utofahren und Demenz – geht das?

Das Auto gewährleistet in hohem Maße Mobilität, Flexibilität und Unabhängigkeit im Alltag. Ein Leben ohne Auto ist für viele Menschen unvorstellbar. Als Autofahrer fühlen wir uns ungebunden, frei und aktiv. In den ländlichen Regionen ist das Autofahren oftmals erforderlich, um überhaupt am Alltag und am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können

Ohne Auto meinen wir "zu Hause festzusitzen" oder "auf Fremde angewiesen" zu sein.

Personen, die beruflich viel mit dem Auto unterwegs waren oder deren Arbeitsplatz hinter dem Steuer war, büßen, wenn Ihnen die Möglichkeit genommen wird Auto zu fahren, einen Teil ihrer Identität ein. Dies ist eine schmerzvolle Erfahrung. Deshalb sollten wir Verständnis haben, wenn vom Erkrankten eine nachlassende Fahrtüchtigkeit vehement verleugnet wird.

Mit dem Auto im Straßenverkehr unterwegs zu sein heißt, immer wieder mit unerwarteten bzw. plötzlich auftretenden Situationen konfrontiert zu werden, in welchen dann im entscheidenden Moment richtig und schnell reagiert werden muss.

Menschen mit demenziellen Erkrankungen erfüllen oft schon im Frühstadium nicht mehr die Voraussetzungen Auto fahren zu können.

Sie sind nicht mehr in der Lage, ihr Fahrverhalten an Verkehrsänderungen und an plötzlich auftretende Krisensituationen im Straßenverkehr anzupassen.

Da Demenzerkrankungen im Allgemeinen langsam und schleichend fortschreiten, ist es nicht leicht den Zeitpunkt zu finden, von dem an das Autofahren nicht mehr gefahrlos möglich ist.

Die Aufmerksamkeit, die Konzentration und das Reaktionsvermögen lassen im Laufe der Erkrankung nach.

Es kommt zum Nichtbeachten der allgemeinen Verkehrsregeln. Ampeln, Umleitungen, Einbahnstraßen, Kreisverkehr oder auch Bahnübergänge führen zu Verunsicherungen.

Erkrankungen und Befindlichkeiten, die das Autofahren zusätzlich erschweren:

- Diabetes und seine Folgeschäden
- mangelndes Seh- oder Hörvermögen
- Nachtblindheit
- neurologische Erkrankungen (Schlaganfall, Parkinson)
- chronische Schmerzen
- Neben- oder Wechselwirkungen von Medikamenten
 (Einschränkung der Fahrtüchtigkeit durch Müdigkeit, Benommenheit)
- Abnahme der Beweglichkeit (Schulterblick) und des Reaktionsvermögens

Wie Sie sehen, können neben einer Demenz ganz verschiedene andere Erkrankungen es ebenso erforderlich machen, das Autofahren einzuschränken oder aufzugeben.

Häufig führt eine zunehmende Unsicherheit der Erkrankten dazu, dass sie das Autofahren von sich aus reduzieren oder nur kurze und vertraute

Oft wollen Menschen mit Demenz gar nicht mehr Autofahren und geben an, dass sie müde sind, sich nicht wohlfühlen und deshalb "heute" nicht mit dem Auto unterwegs sein möchten.

Haben Sie für solche Argumente Verständnis und bedrängen Sie die Betroffenen nicht, sich hinters Steuer zu setzen.

Hinweise auf mangelnde Fahrtüchtigkeit

Es gibt verschiedene Hinweise und Anzeichen, die darauf hindeuten, dass die Fahrtüchtigkeit eingeschränkt bzw. nicht mehr gegeben ist:

- sehr langsames Fahren

Strecken fahren möchten.

- Unsicherheit beim Rückwärtsfahren, Zögern, Unentschlossenheit, Anspannung während der Fahrt
- Schwierigkeiten mehreren Aufgaben beim Fahren zugleich gerecht zu werden
- Verkehrsschilder werden nicht wahrgenommen oder falsch interpretiert
- Sich-Verfahren auf vertrauten Strecken

- Ratlosigkeit und Desorientiertheit während der Fahrt, besonders an Kreuzungspunkten, Ampeln und im Kreisverkehr
- fahrtechnische Schwierigkeiten ("Verwechseln" von Gas und Bremse!)
- Häufung von Blechschäden oder von "Beinahe-Unfällen"
- deutliche Überforderung in komplexen Verkehrssituationen

Erste gemeinsame Schritte könnten sein, Fahrten auf weniger anstrengende und auf kurze Strecken zu reduzieren. Des weiteren sollten Fahrten im Dunkeln, bei schlechten Witterungsverhältnissen sowie auf unbekannten Strecken vermieden werden.

Wurde der richtige Zeitpunkt auf das Autofahren zu verzichten verpasst, kommt es häufig zu familiären Auseinandersetzungen, weil der Erkrankte selbst sich durchaus noch für fahrtüchtig hält.

Wenn alle Bitten und Argumente nichts nützen, können Angehörige auch zu Mitteln greifen, die das Autofahren verhindern, indem sie den Zugang zum Fahrzeug erschweren.

"Ausweich- und Ablenkungsmanöver"

Folgende Möglichkeiten können helfen, Situationen zu entschärfen und Konfrontationen zu vermeiden:

- das Auto außer Sichtweite parken
- den Autoschlüssel wegschließen oder durch einen ähnlichen "Autoschlüssel" ersetzen
- erklären, das Auto sei defekt und müsse zur Reparatur oder der TÜV sei abgelaufen
- das Auto an geliebte Angehörige (Enkelkinder) verleihen (manchmal hilft dem Erkrankten das Gefühl, jemandem Nahestehenden einen Gefallen tun zu können)
- das Auto fahruntüchtig machen (die Batterie abklemmen oder die Zündung blockieren)

Es geht nicht darum, den Erkrankten zu belügen oder bewusst zu täuschen, sondern Ziel ist es, das Interesse am Autofahren allmählich abzubauen.

Es ist nicht leicht, eine Lösung zu finden, die es dem Demenzkranken und den Angehörigen erlaubt, das Gesicht zu wahren. Jeder Mensch ist einzigartig – auch in der Erkrankung! Deshalb können wir hier nur Anregungen und Impulse geben, um eine individuelle Lösung zu finden.

Wichtig ist es, frühzeitig nach Alternativen und plausiblen Erklärungen zu suchen, um das Fahren mit dem eigenen Auto entbehrlich zu machen:

- gemeinsam öffentliche Verkehrsmittel nutzen, Fahrgemeinschaften mit Freunden oder Nachbarn bilden (man wolle Sprit sparen und die hohen Unterhaltskosten für das Auto reduzieren)
- mit dem Taxi fahren (dadurch entfallen Parkplatzprobleme)
- fußläufige Einkaufsmöglichkeiten nutzen
- Lieferdienste in Anspruch nehmen, z.B. Getränkeservice
- gemeinsames Einkaufen (fungieren Sie als Chauffeur) und legen Sie hierfür bestimmte Tage fest (dies schafft Sicherheit und begünstigt eine geregelte Tagesstruktur)
- sich selbst hinters Steuer setzen (mangelnde Fahrpraxis als Begründung nennen, der Erkrankte soll "Co-Pilot" sein)

Zusammenfassende Schlussbetrachtung

Auf den ersten Blick mag es scheinen, dass der Erkrankte das Autofahren noch sicher beherrscht. Aber wie wird er in einer plötzlichen Krisensituation reagieren?

Überforderte und desorientierte Autofahrer sind eine erhebliche Gefahr für sich und andere Menschen. Diese Tatsache sollte nicht nur dem Demenzkranken bewusst sein – solange er dies noch verstehen kann –, sondern auch der Person, die für den Erkrankten die Verantwortung trägt.

Wir empfehlen frühzeitig über das Thema "Autofahren" zu sprechen und gemeinsam nach individuellen und umsetzbaren Alternativen zu suchen. Wichtig ist, den Erkrankten beizeiten langsam und geduldig an ein Leben als Beifahrer zu gewöhnen.

Wir sollten rechtzeitig als Ehepartner oder Angehörige die eigene Scheu überwinden, mutig sein, Verantwortung übernehmen und unangenehme Wahrheiten und Situationen thematisieren – auch wenn es für die Angehörigen schmerzlich ist, die Verschlechterung der Erkrankung und die damit verbundenen Veränderungen miterleben und ansprechen zu müssen.

Hilfreich kann es sein, im Rahmen einer ärztlichen Behandlung das Thema Autofahren zur Sprache zu bringen. Aufgrund der Kompetenz des Arztes werden Ratschläge oftmals eher angenommen und umgesetzt.

Die richtige und individuelle Lösung kann allerdings in der letzten Konsequenz nur gemeinsam mit allen Beteiligten gesucht und gefunden werden.

Unterstützung und Rat bieten Ihnen die Alzheimer Gesellschaften.

Alzheimer Gesellschaft Aschaffenburg e.V. Selbsthilfe Demenz www.alzheimer-aschaffenburg.de Telefon 06021 7713177

Spendenkonto: DE80 7955 0000 0012 0750 73