



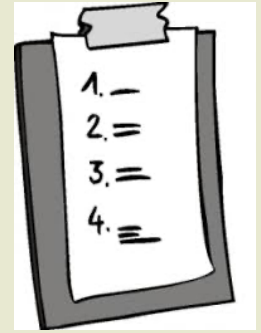
**Alzheimer Gesellschaft
Aschaffenburg e.V.
Selbsthilfe Demenz
www.alzheimer-aschaffenburg.de**

Tipps zur Wohnraumgestaltung

kleiner Leitfaden

**Friederike Platzek
1. Vorsitzende**

Oberste Grundregel:



- **Achten Sie auf eine übersichtliche und einfache Einrichtung der Wohnung**
Viele Sinneseindrücke überfordern den Betroffenen und erschweren die Orientierung im Raum

- **Möbel und Wohngegenstände auf ein Minimum reduzieren**
So findet der Erkrankte schneller Dinge, die er sucht und er fühlt sich weniger hilflos



Was Sie vermeiden sollten

Reizüberflutung durch:

- **Aufregende Mustertapeten**
(können optische Illusionen verursachen)
- **Wechselnde Bodenstrukturen**
- **Reflektierende Böden und Möbel**
(spiegelnde Effekte können verunsichern und Ängste verstärken)



Tipps zur Wohnraumsicherung:



- **Stolperfallen wie Teppiche, Elektrokabel, Telefonschnüre unbedingt beseitigen**
- **Stets für eine helle Beleuchtung sorgen (Bewegungsmelder)**
- **Treppen sind besondere Gefahrenzonen:
Geländer sollen nicht wackeln
Rutschfeste Treppenbeläge anbringen**



- Feuerzeuge, Steichhölzer und Kerzen stellen ebenfalls eine Gefahrenquelle dar
- Ein eingeschalteter Herd ist eine große Brandgefahr
 - ggfs. Sicherung herausnehmen
 - automatische Abschaltungsvorrichtung einbauen



- Giftige und ätzende Flüssigkeiten gut verwahren, um eine Verwechslung mit Lebensmitteln zu vermeiden (Putzmittel, Blumendünger)
- Medikamente ebenfalls gut verwahren !



- Giftige Pflanzen möglichst entfernen
(Goldregen, blauer Eisenhut, Oleander, Eibe)
- Autoschlüssel unzugänglich aufbewahren, damit der Erkrankte nicht in die Versuchung kommt, das Auto zu nutzen
- Betroffene sollten immer passendes und sicheres Schuhwerk tragen



Unfälle vermeiden



- Sichern Sie den Küchenherd durch automatische Sicherungssysteme, Abschaltautomatik, Zeitschaltuhren
- Reduzieren Sie die technische Ausstattung in der Küche
- Positionieren Sie Gebrauchsgegenstände gut sichtbar und erreichbar
- Gefährliche Elektrogeräte (Bügeleisen) außer Sichtweite aufbewahren





- **Verdecken Sie Steckdosen durch Kindersicherungen**
- Türschwellen einebnen oder auffällig kennzeichnen
- Türketten sollten über einen Schlüssel von außen zu öffnen sein, damit sich der Erkrankte nicht einschließen kann
- An den Eingangstüren Doppelzylinder anbringen



Irrgänge vermeiden

So können Sie verhindern, dass der Erkrankte unbemerkt das Haus verlässt:

- Anbringen von Klangspielen an der Haustür
- Verwenden einer Fußmatte mit Signalgeber

Wenn der Erkrankte trotzdem das Haus verlässt:

- Informieren Sie die Nachbarn über die Erkrankung
- Halten Sie aktuelle Fotos von ihrem Angehörigen bereit (für die Polizei)
- Achten Sie darauf, dass der Erkrankte Ihre Telefonnummer bei sich führt (z.B. Halskette)



Das Badezimmer



- Anbringen von Füllstandsmeldern in Dusche, Badewanne und Waschbecken, um das Überlaufen von Wasser zu verhindern
- Markieren Sie die Heißwasserhähne und stellen Sie die Temperatur niedriger ein
- Die Tür sollte nach Außen zu öffnen sein (Türschlüssel entfernen)
- Toilettensitzerhöhung und Haltegriffe anbringen
- Toilettendeckel- und Brille farbig hervorheben
- Stellen Sie keinen Abfalleimer ins Bad (könnte mit Toilette verwechselt werden)





Menschen mit Demenz haben im Verlauf ihrer Erkrankung immer mehr Schwierigkeiten, sich in ihrer Wohnung zurechtzufinden.

Praktische Orientierungshilfe:

- **Aufkleber mit gut verständlichen Symbolen für die entsprechenden Räume**



Zeitliche Orientierung:

- Kalender mit großen Zahlen und ausgeschriebenenem Monat

- Uhren mit großen Ziffern



- Telefon mit Bildtasten

Kontakt kann ohne Eingabe von Ziffern hergestellt werden

Ziel ist es, dem Erkrankten Sicherheit und Orientierung in den eigene vier Wänden zu geben



Fazit:



- **Selbständigkeit erhalten**
- **Umzug vermeiden bzw. hinauszögern**
- **Gewohnheiten beibehalten**
- **Gefahrenquellen beseitigen**
- **Lebensqualität erhalten**

