

Inhalt

Zum Inhalt des Buches	8
Widmung	II
Einleitung	13

MIT DEMENZ LEBEN

Ich bin verwirrt

17

Meine Veränderung	17		Meine Verunsicherung wächst	20
Angst vor der Diagnose	21		Auch mit der Diagnose bin ich, wer ich war	24
Welche Art von Erkrankung habe ich?	26			
Recht auf Wissen und Unwissen	31		Ich habe ein Leben hinter mir und auch eines vor mir	35
Ich habe gelebt, ich habe eine Biografie	36		Vergesst bitte nicht meinen Charakter	38
Ich dementiere, ich habe nicht Demenz	39		Ich bin ein Mensch und keine Krankheit	40
Wie kann ich meine Erkrankung entschleunigen?	41		Niemand kennt meine Veränderung so wie ich	43
Ich habe Angst	44		Verwirrt mich nicht in meiner Verwirrung	45
Liebe Freunde, lasst mich nicht allein	47		Meine Aggression richtet sich nicht gegen dich	49
Vergiss mich nicht, wenn ich mich selbst vergesse	50			
Ich brauche Liebe, auch wenn ich sie euch nicht zeigen kann	51			

Ich betreue und pflege ein Mitglied meiner Familie

54

Die ersten Vorboten der Demenz	54		Das Drängen auf den Arztbesuch	55
Demenz in meiner Familie – was bedeu- tet das für mich?	56		Warum pflege ich?	57
Niemand kennt meine Mutter, meinen Vater, meinen Mann, meine Frau so gut wie ich	60		Wie lerne ich Akzeptanz?	60
Der Stellenwert des Vertrauens	62		Was kann ich tun, um den Prozess zu verlangsamen?	63
Wie kann ich aufmerksam sein, ohne Aufmerksamkeit zu bekommen?	64		Warum sind die meisten pflegenden Angehörigen Frauen?	65
Welchen Wert hat Freundschaft?	66		Wie soll ich das aushalten?	68
Wo bleibe ich, wo bleibt mein Leben?	69		Wie pflege und betreue ich richtig?	71
Die körperliche Gesundheit	74		Versage ich, wenn ich mir helfen lasse?	75
Welche Hilfen gibt es?	76			

Ich habe finanzielle Probleme 77 | Was ist für uns das Beste? 78
Darf ich loslassen? 78 | Ich trage Liebe in mir 79 | Ich habe
Aggressionen 79 | Kann Tagesbetreuung eine Entlastung
sein? 80 | Wann ist stationäre Betreuung eine gute Alternative
zur häuslichen Pflege? 81

Konkrete Hilfen

Objektive und subjektive Belastung durch Pflege 83
Der Pflegekompass 85 | Die Ecomap 89 | Validation 92

Dementierende Menschen, pflegende Angehörige und wir

Zur Lage der pflegenden Angehörigen 94 | Pflegende Angehörige
erleben ihre Aufgaben als persönlich und sozial einschränkend 95
Die große Belastung der permanenten Verfügbarkeit 96
Pflegebedürftigkeit als gesellschaftlich zu lösendes Risiko 97
Verhindern wir, dass Pflege weiblich bleibt 97 | Wie kann
Pflege auch als männliche Aufgabe erkannt werden? 101
Der Ausbau von maßgeschneiderten und bedürfnisorientierten
Pflegeleistungen 103 | Bundesweit einheitliche Standards und
Regelungen für die Pflege 105 | Zur Vereinbarkeit von Berufs-
tätigkeit und Pflege 106 | Pflege muss finanziell abgesichert
werden 106 | Pflegefreundliche Unternehmen 107

DIE PORTRÄTS

Mathilde und Helmut 113
Isolde und Alois 133
Jean-Jacques und Sandrine 149
Gottfried und Renate 161
Hannah erzählt von ihrer Mutter Laura 175
Waltraud und Ernst 189
Valerie und Sophia 205
Wolfgang und Hildegard 219
Thomas Holzer 231
Respekt 249

SERVICETEIL

Prävention und Abklärung	252
Informationen zur Pflege	256
Informationen zu finanziellen und rechtlichen Fragen	262
Was bietet professionelle Pflege?	269
Das Pflegeangebot der Volkshilfe	272
Kontaktadressen der Volkshilfe	278
Glossar	280
Empfehlungen	282
Bezugsquellen	283
Danksagung	287