



TIPPS | WOHNRAUM ANPASSEN

SICHERHEIT UND ORIENTIERUNG IM EIGENEN ZUHAUSE

Das gewohnte Umfeld ist für Menschen mit Demenz besonders wichtig: Einrichtungsgegenstände, Farben, Gerüche, Fotos, die Erinnerungen wachhalten, vertraute Bilder, selbst die Lieblingspflanzen, all das hilft ihnen, sich zu Hause zu fühlen. Allen voran natürlich die Menschen, mit denen sie zusammenleben oder die sie mit dieser Wohnung verbinden (z. B. ihre Kinder).

Um das Leben in den eigenen vier Wänden nicht nur gefühlt sicher zu gestalten, sollten einige Überlegungen angestellt werden:

- Was sollte verändert werden, um Risiken zu minimieren oder auszuschalten?
- Was sollte adaptiert oder gekauft werden, damit die Selbständigkeit solange wie möglich erhalten bleibt?
- Was sollte sofort umgesetzt werden, was kann auch zu einem späteren Zeitpunkt erfolgen?
- Was kann ich selbst tun und welche Hilfsmittel sind erforderlich?

Achten Sie darauf, dass Sie nicht alle Veränderungen auf einmal vornehmen, das kann zu Desorientierung führen. Mit kleinen Schritten kann

sich die/der Betroffene langsam an die Veränderungen gewöhnen.

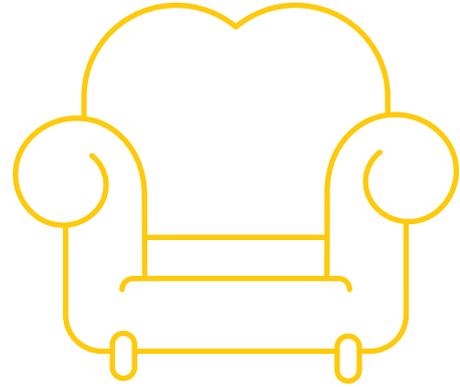
So erhöhen Sie die Selbständigkeit Betroffener

- Wichtige Telefonnummern, Kontakte und Termine gut sichtbar anbringen.
- Kühlschränke, Laden, Türen beschriften oder mit Bildern kennzeichnen.
- Seniorenhandy oder Notruf-Telefon besorgen.
- Tages- und Wochenablauf mit möglichst gleichbleibenden Fixpunkten planen, z. B. Einkaufen am Montag, Mittwoch und Freitag am Vormittag, Treffen mit Freunden immer am Donnerstag um 14 Uhr im Lieblingscafé.

So erhöhen Sie die Sicherheit

- Haushaltgeräte mit Abschaltautomatik verwenden, Herdsicherung einbauen.
- Rauchmelder installieren.
- Darauf achten, dass Räume, die versperrt werden können, auch von außen aufgeschlossen werden können (Bad, Toilette).
- Schlüsselsafe montieren oder Schlüssel bei einem Nachbarn hinterlegen.





- Kästen und Regale befestigen.
- Stabile Sessel und Tische verwenden, die auch als Stützhilfe genutzt werden können.
- Wohnung gut beleuchten, Stolperfallen beseitigen.
- Möbel und Einrichtungsgegenstände so aufstellen, dass keine Verletzungsgefahr besteht.
- Wird das eigene Spiegelbild als fremd empfunden, die Spiegel abhängen.

Weitere Maßnahmen zur Erhöhung der Vertrautheit und Sicherheit

- Vertraute Kalender, große Uhren und gut sichtbare Notizzettel sind Orientierungshilfen.
- Am Abend Vorhänge zuziehen, das schafft Sicherheit.
- Zerbrechliche, gefährliche Dinge außer Reichweite stellen.
- Herumliegende Kabel vermeiden, freiliegende Teppiche und Türschwelle entfernen, Glastüren mit bruchsicheren Glas sichern.
- An Stufenkanten Signalstreifen aufkleben, auf gutes Licht im Treppenbereich achten, bei Stufen beidseitigen Handlauf montieren.
- Lichtschalter mit großen und einfachen Tasten montieren, damit werden Sicherheit und Selbständigkeit erhöht. Steckdosen sichern.
- Fragen Sie Ihren Installateur nach Armaturen, die ein Überlaufen von Wasser verhindern.

- Wenn Sie sich selbst in einem anderen Raum als die zu betreuende Person aufhalten, können Sie auch ein „Babyphon“ nutzen.
- Medikamente, Reinigungsmittel oder andere gefährliche Mittel (Pflanzenschutzmittel) in verschließbaren Kästen aufbewahren, giftige Zimmerpflanzen entfernen.
- Menschen mit Demenz nicht mit brennenden Kerzen, offenen Feuer in Kaminen oder beheizten Öfen allein lassen, Zündhölzer und Feuerzeuge sicher verwahren.

HINWEISE

Maßnahmen in Zusammenhang mit Sicherheit werden umso wichtiger, je weiter die Krankheit fortgeschritten ist. Ab einem gewissen Zeitpunkt der Erkrankung – bei hoher Gefährdung oder Verletzungsrisiko – gilt ein besonderer Sorgfaltsmaßstab und Betroffene können/sollten nur mehr bedingt allein gelassen werden.

Es ratsam, zum Thema Sicherheit im Wohnraum und Umsetzung von etwaigen Maßnahmen eine Fachberatung von mobilen Pflegefachkräften oder Ergotherapeutinnen/Ergotherapeuten in Anspruch zu nehmen.

Nutzen Sie die Pflegeberatung des Hilfswerks!

Informieren Sie sich unverbindlich unter 0800 800 820 (gebührenfrei aus ganz Österreich) oder unter pflegekompass.hilfswerk.at.

