

Dehydration

Die Dehydration gehört neben Unterernährung und Lungenentzündung zu den häufigsten Todesursachen demenzkranker Menschen.

Dehydration ist die Abnahme des Körperwassers, aufgrund einer zu geringen Flüssigkeitszufuhr. Dadurch kommt es zu einer „ Austrocknung“ des Körpers.

Die Folgen sind Konzentrationsschwäche, Verwirrtheitszustände, Appetitlosigkeit, Obstipation, Antriebslosigkeit und allgemeine Abwehrschwäche.

Alte Menschen trinken oft zu wenig, da ihr Durstgefühl reduziert ist. Man muss sie oft erst daran erinnern und auch dann trinken sie meist nur schlückchenweise.

Äußere Merkmale einer Dehydration sind ein trockener Mund, schlaffe trockene Haut, die s.g. Pergamenthaut, die sich in Falten abheben lässt.

Demenzkranken im frühen oder mittlerem Stadium nehmen sie selbst als gesund, kompetent und absolut nicht pflegebedürftig wahr. Deshalb empfinden sie es als unangemessen, wenn sie ständig zum Trinken aufgefordert werden und sehen nicht ein, warum sie trinken sollen, wenn sie gar keinen Durst haben.

Die Folgen einer unzureichenden Flüssigkeitszufuhr verstehen und akzeptieren sie nicht. Sie sind sicher ausreichend getrunken zu haben, auch bestehen keine Erinnerungen, wann sie das letzte mal etwas getrunken haben.

Demenzkranken Menschen reagieren oft sehr empfindlich auf jede Form der Bevormundung und wehren sich mit aller Kraft gegen Fremdbestimmung, sei sie auch noch so liebevoll und vorsichtig formuliert.

So muss es gelingen auf eine andere Art und Weise ihm die notwendige Flüssigkeitsmenge zukommen zu lassen und zwar auf eine für den an Demenz erkrankten Menschen akzeptable Art und Weise - aus eigenem Entschluss.

Verschiedene Situationen werden hier genannt:

- wenn mir mein Tischpartner zuproestet, ist es unhöflich wenn ich nicht auch das Glas erhebe
- wenn der Wirt mich bittet das Glas leer zu trinken, weil er sein Lokal schließen möchte, ist es ein Gebot der Höflichkeit seiner Bitte nachzukommen
- zu Hause wäre es die Bitte das Glas leer zu trinken, damit es gespült werden kann
- Fragen, ob das Getränk zu warm, zu kalt , zu süß, oder süß genug wäre, würden den dementen Menschen dazu bewegen, das Getränk zu probieren

In derartigen Situationen wären vielleicht auch der an Demenz erkrankte bereit zu trinken, selbst wenn sie keinen Durst verspüren.

Beim mittleren bis fortgeschrittenem Stadium der Demenzerkrankung liegt neben der nötigen Motivierung zum Trinken, der Schwerpunkt auf dem Erhalt und der Förderung der Selbstständigkeit beim Trinkakt.

Sie wissen oft nicht mehr was zu tun ist, wenn sie Durst verspüren, oft sind sie dann nicht in der Lage ihr Glas zu ergreifen und zum Mund zu führen, sie benötigen hierfür unsere Hilfe.

Besondere Aufmerksamkeit müssen wir hier z.B. auf die Form, das Gewicht und das Aussehen des Trinkgefäßes verwenden oder auf die Füllmenge und die Temperatur des Getränkes.

Bei demenzkranken Menschen im weit fortgeschrittenem Stadium geht es nicht mehr um den Erhalt größtmöglicher Selbstständigkeit, sondern darum wie wir es ihnen ermöglichen können ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen, ohne sie damit zu quälen, z.B. bei Schluckstörungen oder bei Trinkverweigerung bzw. einem Trinken in winzigsten Schlückchen.

Auch hier spielt die Motivierung bzw. Ansprache eine wichtige Rolle, vor allem dann, wenn das Trinken verweigert wird. Die Art der Motivierung unterscheidet sich freilich von den vorgenannten Formen.

Möglichkeiten zur Förderung der maximalen Selbstständigkeit bei mittlerer bis fortgeschrittener Demenz:

- wenn ein volles Glas nicht gehalten werden kann, wird es nur halb gefüllt und ein besonders leichtes Glas genommen
- Getränke sollten grundsätzlich nicht im Stehen gereicht werden, außer wenn derjenige nicht sitzen will und überwiegend läuft
- manchmal gibt man einen Löffel zum Getränk, weil das Getränk lieber gegessen, statt getrunken wird
- das Getränk kann auch im Schnapsglas angeboten werden, da dann die Trinkmenge nicht so viel aussieht
- auch ein Strohhalm kann eine Hilfe sein, damit kann leichter gesaugt werden
- eine Puppe zur Trinkmotivation kann helfen

Möglichkeiten der Hilfestellung bei Demenzerkrankten im weit fortgeschrittenem Stadium

- den Erkrankten auf das Trinken vorbereiten, wir sprechen ihn an, zeigen ihm das Trinkgefäß und sagen ihm, was jetzt geschieht
- versuchen sie eine Bewegungsanbahnung, wenn dies nicht möglich ist, reichen sie das Getränk an
- achten sie darauf, das der Erkrankte aufrecht sitzt
- wenn sich der Erkrankte häufig verschluckt, besteht die Möglichkeit das Getränk anzudicken

- bevor das Getränk angereicht wird, stimulieren sie gegebenenfalls die Lippen
- der Schluckakt sollte genau beobachtet werden, erst wenn sicher ist, das die Flüssigkeit geschluckt ist, sollte man den nächsten Schluck anbieten
- sollte der Schluckreflex nicht von allein erfolgen, kann man durch zartes Massieren des Halses und durch langsame und deutliche Aufforderung zum Schlucken, den Schluckreflex auslösen
- wenn nur ganz winzige Schlucke genommen werden, auch ohne das eine Schluckstörung vorliegt, reichen sie zusätzlich Joghurt, Pudding oder Eis mit dem Löffel an

(Quelle: auszugsweise Altenpflege)