisted Living

AAL umfasst Methoden, Konzepte, (elektronische) Systeme, Produkte sowie Dienstleistungen, welche das alltägliche Leben Älterer und von Menschen mit Behinderung situationsabhängig und unaufdringlich unterstützen. Im deutschen Sprachgebrauch lässt sich der Begriff am besten mit „Alltagstaugliche Assistenzlösungen für ein selbstbestimmtes Leben“ übersetzen. Damit geht der Begriff AAL über den des Smart Homes hinaus: Für AAL müssen technische Geräte nicht nur vernetzt

sein. Das ganze System muss gleichzeitig so nutzerfreundlich und einfach zu bedienen sein, dass es tatsächlich den Alltag erleichtert und es Menschen auch im Alter oder bei körperlichen Beeinträchtigungen erlaubt, länger in ihrer gewohnten Umgebung selbstbestimmt, autonom, sicher und mobil zu leben.

Internet der Dinge

Das Internet der Dinge steht als Sammelbegriff für eine umfassende Infrastruktur, die es ermöglicht, physische und virtuelle Gegenstände miteinander zu vernetzen und sie durch Informations- und Kommunikationstechniken zusammenarbeiten zu lassen. Im Internet der Dinge können Menschen und vernetzte elektronische Systeme miteinander und untereinander agieren. Die immer kleineren eingebetteten Computer sollen Menschen unterstützen, ohne abzulenken oder überhaupt aufzufallen. Miniaturisierte Computer, sogenannte Wearables, mit unterschiedlichen Sensoren werden entweder direkt am Körper getragen oder sogar in Kleidungsstücke eingearbeitet. So gibt es zum Beispiel Blutzuckermessgeräte, die auf die Haut aufgeklebt werden und den Blutzucker ohne Blutabnahme messen. Sie können sogar mit einer Insulinpumpe kombiniert werden und damit den Blutzuckerspiegel selbstständig regulieren. Ein anderes Beispiel sind Babysöckchen, die die Vitalwerte des Babys überwachen und bei Unregelmäßigkeiten an die Eltern melden.



8 Finanzierung

Umgestaltungen, Veränderungen und auch neue Technik kosten in den meisten Fällen Geld, mitunter sogar sehr viel Geld. Die Kosten für Produkte, die im Hilfsmittelverzeichnis beziehungsweise im Pflegehilfsmittelverzeichnis des Spitzenverbands der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV-Spitzenverband) aufgeführt sind, werden von den gesetzlichen Kranken- und Pflegekassen problemlos übernommen. Für die privaten Krankenversicherungen gilt der jeweilige Hilfsmittelkatalog. Bisher sind gerade digitale Assistenzsysteme in diesen Verzeichnissen kaum vertreten. Dasselbe gilt für viele Sicherheitssysteme im Haushalt wie die Herdsicherung.

Oft müssen Menschen nur deshalb in ein Pflegeheim ziehen, weil es nicht möglich war, notwendige Umbauten und Hilfsmittel zu bezahlen, selbst wenn dies letztlich preiswerter gewesen wäre. Nicht selten werden die rechtlichen Vorschriften für die Gewährung von Leistungen von den Sachbearbeitern der Pflege- und Krankenkassen und der Sozialämter unterschiedlich ausgelegt. Deshalb lohnt es sich, genau zu schauen, was möglich ist, Hilfen zu beantragen und für die eigenen Ansprüche zu kämpfen. Bestimmte Hilfen, wie zum Beispiel der Einbau von Handläufen in der Wohnung oder eine bodengleiche Dusche, können als „Wohnumfeld verbessernde Maßnahme“ von der Pflegekasse bezuschusst werden.

Oft sind auch Vermieter bereit, die Kosten für Umbauten zu übernehmen (Erhöhung des Wohnwertes, bessere Nachvermietung). Sie legen dann aber eventuell die Kosten im Rahmen einer Modernisierungsvereinbarung auf die Miete um.

Es gibt auch zinsgünstige Kredite und Zuschüsse für eine Wohnraumanpassung; das Sozialamt kann Kosten übernehmen; manche Kommunen oder Stiftungen sind bereit zu helfen. Im Folgenden wird kurz dargestellt, welche Kostenträger welche Leistungen übernehmen.



Krankenkassen

Versicherte haben „Anspruch auf Versorgung mit Hörhilfen, Körperersatzstücken, orthopädischen oder anderen Hilfsmitteln, die im Einzelfall erforderlich sind, um den Erfolg der Krankenbehandlung zu sichern, einer drohenden Behinderung vorzubeugen oder eine Behinderung auszugleichen, soweit die Hilfsmittel nicht als allgemeine Gebrauchsgegenstände des täglichen Lebens anzusehen sind. Der Anspruch umfasst auch notwendige Änderungen, Instandsetzung, Wartung und technische Kontrollen, Ersatzbeschaffung von Hilfsmitteln sowie die Ausbildung in ihrem Gebrauch“ (§ 33 Sozialgesetzbuch V). Dieser Logik entsprechend muss beispielsweise die Übernahme der Kosten für ein GPS-Ortungssystem bei der Krankenkasse, nicht bei der Pflegekasse beantragt werden. Voraussetzung der Kostenübernahme ist die Verordnung durch einen Arzt oder eine Ärztin. Diese können Hilfsmittel frei verordnen; sie belasten – im Unterschied zu Heilmitteln – nicht deren Budget.

Die Krankenkassen haben ein „Hilfsmittelverzeichnis“ zusammengestellt, das ständig aktualisiert wird. Es kann bei den Krankenkassen sowie in den Internetportalen des Spitzenverbandes der Gesetzlichen Krankenkassen oder „REHADAT-Hilfsmittel“ (siehe Anhang) eingesehen werden. Darin aufgeführt werden z.B. Pflegebetten, Rollstühle, Toilettenstühle, Gehwagen und Gehgestelle, Badewannenlifter, Notrufsysteme und technische Küchengeräte. Allerdings ist das Hilfsmittelverzeichnis „nicht abschließend“. Das bedeutet, dass Hilfsmittel, die nicht im Verzeichnis aufgeführt werden, im Rahmen einer Einzelfallentscheidung dennoch von den Krankenkassen finanziert werden können.

Das Landessozialgericht Bremen hat beispielsweise in einer Entscheidung vom 17. September 2019 (Az: L 16 KR 182/18) klargestellt, dass auch GPS-Systeme, die eine Alarmfunktion haben und eine Lokalisierung des Trägers ermöglichen, von der Krankenkasse übernommen werden müssen. Diese Systeme dienen dem Grundbedürfnis der Mobilität, das bei Menschen mit „Hin- bzw. Weglauftendenz“ und Orientierungsstörungen anderweitig faktisch nicht befriedigt werden kann.

Der gesetzliche Eigenanteil für Hilfsmittel beträgt mindestens fünf und maximal zehn Euro. Generell gilt, dass die Leistungen ausreichend, zweckmäßig und wirtschaftlich sein müssen, sie dürfen „das Maß des Notwendigen nicht überschreiten“. Für eine darüberhinausgehende höherwertige Versorgung muss entsprechend zugezahlt werden. Häufig gelten Festbeträge oder Höchstbeträge, sodass die Krankenkasse die Kosten nur bis zu einem bestimmten Betrag übernimmt. Darüberhinausgehende Leistungen oder höherwertige Produkte müssen privat bezahlt werden.

Größere technische Hilfsmittel, wie Rollstühle oder Pflegebetten, werden meist leihweise überlassen.

Tipps

- Auch wenn Hilfsmittel nicht im Verzeichnis stehen, lohnt der Versuch eines Antrags und eventuell eines Widerspruchs mit dem Hinweis auf die notwendige Hilfe zum Erhalt der Selbstständigkeit. Wenn dies erfolglos ist und die eigenen finanziellen Möglichkeiten es zulassen, sollte man die Angebote vergleichen und selbst kaufen.
- Einige Krankenkassen haben für einzelne Produktgruppen Verträge mit bundesweit tätigen Hilfsmittelversorgern. Es kann jedoch von Vorteil sein, einen kompetenten Ansprechpartner vor Ort zu haben, insbesondere, wenn einmal eine Reparatur ansteht. Es ist sinnvoll, zuerst den örtlichen Sanitätsfachhandel aufzusuchen und nachzufragen, was dort möglich ist und eventuell um Unterstützung bei der Antragstellung zu bitten.

Pflegekassen

Wenn eine von der Pflegekasse anerkannte Pflegebedürftigkeit (Pflegegrad 1 bis 5) vorliegt, besteht gemäß § 40 SGB XI Anspruch auf die Versorgung „mit Pflegehilfsmitteln, die zur Erleichterung der Pflege oder zur Linderung der Beschwerden des Pflegebedürftigen beitragen oder ihm eine selbständigere Lebensführung ermöglichen“, soweit für das Hilfsmittel nicht die Krankenversicherung oder ein anderer Leistungsträger zuständig ist. Bereits im Rahmen der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherungen soll der Bedarf an Pflegehilfsmitteln erhoben werden. Soweit die Betroffenen damit einverstanden sind, leiten die Gutachter auch gleich eine entsprechende Versorgung ein. Ein weiterer Antrag ist dann nicht mehr notwendig. Pflegehilfsmittel, die im Pflegehilfsmittelverzeichnis aufgeführt sind, werden mit entsprechender Begründung meist problemlos übernommen, eine ärztliche Verordnung ist nicht erforderlich. Das Pflegehilfsmittelverzeichnis ist eine Anlage zum oben genannten Hilfsmittelverzeichnis. Für technische Hilfsmittel sind Zuzahlungen von 10% des Verkaufspreises zu leisten, allerdings maximal 25 Euro pro Hilfsmittel.

Zum Verbrauch bestimmte Hilfsmittel wie beispielsweise Desinfektionsmittel, Einmalhandschuhe und Bettschutzeinlagen werden bis zu einem Betrag von 40 Euro pro Monat erstattet. Manche Anbieter rechnen diese Pauschale auch direkt mit der Pflegekasse ab.

Achtung: Die gewünschten Leistungen müssen bei der Pflegekasse vorab beantragt und genehmigt werden. Im Nachhinein zahlt die Pflegekasse nicht.

Ebenfalls nach § 40 SGB XI können von der Pflegekasse Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes finanziert werden. Dadurch soll eine weitgehend selbstständige Lebensführung ermöglicht beziehungsweise die Pflege erheblich erleichtert werden. Dies betrifft Umbauten in der Wohnung, zum Beispiel die Beseitigung von Stolperfallen, Rutsch- und Sturzgefahren im Bodenbelag, der Ausgleich von Schwellen, aber auch die Verbreiterung von Türen, die Verlegung eines Bades oder der Einbau einer barrierefreien Dusche. Auch nachgewiesene Fahrtkosten und Verdienstausschlag können bezuschusst werden, wenn solche Umbauten durch Verwandte oder Freun-

de ausgeführt werden. Im Einzelfall kann es auch Zuschüsse für den Umzug in eine behindertengerechte Wohnung geben, wenn dadurch das Weiterleben im eigenen Haushalt möglich wird.

Übernommen werden Kosten bis zu einem Betrag von 4.000 Euro. Wenn mehrere Pflegebedürftige in einer Wohnung leben, kann der Zuschuss jeweils parallel gewährt werden. Die Höchstsumme pro Wohnung (beispielsweise bei ambulant betreuten Wohngemeinschaften) beträgt 16.000 Euro.

In der Regel werden mindestens zwei Kostenvoranschläge verlangt. Vor der Genehmigung darf nicht mit dem Umbau begonnen werden, da Vorleistungen nicht erstattet werden. Die 4.000 Euro werden zu einem bestimmten Zeitpunkt nur einmalig gewährt, auch wenn gleichzeitig verschiedene Maßnahmen (zum Beispiel Badumbau, Entfernung von Schwellen und Türverbreiterung) durchgeführt werden. Erst wenn sich der Pflegebedarf deutlich erhöht und deshalb weitere Anpassungen des Wohnraums erforderlich werden, kann der Zuschuss erneut gewährt werden.

Sozialhilfeträger

Anspruchsberechtigt sind Menschen, die ihren notwendigen Lebensunterhalt nicht oder nicht ausreichend aus eigenen Kräften beziehungsweise Mitteln beschaffen können. Finanziert werden können Hilfsmittel, aber auch Hilfen zur Beschaffung und zum Erhalt einer Wohnung, wenn sie den besonderen Bedürfnissen behinderter oder pflegebedürftiger Menschen entsprechen.

Nach einer Überprüfung des Einkommens und Vermögens und eventueller Unterhaltsverpflichtungen anderer können die Kosten bis zur vollen Höhe übernommen werden.

Achtung: Leistungen des Sozialhilfeträgers („Sozialhilfe“ nach den Bestimmungen des Sozialgesetzbuchs XII) werden immer nur nachrangig gewährt. Also erst dann, wenn alle anderen Möglichkeiten einer Unterstützung ausgeschöpft sind. Die Kostenübernahme muss in jedem Fall vor der Anschaffung mit dem Sozialhilfeträger geklärt werden.

Programm „Altersgerecht Umbauen“ der KfW

Wer das eigene Haus, die Mietwohnung oder das Wohnumfeld barrierearm gestalten möchte, kann zinsgünstige Kredite aus dem Programm „Altersgerecht Umbauen“ der Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) in Anspruch nehmen (Kredit 159). Vorgesehen sind diese Kredite beispielsweise für den Umbau von Bädern, die Verbreiterung von Wohnungsfluren oder den Einbau von Aufzügen. Aber auch für verschiedene „Smart-Home“-Lösungen wie Fenster- und Türsensoren, Lichtsteuerung, smarte Heizung, Ladestation für Elektrofahrzeuge, intelligente Rollladensteuerung, Türkommunikations-System, Wassermelder, Überwachungskameras, Notruf- und Unterstützungssysteme. Die Kredite bis zu einem Höchstbetrag von 50.000 Euro können sowohl von Eigentümern als auch von Mietern (mit Zustimmung ihres Vermieters) oder von Wohnungsunternehmen beantragt werden.

Alternativ kann auch ein Investitionszuschuss in Höhe von bis zu 6.250 Euro für den „Abbau von Barrieren und für mehr Wohnkomfort“ (Zuschuss 455-B) beantragt werden.

Informationen: www.kfw.de

Achtung: Wer einen Antrag stellen möchte, muss das vor Beginn des Bauvorhabens tun. Eine nachträgliche Finanzierung bereits begonnener oder abgeschlossener Umbauten ist nicht möglich. Ferner sollte man darauf achten, ob die Gewährung des Darlehens an die Einhaltung bestimmter (baulicher) Normen geknüpft ist.

Tipps für Anträge bei Kranken- und Pflegekassen

- Jeder Antrag sollte ausführlich begründet werden. Dabei sollte auch auf erwartbare negative Folgen einer Ablehnung hingewiesen werden, zum Beispiel den drohenden Verlust der Selbstständigkeit und einen dann erforderlichen Umzug in ein Pflegeheim. Argumentiert werden sollte immer mit dem Krankheitsbild. Beispielsweise: „Die technische Hilfe ist notwendig, weil die Betroffene aufgrund ihrer Erkrankung nicht mehr in der Lage ist ...“.
- Dem Antrag sollte eine befürwortende ärztliche – am besten fachärztliche – Stellungnahme beiliegen. Außerdem ein genauer Kostenvoranschlag, in dem auch Folgekosten wie Einbau und Wartung aufgeführt werden. Für Anträge bei der Pflegekasse kann auch eine entsprechende Stellungnahme im Rahmen der Pflegeberatung hilfreich sein.
- Wenn eine Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK) stattfindet, sollte eine zweite Person zur Unterstützung anwesend sein. Das können neben Verwandten oder befreundeten Personen auch Mitarbeitende aus der Pflegeberatung sein.
- Auch wenn wenig Aussicht auf Erfolg besteht, sollten Anträge gestellt und bei Ablehnung Widerspruch eingelegt werden. Selbst wenn es im Einzelfall nicht hilft, ebnet dies vielleicht den Weg für spätere Anträge.
- Manchmal fällt es selbst den Kassen schwer, einen Antrag den „Hilfsmitteln“ (Krankenkasse) oder den „Pflegehilfsmitteln“ (Pflegekasse) zuzuordnen. Manchmal schieben sie dann die Finanzierung von der einen auf die andere Stelle. Dadurch sollte man sich nicht verwirren lassen, sondern auf eine schnelle Entscheidung über die Zuständigkeit drängen, denn Pflegekassen bezahlen ja im Unterschied zu den Krankenkassen nicht im Nachhinein. Zuständig für die Klärung des Kostenträgers ist die Stelle, bei der der Antrag gestellt wurde.

Weitere Informationen zur Finanzierung finden Sie hier:

Deutsche Alzheimer Gesellschaft: ***Leitfaden zur Pflegeversicherung.*** Antragstellung, Begutachtung, Widerspruchsverfahren, Leistungen. 2018, 192 Seiten, 6 Euro.

Deutsche Alzheimer Gesellschaft: ***Ratgeber in rechtlichen und finanziellen Fragen,*** für Angehörige von Menschen mit Demenz, ehrenamtliche und professionelle Helfer. 2019, 208 Seiten, 6 Euro

9 Beratung

Die Pflegekassen sind verpflichtet, Pflegebedürftige hinsichtlich der Bezuschussung von wohnumfeldverbessernden Maßnahmen zu beraten (§ 7 Abs. 2 SGB XI). Sie können mit der Beratung andere Stellen beauftragen.

Insbesondere kommen für die Beratung sowohl zur Wohnraumanpassung als auch zu (technischen) Hilfsmitteln Pflegestützpunkte und Pflegeberatungsstellen infrage.

Auch die regionalen Alzheimer-Gesellschaften sowie Beratungsstellen der Wohlfahrtsverbände beraten zu technischen Unterstützungsmaßnahmen.

In vielen Regionen gib es **Beratungsstellen für Wohnungsanpassungen**. Deren Mitarbeitende helfen bei der Suche nach einer geeigneten Lösung und deren Umsetzung. Sie kennen auch die entsprechenden regionalen Finanzierungsangebote bis hin zur Unterstützung durch (regionale) Stiftungen. Ein Verzeichnis der Beratungsstellen bietet die Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung e.V. (siehe Anhang).

Ein kompetenter Helfer bei der Antragstellung kann der Sozialverband VdK sein. Er unterstützt seine Mitglieder mit Rechtstipps, aber auch ganz praktisch. Informationen im Internet: **www.vdk.de**

Weiterführende Literatur und Links

Anlaufstellen für Wohnraumberatung

- www.online-wohn-beratung.de
Barrierefrei Leben e.V. - online Wohnberatung
- www.wohnungsanpassung-bag.de
Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung e.V. –
bundesweite Adressen von Wohnberatungsstellen sowie weiter-
führende Informationen
- www.serviceportal-zuhause-im-alter.de
Zuhause im Alter - Serviceportal des Bundesministeriums für
Familie, Senioren, Frauen und Jugend zum Thema nachbar-
schaftliches und barrierefreies Wohnen

Demenz-Musterwohnungen

Musterwohnungen bieten eine gute Gelegenheit, die verschiedenen Möglichkeiten der Wohnungsanpassung in der Praxis zu erleben. In aller Regel sind sie mit Beratungsangeboten verknüpft.

- Ausstellung „Musterwohnung Demenz“ in Jülich: www.aok.de/pk/rh/inhalt/musterwohnung-demenz/
- SICHER WOHNEN MIT DEMENZ – MUSTERWOHNUNG,
Norderstedt
Homepage und virtueller Rundgang:
www.demenz-musterwohnung.de
- Ambient Assisted Living Wohnung, Sigmaringen
www.aal-wohnung.de
- Musterwohnung BEATE, Schwarzwald-Baar-Kreis,
Villingen-Schwenningen:
www.lrasbk.de/Alter-und-Technik-Kurzlink/

- „Ermüdigungswohnung“ und „Smart Living & Health Center“, Berlin-Marzahn:
<https://smart-living-health.de>
- Smarte und barrierefreie Musterwohnung, Hannover
Adresse und virtueller Rundgang:
www.seniorenberatung-hannover.de/eintrag/smar-te-und-barrierefreie-musterwohnung

Verzeichnisse für technische Hilfen und Hilfsmittel

- Hilfsmittelverzeichnis (inklusive Pflegehilfsmittel) der gesetzlichen Krankenversicherungen GKV:
www.rehadat-gkv.de
- Informationsportal zu Hilfsmitteln REHADAT:
www.rehadat-hilfsmittel.de
- Technikatalog der Demenz Support Stuttgart gGmbH:
www.demenz-support.de/projekte/laufende-projekte/hilfreiche-technik/
- Handbuch „Wohnen mit technischer Unterstützung: Geräte – Einsatzfelder – Kosten“ der Seniorenberatung Hannover
www.hannover.de/Leben-in-der-Region-Hannover/Soziales/Senioren/Wohnen-im-Alter/Wohnen-mit-technischer-Unterstützung

Literatur

- Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. Selbsthilfe Demenz: ***Ich will nach Hause – vom Hin- und Weglaufen. Eine Hilfestellung für Angehörige.*** Online zu bestellen unter: www.alzheimer-bw.de/infoservice/infomaterial-bestellen
- Blottner, Britta: ***Zuhause wohnen mit Demenz.*** Blottner Verlag, Taunusstein 2019, ISBN 978-3-89367-155-7
- Breit, Stefan; Frick, Karin: ***Demenz und Technologie. Eine Trendübersicht.*** GDI Gottlieb Duttweiler Institut, Rüschlikon 2019, im Auftrag von Alzheimer Schweiz www.alzheimer-schweiz.ch
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: ***Ältere Menschen und Digitalisierung. Erkenntnisse und Empfehlungen des Achten Altersberichts.*** Berlin 2020.
Bezug über den Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 48 10 09, 18132 Rostock, Tel: 030 - 18 272 2721
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de
www.bmfsfj.de
- Deutscher Ethikrat: ***Big Data und Gesundheit - Datensouveränität als informationelle Freiheitsgestaltung.*** Berlin 2018, www.ethikrat.org
- Fröse, Sonja; Krüger, Margit: ***Zu Hause statt Pflegeheim. Möglichkeiten, Maßnahmen, Fördermittel. Für ein langes Leben in den „eigenen vier Wänden“.*** Singliesel GmbH 2020, ISBN 978-3-944360-13-3
- GKV-Spitzenverband (Hrsg.): ***Digitalisierung und Pflegebedürftigkeit - Nutzen und Potenziale von Assistenztechnologien.*** Schriftenreihe Modellprogramm zur Weiterentwicklung der Pflegeversicherung, Band 15. Verlag: CW Haarfeld, Hürth 2019, ISBN 9783-774-72448-8



Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft engagiert sich für ein besseres Leben mit Demenz.

Sie unterstützt und berät Menschen mit Demenz und ihre Familien. Sie informiert die Öffentlichkeit über die Erkrankung und ist ein unabhängiger Ansprechpartner für Medien, Fachverbände und Forschung. In ihren Veröffentlichungen und in der Beratung bündelt sie das Erfahrungswissen der Angehörigen und das Expertenwissen aus Forschung und Praxis. Als Bundesverband mehr als 130 Alzheimer-Gesellschaften unterstützt sie die Selbsthilfe vor Ort. Gegenüber der Politik vertritt sie die Interessen der Betroffenen und ihrer Angehörigen.

Die DALzG setzt sich ein für bessere Diagnose und Behandlung, mehr kompetente Beratung vor Ort, eine gute Betreuung und Pflege sowie eine demenzfreundliche Gesellschaft.

Über die internationalen Dachverbände Alzheimer Europe und Alzheimer's Disease International ist die DALzG im Austausch mit Alzheimer-Gesellschaften in aller Welt.

Die zentrale Geschäftsstelle in Berlin organisiert das bundesweite Alzheimer-Telefon 030 - 259 37 95 14, wo Anrufer Informationen und individuelle Beratung erhalten sowie Broschüren bestellen können. Sie unterstützt beim Aufbau neuer Gruppen und bietet Fortbildungen für Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter an. Neben Fachtagungen veranstaltet sie alle zwei Jahre bundesweite Kongresse, die allen Interessierten offen stehen.



Alzheimer-Telefon
030 - 259 37 95 14

Die DALzG ist auf Ihre Unterstützung angewiesen

Die DALzG ist eine gemeinnützige Selbsthilfeorganisation. Sie kann einen Großteil ihrer satzungsgemäßen Aufgaben nur mit Spenden und Unterstützung durch Mitglieder und Förderer erfüllen. Einzelne Projekte werden durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert.

Wir möchten Sie daher einladen mitzuhelfen, Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen ein würdiges Leben zu ermöglichen:

- durch einmalige oder dauerhafte Spenden
- mit einer Spende oder Zustiftung in das Vermögen der im Jahre 2000 errichteten Deutschen Alzheimer Stiftung
- als Mitglied einer regionalen Alzheimer-Gesellschaft

Spendenkonto der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.
Bank für Sozialwirtschaft Berlin
IBAN: DE91 1002 0500 0003 3778 05
BIC: BFSWDE33BER

Veröffentlichungen der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V. Selbsthilfe Demenz

Die DALzG veröffentlicht eine Reihe von Broschüren und Taschenbüchern, die sich an Angehörige, Menschen mit Demenz, Gruppenleiter und allgemein Interessierte wenden. Grundlegende Informationen enthält die kostenlose Broschüre „Demenz. Das Wichtigste. Ein kompakter Ratgeber“. Andere Broschüren behandeln spezielle Themen, wie etwa Pflegeversicherung, Recht und Finanzen, Technische Hilfen, Pflegeheim, Ernährung, Inkontinenz oder Gestaltung des Alltags und werden zum Selbstkostenpreis abgegeben. Die Zeitschrift Alzheimer Info erscheint vierteljährlich.

Einige Broschüren stehen zum Download im Internet zur Verfügung. Das Gesamtverzeichnis ist im Internet zu finden. Informationen und Bestellungen siehe Kontaktdaten.

Informationen im Internet

www.deutsche-alzheimer.de

www.facebook.com/DeutscheAlzheimerGesellschaft

www.alzheimerandyou.de

www.alzheimer4teachers.de

www.demenz-partner.de

www.demenz-und-migration.de

Die regionalen Mitgliedsgesellschaften der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e. V. Selbsthilfe Demenz



Die DALzG hat mehr als 130 Mitgliedsgesellschaften in ganz Deutschland. Sie bieten unter anderem persönliche Beratung, Informationen über Hilfsangebote, Gruppen für Angehörige und Betroffene an. Die aktuellen Kontaktdaten der Mitgliedsgesellschaften sind auf www.deutsche-alzheimer.de zugänglich oder können telefonisch oder per E-Mail erfragt werden. Ebenso die Adressen der mehr als 400 Anlaufstellen, die mit der DALzG verbunden sind.

Kontakt und Bestellungen

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V.

Selbsthilfe Demenz

Friedrichstraße 236, 10969 Berlin

Tel.: 030 - 259 37 95 0

Fax: 030 - 259 37 95 29

Alzheimer-Telefon: 030 - 259 37 95 14

E-Mail: info@deutsche-alzheimer.de

Internet: www.deutsche-alzheimer.de

Stichwortverzeichnis

A

AAL (Ambient Assisted Living) 57, 68
Abschnallschutz 39
Aktivität 9, 40, 44, 55
Alarmsysteme 30ff.
Alarmtrittmatte 31f.
Anwendungssicherheit 17
App 16, 22ff., 27, 35f., 41f., 44f., 54f.
Aufstehhilfen 38
Aufstehsessel 39
Auto 39
Autonomie 11
Autoschwenksitz 39

B

Badewannenlifter 28f.
Badezimmer 27f.
Ball, interaktiv 47
Beleuchtung 24
Beschäftigung 9, 44f.
Beweglichkeit 9, 48, 49, 54
Bewertungsinstrument 19
Biografiearbeit 45, 48
Bluetooth 21f.
Brille, intelligente 43
B-TiP 19

D

Digitalisierung 4, 19, 56
Drehkissen 39

Durchgangsmelder 22
Dusch-WC 29f.

E

Ein-Knopf-Computer 42
Elektrogeräte 25
Erinnerung 9, 44
Erinnerungshilfen 21f.
Erinnerungstraining 47

F

Fahrzeuganpassung 39
Fernbedienung 26
Fernsteuerung 27, 43
Freiheit 5, 7, 19, 34, 39
Funksender 21, 30f.
Fußboden, intelligenter 32
Fußleiste, intelligente 32

G

Gedächtnistraining 9, 45, 47
Gehstock 9, 34
Geofence 36
Gesichtserkennung 9, 43
Gesundheit 10, 52, 54, 56
GPS 22, 31, 34, 36, 60
Gütesiegel 19

H

Haushaltsgeräte 23, 25
Hausnotrufsystem 30, 60

Heizung 27, 64
Herdsicherung 25, 59
Hilfsmittelverzeichnis 59f., 62, 69
Hirntraining 44f.

I

Infrarotsensor 29
Internet der Dinge 58
Interoperabilität 17

K

Kaffeemaschine 14, 25
Kaffeetasse 23
Kalender 9, 23
Katapultsitz 39
KfW-Bank 64
KI (Künstliche Intelligenz) 56f.
Klangkissen 48
Kommunikation 9, 11, 40-42, 56
Konzentration 9
Kosten-Nutzen-Verhältnis 18
Krankenkassen 47, 55, 59, 60, 65

L

Licht 24, 27, 31, 64

M

Matratze, intelligente 53
Mischbatterie 29
Musik 44ff.
Musterwohnung 6, 68f.

N

Navigationshilfen 9, 37
Notrufarmband 30, 32

Notrufzentrale 30, 36
Nutzen 13, 15, 18

O

Orientierung 9f., 20, 22f., 38
Orientierungshilfen 37
Ortungssystem 8f., 22, 34-38, 60

P

Personenortung 31, 34ff., 54
Pflege 10, 42, 52
Pflegebett 10, 52f., 60f.
Pflegekassen 62, 65
Pflegeroboter 55
Projektor 46, 49
Puzzle, virtuell 48

R

Radio 11, 46
Rauchmelder 31
RFID 22, 37
Roboter, emotional 49 ff.
Roboter, humanoid 49ff.
Roboter, sozial 49ff.
Rollator 38

S

Schlüsselfinder 21f.
Schuhsohle 34
Selbstständigkeit 14, 25, 61, 65
Seniorentelefon 41
Sensortrittmatte 31
Sicherheit 10, 25, 34
Sicherheitsgurt 39
Smarter Spiegel 22

Smart Home 8, 25, 27, 57
Smartphone 35, 38, 41
Sozialhilfeträger 63
Spiele 44f., 48f.
Spielekonsole 48
Sprachassistent 9, 11, 24, 41, 47
Stolperfallen 20, 62
Sturzmelder 32
Sturzsensoren 31f.

T

Tablet 40, 44f.
Tablettenspender 52
Telefon 41
Telemedizin 10
Tele-Präsenz 42
Temperaturbegrenzer 29
Therapieball, interaktiv 47
Toilette 24, 28f., 60
Türalarm 32
Türschlösser 27

U

Überwachungssystem 10, 54
Uhr 23, 34
Uhr, intelligente 23
Universal-Fernbedienung 26

V

Videokonferenz 9
Videospiel 9
Videotelefonie 42, 44, 49
Virtuelle Realität 46

Voraussetzungen, technisch 15,
18
VR-Brille 46

W

Wasseralarm 30f.
Wasserhahn 29f.
Wohnberatung 21, 67f.
Wohnraumanpassung 20, 59, 62
Würde 4, 10f.



PRAKTISCHE HILFEN
für den Alltag

Tablets, Sensoren & Co.

Technische und digitale Hilfen
für das Leben mit Demenz

Ob intelligente Beleuchtungssysteme, automatische Herdabschaltung oder virtuelle Spieleangebote – es gibt eine Vielzahl von technischen und digitalen Produkten, die unser Leben komfortabler, sicherer und bunter machen. Das gilt ebenso für Menschen mit Demenz und für ihre Angehörigen. Allerdings gilt es bei der Auswahl vieles zu beachten: Eignet sich das Produkt zum Einsatz in der eigenen Wohnung? Unterstützt es die Selbstständigkeit oder beeinträchtigt es sie? Wird die Würde der betroffenen Person gewahrt?

Diese Broschüre will über die vielfältigen Möglichkeiten informieren, die digitale Anwendungen bieten. Sie will Hilfestellungen bei der Auswahl und Beurteilung der Produkte geben, die bereits im Handel erhältlich sind. Und sie will zum Entwickeln eigener Lösungen anregen.

Diese Broschüre wurde Ihnen überreicht durch:



Herausgeber
Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V.
Selbsthilfe Demenz
Friedrichstraße 236 · 10969 Berlin
Tel: 030 - 259 37 95 0
Fax: 030 - 259 37 95 29

E-Mail: info@deutsche-alzheimer.de
www.deutsche-alzheimer.de
Spendenkonto
Bank für Sozialwirtschaft Berlin
IBAN **DE91 1002 0500 0003 3778 05**
BIC **BFSWDE33BER**