

Alzheimer beider Basel

SomPsyNet (30. Januar 2024)

lic. iur., Adv., Stephanie Donati, Geschäftsführerin

Alzheimer beider Basel: Form

- Rechtliche Form: **Verein** (seit 1989), nicht gewinnorientiert
- **Vorstand** mit 7 Mitgliedern, Präsident Carlo Conti, ehrenamtlich
- **Geschäftsstelle:**
 - Geschäftsführung: Steffi Donati
 - Fachberatung: Julia Grütter, Flurina Weisskopf
 - Fundraising und Kommunikation: Jasmine Gasser
 - Kursleiterinnen in verschiedenen Angeboten

Alzheimer beider Basel: Kursangebote

Kursangebote und finanzielle Grundlage

1. kostenlose Beratungen: Leistungsverträge BL und BS
2. Gedächtnistraining: Standard, Kreativ und Kreativ+,
Gesprächsgruppe für Erkrankte: Teilnahmegebühren,
finanzielle Zuwendungen, Kostenbeteiligung AlzCh

Alzheimer beider Basel: Kursangebote

3. Kurse für Angehörige (Angehörigenseminar, Angehörigengruppen): finanzielle Zuwendungen, Teilnahmegebühren, Kostenbeteiligung AlzCH
4. Alzheimerferienwoche (für demenzbetroffene Menschen und ihre Angehörigen)

Facts

- Prävalenz CH 2023: 153'000
- Prävalenz BS und BL ca. 10'000
- Pro Person mit Demenz sind bis zu 3 Angehörige mitbetroffen
- alle 16 Minuten 1 Neuerkrankung

Facts

- 66 Prozent der Menschen mit Demenz sind Frauen.
- Über 7800 Menschen, rund 5 Prozent aller Menschen mit Demenz, erkranken vor dem 65. Lebensjahr.
- Pro erkrankte Person sind eine bis drei Angehörige mitbetroffen.
- Demenz verursacht in der Schweiz heute geschätzte jährliche **Gesamtkosten** von 11,8 Milliarden Franken
- 5,5 Mrd. Franken (47 Prozent der Gesamtkosten) werden von den Angehörigen getragen.

Facts

- Dauer der Erkrankung im Mittel 8-10 Jahre
- Anteil der MmD, die zu Hause betreut werden liegt bei 60%.
- Angehörige meist (Ehe-)Partnerinnen und Töchter
- 66% der Angehörigen > 60 Jahre alt, 43% der Angehörigen > 70 Jahre alt

Facts

Angehörige → Risiko selbst zu erkranken:

- Ca.70% haben starke körperliche Beschwerden
- Depressionen, Traurigkeit, Angststörungen, Pessimismus, Reizbarkeit und Entschlussunfähigkeit, Aggressivität
- Einschränkung der Freizeit und persönlicher Freiräume
- Soziale Isolation
- Verlust von Kommunikationsfähigkeiten
- Desorientiertheit, fehlende Einsicht

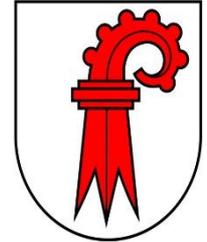
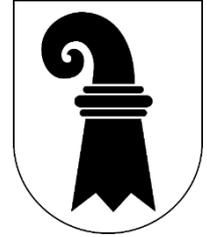
Kostenlose Beratung - wann?

- In jeder Situation entlang des Patientenpfads:
 - Bei Verhaltensveränderungen bzw. bei Verdacht
 - Kurz nach der Diagnosestellung
 - Wenn sich Alltagsprobleme bemerkbar machen (IADL & ADL)
 - Unterstützungssystem instabil wird
 - Wenn die Belastbarkeit der Angehörigen und des Erkrankten sehr strapaziert wird.

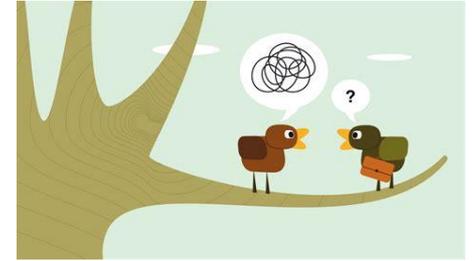


Kostenlose Beratung - für wen?

- Steht allen EinwohnerInnen von BS & BL zur Verfügung
- Demenzerkrankte
- Einzelne Angehörige & ganze Familien
- Freunde/ Nahestehende
- Fachpersonen (fallbezogen)



Kostenlose Beratung - wie?



- Telefon Mo-Fr offen / Anonymität möglich
- Mailkontakt via Website [beratung @alzbb.ch](mailto:beratung@alzbb.ch)
- Persönliches Beratungsgespräch auf der Geschäftsstelle
Im Westfeld 4 Pavillon oder
- KSBL Liestal/ KSBL Bruderholz MC/ Standorte der Versorgungsregionen BL
- Zugehende Beratung bei Klienten zu Hause

Beratung- wie arbeiten wir?



- Individuelles Assessment & Interventionen mit Hilfe eines Geno-Ökogramms
- Systemisch, ressourcen-, ziel-, und lösungsorientiert
- Prinzip der Freiwilligkeit
- Bereitschaft, sich helfen zu lassen ist ein Prozess
- Bewusste Wahrnehmung der neuen Rolle hilft, externe Unterstützung anzunehmen und zu organisieren

Beratung - was wollen wir erreichen?

Ziel:

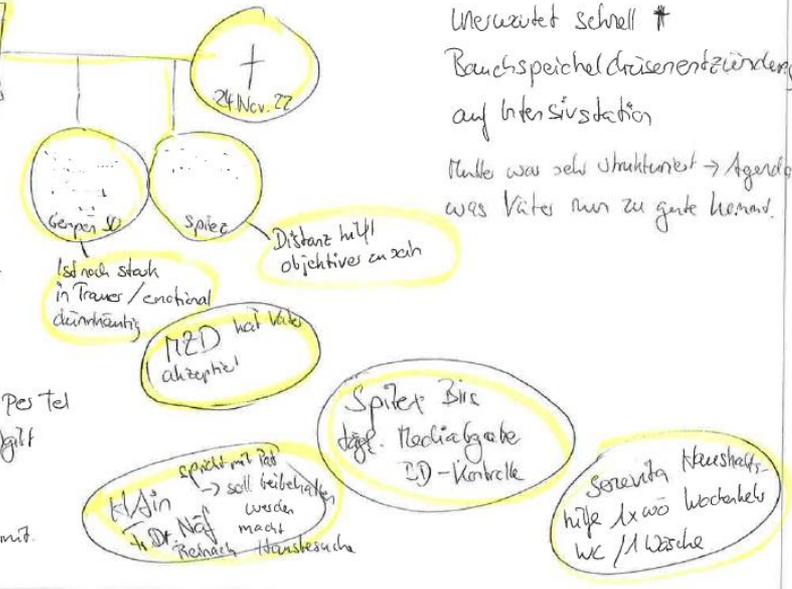
- «Wieder»-erlangung der Handlungsfähigkeit der Angehörigen, Stärkung durch:
- Wissensvermittlung zur Krankheit: Ursache/Auswirkungen
- Befähigung zur Einfühlsamen Kommunikation bei MmD.
- Bestmögliche Entlastung
- Selbstfürsorge



Wie geht es weiter:
Entlastungsmöglichkeiten für alle

... jenseits - ...
Könnte es mehr Schritte
Sprachfindung/Sicherung, aber erst
Vergesslichkeit was dauern kann
m.D.

- Vor 1 1/2 J. Sturz → Beckenbruch
mit Delir (Mutter war auch im Spital)
was sich alles wieder gut erholt hat!
- Nov. 22 Harnwegsinfekt + starken Delir
→ Antibiotika
- Vater redet gefühlsvoll über Verlust EHF
realistisch * es macht sich
Gedanken was auf ihn zu kommen.
- Wenn jemand da ist und ihm Impulse gibt
funktioniert Alltag
- Fragen wiederholt er, Einzelnes teilt er „offers“ mit.
- Kann heute wieder schreiben



Wurde schnell *
Bauchspeicheldrüsenentzündung
auf Intensivstation
Mutter was sehr strukturiert → Aggressiv
was Vater nun zu gute kommt.

Ressourcen/Was läuft gut? Stärken der Person/Familie

- Sorenta Casa → Betreuung
- Beide Töchter leben eher eheliche, offene Beziehung zu Vater
- Haben div. Zeit Tod des Mutter schon aufgelegt
- Nachbarn v. Doppelteinfamilienhaus sind gute Bekannte → in Unterstützung von Tagesshuttler einbauen
Hilfe in der Not (Sturz?)

Fokus/Ziel der heutigen Beratung, zB. mit der Frage nach der einen Frage (Wright & Leahy, 3. Auflage S. 268)

Tagesshuttler in Trauer + Vergesslichkeit

- Tagesshuttler als Möglichkeit für langweilige Nachmittage zu kompensieren
- Rolle Tochter → 1. Priorität i Beziehung zu Vater pflegen
- Versorgungsantrag verhandeln (Hausverkauf wird unterstützt)

Ergebnis/Aktivitäten/nächste Schritte & wie verbleiben wir?

- Lieblings-Restaurant für Mittagessen anfragen für regelmäßige Tage und Anruf bei nicht Erscheinen. → gibt mehr Tagesshuttler + Kontakte
- Abends private Spiez: zum Einahme v. Essen (ev. rufen, ev. Einkäufen)

Fallbeispiel: Inhalt Beratung

- Wissensvermittlung zur Krankheit, Verhaltensweisen & Deutung → einfühlsame Kommunikation
- Sensibilisierung für die veränderte Rolle
- Selbstfürsorge & Lastenverteilung → Ziel: v.a. Tochter vor Ort entlasten
- Ethische Aspekte Sicherheit vs. Autonomie (Traker)
- Advance Care Planning

Angebote für Angehörige



Angehörigenseminar: 10 Treffen à 2 Std.

- Fachwissen Demenz steht im Vordergrund
- persönlicher Austausch vertieft erworbenes Wissen
- Zeitdauer bewirkt Prozess mit eigener Situation
- Erhöht Gesundheitserhalt der Angehörigen →
Evidenzbasiert erforscht



Angehörigenseminar:

3 Themen: Krankheit

- Demenzerkrankung –Einführung ins Thema
- Auswirkungen der Demenz
- Das subjektive Krankheitserleben der Betroffenen

• 3 Themen: Umgang mit Erkranktem

- Einfühlsame Kommunikation
- Den Alltag erleben
- Krisen bewältigen

Angehörigenseminar:

4 Themen: Angehörige



- Die Belastungssituation der Angehörigen
- Veränderung unserer Beziehungen –
Veränderungen meiner Rolle
- Bewältigung von psychischem Druck-
Was tun um nicht auszubrennen?
- Angenehme Aktivitäten

Angebote für Angehörige



Angehörigengruppe: 1 Treffen im Monat

- Geleiteter Austausch mit Gleichbetroffenen.
- Angehörige bieten einander ein stützendes Netz.
- Bei Bedarf werden externe Referenten beigezogen.
- 6 Standorte in BS & BL

Angebote für Angehörige

Ferienwoche in Interlaken:

Mensch mit Demenz und 1 Angehörige Person können erholsame und unbeschwerte Tage geniessen.
Eine Begleitperson pro Feriengast mit Demenz.
Gesunde Person hat freien Tag zur Verfügung.



Angebote für Erkrankte



Denk-Tour/ Gedächtnistraining 8 x 1,5 h

- Gehen bewirkt 20% höhere, geistige Leistungsfähigkeit als im Sitzen
- Gedächtnistraining im Freien verbindet lockeres Spazieren mit vielen Sinnesübungen. Sehen, Hören, Riechen, Tasten, Schmecken und Balancieren.
- Die Aufgaben machen Spass & gute Laune, trainieren die wichtigsten Gehirnregionen, fördern Konzentration, Langzeitgedächtnis, Wahrnehmung und bieten gleichzeitig eine gute **Sturzprophylaxe**.
- → **Nächster Start 6. April 2024**

Angebote für Erkrankte

Gedächtnistraining:



Standart: Aktivierung und Erhalt geistiger Fähigkeiten 1 Std.

Plus:inkl. Sinnes- und Wahrnehmungsübungen 2½ Std.

Kreativ:....inkl. künstlerisch-kreatives Gestalten 2½ Std.
→ nächste Bilderausstellung 9. Februar 2023
Warteck Atelier inkl. Apéro

Stärken von Alzheimer beider Basel

- Erste Adresse und Anlaufstelle für Betroffene, Angehörige und Fachleute für Fragen der Demenz und Alzheimer
- Hohe Fachkompetenz und viel Erfahrung im Bereich Demenz und Alzheimer
- Leben den Grundsatz «ambulant vor stationär»
- Gute lokale Anbindung an UAFP und an die Memory Clinic und eine gute Zusammenarbeit
- Gute Zusammenarbeit mit regionalen Stakeholdern

Herausforderungen

- Dem Zielpublikum von Alzbb weiterhin entsprechende, auf seine Bedürfnisse angepasste Angebote bieten
- Finanzielle Grundlage sichern, damit die Angebote weiterhin niederschwellig und kostengünstig angeboten werden können
- Alzbb als das «Kompetenzzentrum» für Demenz und Alzheimer positionieren

Take home messages

- Schleichender Charakter der Erkrankung erschwert das Erkennen des eigenen Unterstützungsbedarfs
- → Hemmschwelle sich beraten zu lassen ist hoch
→ «Arztrolle» kann dem wirkungsvoll entgegen wirken
- Kostenlose Beratung & beratende Begleitung entlang des gesamten Patientenpfads ist möglich

Take home messages

- Die Anlaufstelle zu allen Themen der Demenz entlang des Patientenpfads vor und nach der Diagnose,
- wir hören zu, klären auf, beraten, begleiten, trainieren und suchen gemeinsame individuelle Lösungen,
- mit dem Ziel alle Betroffenen und Mitbetroffenen in ihrer Situation zu stärken damit sie ihre aktuellen Herausforderungen bewältigen können.

