



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz



Ich will nach Hause – vom Hin- und Weglaufen

Eine Hilfestellung für Angehörige

.....	
Weg. Einfach weg...!	Seite 3
.....	
Motivationen und Ziele	
Da will ich hin!	Seite 5
.....	
Vorbote Rastlosigkeit	
Wachsende Unruhe erkennen	Seite 7
.....	
Prävention	
»Ausflüge« verringern und absichern	Seite 8
.....	
Ortungsgeräte	
Technische Hilfen mit Fragezeichen	Seite 11
So funktionieren sie	Seite 12
Gratwanderung zwischen Selbstbestimmung und Fürsorge	Seite 14
.....	
Erste Hilfen	
Was tun, wenn's doch passiert ist?	Seite 17
.....	
Die weiteren Schritte	
So gehen Sie bei der Suche systematisch vor	Seite 18
.....	
Personenbeschreibung (zum Abtrennen)	Klappseite hinten
.....	

Diese Broschüre will zum Nachdenken anregen und Hintergründe sowie konkrete Hilfen aufzeigen. Sie wurde erarbeitet von der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg | Selbsthilfe Demenz. Für Unterstützung im Vorfeld danken wir Demenzexperten aus Stuttgart, den Landkreisen Esslingen, Ludwigsburg und Rems-Murr sowie dem Landes-seniorenrat Baden-Württemberg und der Polizei des Landes Baden-Württemberg.

Weg. Einfach weg...!

Die Aufregung ist groß, wenn Menschen mit Demenz allein und orientierungslos unterwegs sind. Wo wollen sie hin? Was könnte ihnen zustoßen? Wie finden sie wieder nach Hause? Nicht nur die Angehörigen geraten in Aufruhr, sondern oft auch die ganze Umgebung. Nicht selten muss sich auch die Polizei – mit hohem Aufwand – an der Suche beteiligen.

Aber ab wann muss man sich Sorgen machen, was muss man unternehmen, wie hätte das »Weglaufen« vielleicht verhindert werden können? Fragen über Fragen, auf die man sich am besten rechtzeitig einstellen sollte.



Anna F. hat Hunger. Angetrieben von diesem Grundbedürfnis, das sie weder formulieren noch zuordnen kann, läuft sie durch ihre Wohnung, öffnet Schränke, räumt Schubladen aus. Als sie ein Foto findet, hält sie inne. »Mein Herbert.

Ich weiß noch genau, wie wir uns zum ersten Mal begegnet sind...« So sitzt sie eine

*Weile in Gedanken versunken, bis sie eine Frage nicht mehr loslässt:
»Wo ist er nur?«*

Anna F. hat vergessen, dass ihr Ehemann vor sechs Jahren gestorben ist.

»Herbert? Herbert? Wo bist du?«

Anna F. läuft in jedes Zimmer.

»Ich muss ihn suchen. Vielleicht ist ihm etwas passiert!«

Sie verspürt Sorge und Angst und verlässt schließlich fast panisch die Wohnung – ohne Schlüssel, ohne Jacke, ohne Geldbeutel...



Motivationen und Ziele

Da will ich hin!

Menschen mit fortgeschrittener Demenz können unruhig, innerlich angespannt und getrieben sein und einen ausgeprägten Bewegungsdrang entwickeln. Die Ursachen dafür sind sehr verschieden, so kann zum Beispiel eine Unruhe schlicht aus Hunger oder Durst erwachsen, sich steigern und zum »Weglaufen« führen.



Motivationen und Ziele

Auch ohne erkennbaren Grund können Ängste, Unruhe und Getriebenheit auftreten. Der demenzkranke Mensch verlässt die Wohnung meist aus einem bestimmten Motiv oder mit einem Ziel. Deshalb spricht man oft auch nicht mehr vom *Weglaufen*, sondern vom *Hinlaufen*.

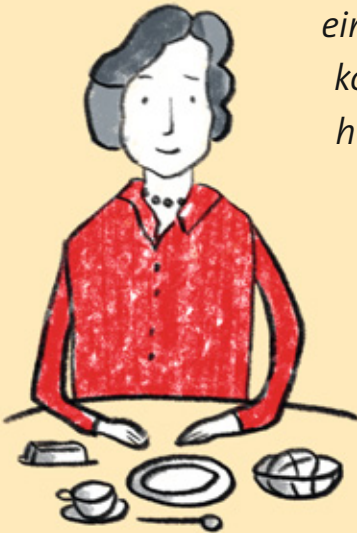
Häufige Beweggründe sind das Bedürfnis nach Gesellschaft, die Sehnsucht nach einem vertrauten Ort der Vergangenheit, der Sicherheit und Geborgenheit bedeutet (»Ich will nach Hause«), die Suche nach oder die Sorge um geliebte Menschen aus früheren Zeiten (Partner, Kinder, Eltern) oder das Gefühl einer Verpflichtung (»Ich muss zur Arbeit!«, »Die Kinder sind doch allein zu Hause!«).

Mögliche Ursachen für innere Unruhe, Angst und Getriebenheit

- Hunger und Durst
- Schmerzen
- Orientierungslosigkeit (»Wo bin ich hier?«)
- Harndrang
- Blähungen/Verstopfung
- Langeweile
- Gefühl des Alleinseins
- Sinnestäuschungen (zum Beispiel durch Verknennung von Schatten)
- zu wenig Bewegung
- ...

Anna F. kann nicht mehr sagen, dass sie Hunger hat und deswegen unruhig wird. Ihre Rastlosigkeit beginnt gegen 10 Uhr, und um die Mittagszeit verlässt sie häufig in Eile ihre Wohnung. Schon oft hat sie den Weg zurück nicht mehr gefunden. Als ihre Tochter merkt, dass der Kühlschrank unberührt bleibt und die Mutter sich selbst nichts mehr zu essen richtet, Hunger also

ein Grund für die Unruhe sein könnte, beauftragt sie einen häuslichen Betreuungsdienst.



Täglich um 9.30 Uhr klingelt es nun an der Tür und gemeinsam mit Anna F. deckt Betreuerin Ingrid den Frühstückstisch. Vom anschließenden Spaziergang bringen die beiden Leckerer zum Mittagessen mit, und wenn

Ingrid geht, steht eine Kanne Tee auf dem Tisch. Anna F. lässt sich das Mittagessen schmecken. Zufrieden mit sich, macht sie anschließend ein Nickerchen.

Vorbote Rastlosigkeit

Wachsende Unruhe erkennen

Beobachtung heißt das Schlüsselwort bei der Suche nach den Gründen für eine wachsende Unruhe: In welchen Situationen tritt die Unruhe besonders auf? Wie unterscheiden sich diese Situationen voneinander? Was ist anders, wenn kein Bewegungsdrang zu beobachten ist?

Kennt man die Ursache(n), kann man versuchen, diese Auslöser für Bewegungsdrang und Unruhe zu vermeiden.

Lässt sich die Ursache trotz genauer Beobachtung nicht herausfinden, tritt die Unruhe aber vor allem zu bestimmten Tageszeiten auf, dann sollten diese bewusst gestaltet werden: Aktivität und Beschäftigung lenken ab und bieten Menschen mit Demenz Struktur, Orientierung und Sicherheit. Und das wiederum reduziert die innere Unruhe.

Das kann helfen, Unruhe und Bewegungsdrang zu mindern

- Grundbedürfnisse erfüllen – dazu gehört auch Zuwendung!
- Essen und Trinken bereitstellen
- Schmerzen ausschließen
- körperliche Aktivitäten anbieten, zum Beispiel Spaziergänge, Tanzen, Gymnastik, Schwimmen
- den Tagesablauf regeln
- in Haushaltstätigkeiten einbeziehen
- Beschäftigung in Gemeinschaft ermöglichen
- regelmäßige Toilettengänge sicherstellen

Prävention

»Ausflüge« verringern und absichern

Angehörige leben oft in der Sorge, dass ihr Angehöriger unbemerkt die Wohnung verlässt. Eine einfache Hilfe sind hier optische und akustische Mittel und technische Geräte, die anzeigen, dass die Wohnungstür geöffnet wird.

Die Ausgangstür »unsichtbar« machen

Oft genügt es schon, die Ausgangstür *unsichtbar* zu machen. Außentüren sollten möglichst farbneutral (kein Kontrast zur Wandfarbe) und wenig beleuchtet sein. Es kann auch helfen, die Wohnungstür hinter einem Vorhang zu verbergen bzw. wie ein Fenster halb abzuhängen.

Türen zu Wohnräumen, Küche und Bad sollten hingegen möglichst hell beleuchtet sein und durch Farbkontraste ins Auge fallen. Kontraste haben eine Signalwirkung, werden besonders gut wahrgenommen und animieren zur Nutzung.





Akustische Warnungen

Eine leicht umsetzbare Idee sind Windspiele oder eine Glocke, die melden, wenn die Tür geöffnet wird.

Aufwändiger und vielseitiger sind technische Hilfen, die auch eine Warnung an ein entferntes Empfangsgerät senden können, zum Beispiel:

- eine Klingelmatte/Alarmtrittmatte (alternativ Katzenmatte aus dem Zoo-Fachhandel)
- ein Tür-Überwachungssystem, ggf. mit Bewegungssensoren und der Möglichkeit, Botschaften aufzusprechen, die beim Versuch, die Türe zu öffnen, wiedergegeben werden
- ein Magnetkontakt, der beim Öffnen der Tür einen Funkalarm an einen tragbaren Empfänger sendet

*Das kann helfen,
nicht »verlorenzugehen«*



- ein Zettel mit Name, Anschrift und Kontakttelefonnummer in der Kleidung oder in einem SOS-Kettchen (Apotheke), eine entsprechende Gravur in einem Ketten- oder Armbandanhänger
Wer auf desorientierte Menschen trifft, ist froh, eine Kontaktinformation zu finden. Auch Polizei oder Rettungsdienst werden gezielt danach suchen.
- die Nachbarschaft und mögliche Ziele wie Bäckerei, Apotheke oder ein Café in der Nähe über die Demenzerkrankung informieren und um einen Anruf bitten, wenn der Betroffene allein unterwegs ist; Kontaktdaten hinterlegen!
- die Anschaffung eines Ortungsgerätes prüfen (siehe nächstes Kapitel)

Anna F. verlässt auch weiterhin gelegentlich am Nachmittag ihre Wohnung. Ihre Tochter hat mit den Nachbarn, dem Friseur und den Verkäuferinnen im Supermarkt über die Alzheimer Erkrankung ihrer Mutter gesprochen und ihnen erklärt, dass die Mutter den Weg zu ihrer Wohnung nicht mehr findet. Sie hat alle um Unterstützung und Umsicht gebeten und ihre Telefonnummer hinterlegt.



Anna F. bemerkt selbst nicht, dass sie jetzt immer jemanden »trifft«, wenn sie draußen Erledigungen macht. Aber sie freut sich jedes

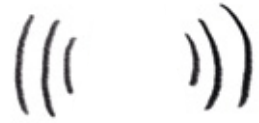
Mal. »Hallo Mutter, wie schön, dass wir uns hier beim Einkaufen treffen.

Nimmst Du mich noch mit zu Dir auf eine Tasse Tee?« sagt die Tochter liebevoll zu Anna F., als sie sie nach einem Anruf aus dem Supermarkt dort abholt.



Ortungsgeräte

Technische Hilfen mit Fragezeichen



Menschen mit Demenz, die noch mobil sind, wollen und sollen so lange wie möglich selbstständig unterwegs sein. Was aber tun, wenn sie nach einem Spaziergang oder Einkauf den Weg nach Hause nicht mehr finden und in eine hilflose Lage geraten?

Nicht immer steht eine Begleitung zur Verfügung, oder sie wird von den Betroffenen als Zumutung abgelehnt.

Ortungsgeräte sind unter bestimmten Voraussetzungen hilfreich, damit Menschen mit Demenz ihre Wohnung selbstständig verlassen können und trotzdem nicht »verlorengehen«. Sie können für eine Weile die Selbstbestimmung erhalten.

Angehörige sollten dieser vielleicht unvertrauten technischen Unterstützung offen begegnen und prüfen, ob Ortungsgeräte in ihrer persönlichen Situation eine Hilfe sein könnten.

Ortungsgeräte sind geeignet...

- für Menschen mit beginnender Demenz, die nicht mehr orientierungssicher sind
- für Menschen mit fortgeschrittener Demenz, die bei völliger Orientierungslosigkeit so ggf. leichter aufzufinden sind
- für Angehörige, die ein Smartphone/einen PC besitzen und gewohnt sind damit umzugehen
- wenn die technische Wartung (zum Beispiel Laden des Akkus) gewährleistet ist
- wenn die Rufbereitschaft einer Betreuungsperson gewährleistet ist
- wenn der Betroffene das Tragen/Mitnehmen eines Gerätes akzeptiert
- wenn es möglich ist, die Anschaffungskosten und ggf. die Folgekosten zu tragen

Ortungsgeräte

So funktionieren sie



Die meisten handelsüblichen Ortungssysteme funktionieren mit einem *GPS-Gerät (Tracker)*, der Satellitenfunksignale empfängt. Anhand dieser Signale kann die Position bis auf einen Meter genau bestimmt werden.

Die Positionsdaten werden über das Mobilfunknetz an ein anderes Empfangsgerät, zum Beispiel ein Smartphone, übermittelt. Um die geortete Position dann direkt in einer Karte anzuzeigen, stellen die Anbieter von Ortungsgeräten eine App, ein PC-Programm oder eine Online-Plattform zur Verfügung,

Bei den meisten Geräten lässt sich einstellen, ob eine Ortung nur nach eigener Abfrage oder in regelmäßigen Zeitabständen (alle 2 bis 3 Minuten) automatisch erfolgt. Die automatische Ortung hat den Vorteil, dass man die letzte Position mit Uhrzeit in einer Karte sehen kann, bevor der Betroffene etwa in ein Funkloch geraten ist oder ein Gebäude betreten hat, das die Signale abschirmt.

Der Nachteil einer automatischen, regelmäßigen Ortung ist die kürzere Akkulaufzeit des Trackers. Der Akku sollte dann regelmäßig wieder aufgeladen werden. Wenn eine Ortung rund um die Uhr nötig ist, wird ein zweiter Akku gebraucht.





Bei der *Geofence-Funktion* (geografischer Zaun) wird ein Sicherheitsbereich festgelegt (zum Beispiel ein Umkreis von 500 Meter um die Wohnung), in dem sich der Betroffene sicher bewegen kann. Über die automatische Ortung wird die Bewegung überwacht, und es geht eine Benachrichtigung an den Empfänger, zum Beispiel per SMS, sobald der Sicherheitsbereich verlassen wird.

Verschiedene Modelle

Ortungsgeräte können ganz unterschiedlich aussehen. Sie können zum Beispiel unauffällig als Uhr oder Schmuckstück

getragen werden.

Wichtig ist, dass das Gerät akzeptiert wird und nicht leicht abgenommen oder verloren

werden kann, bzw. dass es sich unauffällig in der Kleidung oder im Schuh platzieren lässt.

Leider können Ortungsgeräte zurzeit nur an wenigen Stellen, zum Beispiel in einzelnen Wohnberatungsstellen, ausprobiert werden.



Unterschiedliche Gerätetypen

- Uhren in verschiedenen Ausführungen
- Arm- und Fußbänder
- Ketten zum Umhängen
- Tracker für die Tasche
- Einlege-Schuhsohle

Wichtig sind Sicherheitsverschlüsse, die nicht alleine geöffnet werden können.

Ortungsgeräte

Gratwanderung zwischen Selbstbestimmung und Fürsorge

Die »Überwachung« von Menschen mit Demenz mit Hilfe von Ortungsgeräten berührt deren Persönlichkeitsrechte und ihre in Art. 1 Grundgesetz geschützte Menschenwürde.

Andererseits machen es Ortungsgeräte möglich, dass sich die Betroffenen wie in gesunden Tagen selbstständig und frei bewegen können, ohne befürchten zu müssen, in »peinliche« Situationen zu geraten und auf die Hilfe fremder Menschen oder gar der Polizei angewiesen zu sein.

Menschen mit beginnender Demenz sind sich meist bewusst, dass sie nicht mehr orientierungssicher sind, und können das Für und Wider von Ortungsgeräten abschätzen. In einem offenen Gespräch mit ihren Angehörigen können sie selbst entscheiden, ob sie mit dem Einsatz dieser Technik einverstanden sind.

Für spätere Stadien der Demenz kann das Einverständnis auch im Voraus in einer *Vorsorgenden Verfügung* erklärt werden:

So kann man sich in einer *Betreuungsverfügung*, in der u.a. Wünsche zur Pflege, Lebensgestaltung und Versorgung festgehalten werden, mit dem Einsatz von Ortungsgeräten einverstanden erklären.

Man kann auch in einer *Vorsorgevollmacht* einem bevollmächtigten Angehörigen ausdrücklich erlauben, Ortungsgeräte einzusetzen, falls dies zur Vermeidung einer Gefahr für Leben und Gesundheit notwendig erscheint.



Voraussetzung für die Verbindlichkeit ist in beiden Fällen, dass die erforderliche Einsichtsfähigkeit in die Tragweite der Erklärungen gegeben ist.

Liegt keine Vorausverfügung vor und ist die Krankheit fortgeschritten, bleibt den pflegenden Angehörigen die Möglichkeit, sich das Einverständnis der Betroffenen immer wieder neu geben zu lassen. Das kann auch ohne Worte geschehen, etwa dadurch, dass das Tragen nicht abgelehnt wird.

Ist auch eine solche Verständigung nicht mehr möglich, muss ein gesetzlicher Betreuer (meist ein Angehöriger) bestellt werden, der im Rahmen der Aufenthaltsbestimmung zum Einsatz der Ortungsgeräte berechtigt ist.

Wann ist der Einsatz von Ortungsgeräten rechtlich einwandfrei?

- wenn ihr Einsatz zu Beginn der Erkrankung besprochen und ggf. in die Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung mit aufgenommen wurde
Infobroschüre und Formulare gibt es u.a. auf der Seite des Justizministeriums Baden-Württemberg www.justiz-bw.de.
- wenn das Einverständnis bei jedem Tragen erneuert wird
- wenn ein gesetzlicher Betreuer den Einsatz im Rahmen der Aufenthaltsbestimmung verfügt



Emil K. ist verschwunden. Überall hat ihn sein Sohn gesucht – im Haus, im Keller, im Garten: Nichts. Emil K. ist an einer Demenz erkrankt und außerhalb seines Hauses orientierungslos. Sein Sohn bittet die Nachbarn, im Haus zu warten, falls sein Vater doch zurückfindet. Er selbst fährt die Straßen der Umgebung ab, ruft beim Bäcker an, befragt Passanten. Er hat ein Foto dabei, doch niemand hat den alten Mann gesehen.

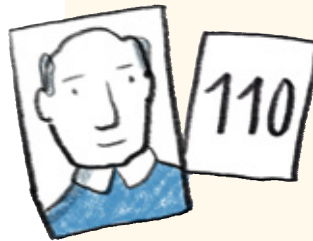
Schließlich bittet er die Polizei um Hilfe und legt die schon vor Wochen vorbereitete Personenbeschreibung vor. So geht keine kostbare Zeit verloren.

Zum Glück wird Emil K. bald gefunden. Warum er seine Wohnung ohne Jacke und Schuhe verlassen hat, weiß er nicht mehr. Erleichtert schließt ihn sein Sohn in die Arme. »Schön, dass du wieder da bist!«



Was tun, wenn's doch passiert ist?

Wenn ein demenzkranker Angehöriger gesucht werden muss, ist das für die Familie meist eine große Aufregung und ein Schock. Trotzdem ist es wichtig, zunächst die Ruhe zu bewahren: Den meisten Menschen mit Demenz passiert auf ihren »Ausflügen« nichts, und sie werden gesund nach Hause gebracht. Dennoch ist es ratsam, sich auf den Vermisstenfall vorzubereiten, um im Notfall zügig und richtig zu handeln.



Das sollten Sie an einem zentralen, schnell zugänglichen Ort griffbereit haben

- Notrufnummer der Polizei **110**

- aktuelles Foto des Vermissten, am besten in häufig getragener Kleidung (Großaufnahme des Gesichts und Ganzkörperaufnahme), auch als elektronische Bilddatei
- vorab ausgefüllte Personenbeschreibung (siehe hintere Klappe dieser Broschüre), in der im Notfall nur die aktuellen Angaben (Wann und wo zuletzt gesehen? In welcher Kleidung?) ergänzt werden müssen

Die weiteren Schritte

So gehen Sie bei der Suche systematisch vor

- Suchen Sie zunächst die Wohnung/das Haus ab, suchen Sie in allen Zimmern, unter dem Bett, im Schrank, auf dem Balkon – auch Abstellkammern und Keller oder Dachboden nicht vergessen.
- Suchen Sie im Außenbereich zunächst in der unmittelbaren Umgebung.
- Bitten Sie auch die Familie und Nachbarn um Mithilfe. Diese können die Suche auf Orte ausdehnen, die der Betroffene gern aufsucht.
- Stellen Sie sicher, dass jemand in der Wohnung bleibt, falls der Betroffene zurückkehrt.
- Wenn Sie den Betroffenen nicht finden, informieren Sie die Polizei und halten Sie die vorbereitete Personenbeschreibung und ein Foto bereit.

Wenn alles gut ausgegangen ist

- Schimpfen Sie nicht mit dem Betroffenen und machen Sie ihm keine Vorhaltungen, wenn er nach Hause zurückkehrt.
- Wird der Betroffene gefunden oder kehrt er zurück, verständigen Sie sofort die Polizei, damit die Fahndung eingestellt wird – sie ist sehr aufwändig und teuer und bindet viele Kräfte.





Mit uns gut informiert sein

Website Im *InfoPortal Demenz* → www.alzheimer-bw.de finden Sie

- verlässliche und unabhängige Informationen
- Hilfe vor Ort
- Veranstaltungen in Ihrer Region

Newsletter Unser *Newsletter* informiert Sie einmal im Monat über das Neueste zum Thema.
Registrieren Sie sich einfach auf unserer Website.

Infomaterial Bitte bestellen Sie Infomaterial online über unsere Website → www.alzheimer-bw.de/infoservice/infomaterial-bestellen



Übersicht über das gesamte Broschürenangebot



Demenz in meiner Familie: erste Orientierungshilfe



Begleiten ins Aderland – kompakter Ratgeber für Angehörige von Menschen mit Demenz



Broschürenreihe *Ich lebe mit einer Demenz* für Menschen mit beginnender Demenz

Impressum

Redaktion: Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. | Selbsthilfe Demenz.

Rechtliche Beratung: Prof. Konrad Stolz (S. 14/15).

Illustrationen: Inga Knopp-Kilpert | www.frauknopp.de.

© Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. | Selbsthilfe Demenz | Stand: Juni 2018



**Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.**
Selbsthilfe Demenz

Friedrichstraße 10
70174 Stuttgart

Tel. 0711/24 84 96-60
Fax 0711/24 84 96-66

info@alzheimer-bw.de
www.alzheimer-bw.de



Mit freundlicher
Unterstützung der
AOK Baden-Württemberg

Die Broschüre
wurde überreicht von:

Bitte ausfüllen und bereithalten

Personenbeschreibung

Vor- und Zuname

.....
Geburtsname und ggf. Ruf-/Spitzname

.....
Geburtsdatum | Alter

.....
Adresse | Wohnort

.....
Adresse | Straße

.....
Gebäude | Wohnung

.....
Körpergröße

.....
Statur

.....
Geschlecht

.....
Gewicht

.....
Augenfarbe

.....
Haarfarbe/-länge

.....
Besondere Merkmale (zum Beispiel Muttermale, Narben)

.....
Sprache | Dialekt

.....
Hilfsmittel

Gehhilfe

Brille

Hörgerät

.....
Bekleidung

.....
Weitere Angaben auf der Rückseite

Aktuelle körperliche und psychische Verfassung

Medikamente

Bezugsorte | typische Laufwege

wo ggf. beim letzten Weglaufen gefunden

Person zuletzt gesehen (wann und wo)

Kontaktperson

Ihr Name

Ihre Telefonnummer