

# **Antworten auf häufige Fragen zum Corona-Virus im Zusammenhang mit Demenz (zusammengestellt von der Deutschen Alzheimer Gesellschaft)**

Angehörige von Menschen mit einer Demenz stehen aufgrund der Corona-Pandemie vor besonderen Herausforderungen: Der größte Teil der Demenzerkrankten ist hochaltrig. Viele von ihnen leiden an weiteren Erkrankungen und sind durch den Corona-Virus besonders gefährdet. Zusätzlich haben Menschen mit Demenz Schwierigkeiten, die aktuelle Situation und die Kontaktbeschränkungen zu verstehen.

## **1. Welche Personengruppen gelten als Risikogruppe?**

Laut Angaben der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) besteht ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf bei Menschen mit:

- Herzkreislauferkrankungen/Bluthochdruck
- Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
- Chronischer Erkrankung der Atemwege, wie Asthma, chronische Bronchitis, COPD
- Chronischen Erkrankungen der Leber, wie Leberzirrhose
- Nierenerkrankungen, Dialysepflicht
- Organtransplantation
- Krebserkrankungen

Leiden Sie an einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht oder nehmen Sie regelmäßig Medikamente ein, die das Immunsystem schwächen (zum Beispiel Cortison bei Rheuma oder Morbus Crohn), ist das Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf ebenfalls erhöht.

Außerdem haben grundsätzlich alle Personen ab etwa 50 bis 60 Jahren sowie Raucher ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf.

Weitere Informationen unter [www.infektionsschutz.de/coronavirus](http://www.infektionsschutz.de/coronavirus).

## **2. Wie kann ich einem Menschen mit Demenz die Situation rund um die Corona-Pandemie erklären?**

Je nachdem, wie viel Betroffene noch verstehen und verarbeiten können, muss die Antwort auf diese Frage unterschiedlich ausfallen. Die Nachrichten im Fernsehen und Radio, der veränderte Tagesablauf – auch wenn jemand nicht versteht, worum es dabei geht, wird er verunsichert sein und vielleicht immer wieder nachfragen. Dann sollten Sie versuchen, ihm die aktuelle Situation mit einfachen Worten zu erklären.

Besonders wichtig dabei: Geben Sie Ihrem Angehörigen mit Demenz gleichzeitig auch zu verstehen, dass er in Sicherheit ist, dass Sie weiter für ihn da sind und dass er nicht alleine ist.

### **3. Wie kann ich die gemeinsame Zeit zuhause leichter machen?**

Versuchen Sie, soweit wie möglich die gewohnten Routinen beizubehalten. Für einen Menschen mit Demenz kann es beängstigend sein, wenn sich die Routine bzw. die üblichen Abläufe plötzlich ändern. Versuchen Sie daher, den Tag wie bisher zu strukturieren, auch wenn bestimmte Dinge wie der Besuch der Gymnastikgruppe, der Betreuungsgruppe oder des Cafés derzeit nicht möglich sind. Stattdessen können Sie vielleicht gemeinsam eine Runde sportlicher Aktivität in der Wohnung einführen. Tipps und Übungsvideos finden Sie unter [www.aelter-werden-in-balance.de/online-bewegungsangebote/uebungsvideos](http://www.aelter-werden-in-balance.de/online-bewegungsangebote/uebungsvideos).

Spaziergänge an der frischen Luft sind weiterhin möglich und tun sowohl Ihnen als auch Ihrem Angehörigen gut. Nutzen Sie dafür nach Möglichkeit Zeiten, in denen die Parks und Straßen nicht so stark besucht sind (eher morgens als am Nachmittag), damit es leichter ist, den vorgegebenen Abstand von mindestens 1,5 Metern einzuhalten. Wenn vorhanden, kann natürlich auch der Garten weiterhin genutzt werden.

Auch in der Wohnung gibt es viele Möglichkeiten der Beschäftigung. Je nach Fähigkeiten und Interessen können Sie gemeinsam Gesellschaftsspiele spielen, Kreuzworträtsel lösen, gemeinsam singen oder Musik im Radio oder Fernsehen anhören. Viele Möglichkeiten bietet auch das Internet: Es gibt zum Beispiel virtuelle Rundgänge durch verschiedene Museen, ebenso sind viele Filme frei zugänglich, beispielsweise in den Mediatheken der öffentlich-rechtlichen Sender.

Weitere Anregungen und Tipps finden Sie auch in unserer App „Alzheimer & YOU – den Alltag aktiv gestalten“, die Sie kostenlos auf Ihr Smartphone laden können.

### **4. Was passiert, wenn sich die Erkrankten nicht an Ausgangsbeschränkungen, Kontaktverbot usw. halten?**

Bundesweit gelten unterschiedliche Kontakt- und Ausgangsbestimmungen. Diese betreffen auch Menschen mit Demenz und führen bei ihren Mitmenschen und insbesondere bei pflegenden Angehörigen zu Sorge und Unsicherheiten. Menschen mit einer Demenz sind meist nicht mehr in der Lage, solche Bestimmungen zu verstehen und sich nach ihnen zu richten. Sorgen um juristische Folgen müssen sich Angehörige aber nicht machen: Wer aufgrund einer Demenzerkrankung nicht einsichtsfähig ist, ist im juristischen Sinne deliktsunfähig. Er kann also auch nicht bestraft werden, wenn er sich nicht an behördliche Anordnungen hält.

Natürlich sollten Angehörige nach Wegen suchen, wie sie unerwünschte und unnötige Ausflüge der Erkrankten außer Haus beschränken können. Maßnahmen wie Einsperren in der Wohnung sind aber unverhältnismäßig und verletzen die Grundrechte eines Menschen. Menschen mit einer Demenz können massive Gefühle von Angst und Bedrohung entwickeln, wenn sie eingesperrt sind. Misstrauisches, abwehrendes oder aggressives Verhalten gegenüber ihren Angehörigen und Mitmenschen sind dann typische und verständliche Reaktionen. Menschen mit einer Demenz suchen unter Umständen verzweifelt Auswege. Sie rufen um Hilfe - bei Angehörigen, Nachbarn oder der Polizei - oder sie

versuchen aus der Wohnung zu kommen, zum Beispiel indem sie aus dem Fenster klettern und schlimmstenfalls dabei verunglücken.

Wenn Menschen mit Demenz sich durch Beschäftigungsangebote nicht davon ablenken lassen, nach draußen zu gehen, können Angehörige nur versuchen, sie zu begleiten oder durch jemand anderen begleiten zu lassen. Spaziergänge, Gänge zum Einkaufen oder in die Arztpraxis sind in der Regel weiterhin möglich und erlaubt. Es kann helfen, in dieser Zeit eine Regelmäßigkeit bei der Begleitung und für Besuche aufzubauen oder diese zu verdichten.

## **5. Kann ich auch jetzt einen Antrag bei der Pflegekasse auf einen Pflegegrad oder eine Höherstufung stellen? Wie läuft die Begutachtung?**

Anträge auf einen Pflegegrad oder eine Höherstufung werden weiterhin bearbeitet. Derzeit werden durch den Medizinischen Dienst – zum Schutz der pflegebedürftigen und vorerkrankten Menschen – keine persönlichen Begutachtungen in Pflegeheimen und in eigener Häuslichkeit zur Feststellung der Pflegebedürftigkeit durchgeführt. Stattdessen wird die Einstufung in einen Pflegegrad auf der Basis der vorliegenden (schriftlichen) Informationen sowie eines Telefoninterviews vorgenommen.

Nutzen Sie beispielsweise den [„Selbsteinschätzungsbogen für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz zur Vorbereitung auf die Begutachtung zum Pflegegrad“](#), um den Gutachtern schon vorab entsprechende Informationen zur Verfügung zu stellen. Senden Sie den Bogen zusammen mit eventuell vorliegenden ärztlichen Bescheinigungen an die Pflegekasse der erkrankten Person.

## **6. Was ist zu tun, wenn ich als pflegende Person selbst an Covid-19 erkrankte?**

Sie haben Symptome einer akuten Atemwegsinfektion, die durch das neue Coronavirus verursacht sein können, oder die Erkrankung wurde bei Ihnen labordiagnostisch bestätigt. Bereits bei den ersten Symptomen sollten Sie zusätzliche Schutzmaßnahmen ergreifen und einen Mundschutz tragen. Möglichst sollte auch der oder die Demenzerkrankte einen Mundschutz aufsetzen.

Wenn Sie schwerwiegende Symptome haben, werden Sie wahrscheinlich ins Krankenhaus überwiesen und dort entsprechend behandelt. Bei weniger schwerwiegenden Symptomen müssen Sie für mindestens 14 Tage in Quarantäne bleiben, damit Sie andere Personen nicht anstecken (bitte lesen Sie dazu das [Informationsblatt der BZgA](#)). In beiden Fällen muss Ihr demenzerkrankter Angehöriger unweigerlich durch eine andere Person versorgt werden. Es ist sinnvoll, sich schon vorab darüber Gedanken zu machen, wer diese Aufgabe übernehmen kann. Gibt es eine Person aus ihrem familiären Umfeld oder dem Freundeskreis, die nicht selbst zu einer Risikogruppe gehört und die vorübergehend die Pflege übernehmen kann? Wenn nicht, fragen Sie bei Ihrer Pflegekasse oder dem Pflegestützpunkt nach, welche Einrichtungen in Ihrer Umgebung für diesen Fall eine Notbetreuung anbieten.

Wenn Sie selbst erkranken, ist es übrigens einfacher, wenn Sie die Zeit der Quarantäne nicht zuhause, sondern an einem anderen Ort verbringen. So kann Ihr demenzerkrankter

Angehöriger in seinem gewohnten Umfeld bleiben und die Situation wird auch für die Person, die Sie vertritt, einfacher.

Hilfreich ist hier ein **Notfallplan**, auf dem aktuelle Informationen zum Hausarzt, zum Medikamentenbedarf, zum ambulanten Pflegedienst, zu weiteren Ansprech- und Kontaktpersonen vermerkt sind. Außerdem kann der [Informationsbogen](#) hilfreich sein, den die DAzG für die Aufnahme von Demenzerkrankten ins Krankenhaus entworfen hat. Hier können umfangreiche Angaben zu den Gewohnheiten, Fähigkeiten, Bedürfnissen, Vorlieben und Abneigungen der betroffenen Person gemacht werden.

## **7. Wie kann ich Kontakt zu meinem Angehörigen im Heim halten?**

Viele Pflegeheime haben aus Sicherheitsgründen ein Besuchsverbot erlassen. Diese Maßnahme soll einerseits die Bewohnerinnen und Bewohner, andererseits auch die Pflegekräfte schützen. Diese Situation ist für alle Seiten nicht einfach. Um trotzdem mit Ihrem Angehörigen in Kontakt zu bleiben, rufen Sie regelmäßig im Heim an - wenn technisch möglich auch per Videotelefonie (Skype und Ähnliches). Bitten Sie die Pflegekräfte bei Bedarf, diesen Kontakt zu vereinbarten Zeiten zu unterstützen. Schicken Sie Fotos, selbstgemalte Bilder von den Enkeln, Briefe und Gedichte an Ihren Angehörigen, an denen er Freude finden kann.

Sie können auch Sprachnachrichten aufnehmen oder Lieder singen und aufzeichnen. Fragen Sie im Heim nach, welche technischen Möglichkeiten zum Abspielen dort vorhanden sind, um das richtige Format zu wählen.

Vielleicht können Sie sogar Videobotschaften übermitteln?

Es gibt inzwischen spezielle Tablets, die mit wenigen vorinstallierten Programmen die Kommunikation erleichtern und zusätzlich Aktivierungsmöglichkeiten bieten. Ein Beispiel dafür ist [medi4care](#). Solche Angebote sind allerdings auch mit teilweise nicht unerheblichen Kosten verbunden.

## **8. Ich nehme keinen Pflegedienst in Anspruch und erhalte das Pflegegeld. Werden jetzt trotz Corona die verpflichtenden Beratungsbesuche durchgeführt?**

Derzeit führen die ambulanten Pflegedienste in der Regel keine Beratungsbesuche nach § 37 Abs. 3 SGB XI durch. Pflegebedürftige sind während der Corona-Krise (vorerst bis zum 30. September 2020) aber von der Pflicht befreit, einen Beratungsbesuch in regelmäßigen Abständen in Anspruch zu nehmen. Sie erhalten weiterhin das Pflegegeld von der Pflegekasse. Das regelt das am 25. März 2020 im Bundestag verabschiedete COVID-19-Krankenhausesentlastungsgesetz.

Sie haben aber dennoch die Möglichkeit, bei Bedarf einen Beratungsbesuch bei einem ambulanten Pflegedienst abzurufen. Je nach Situation kann dieser auch telefonisch erfolgen.

## 9. Was kann ich für mich selbst tun?

Für Sie als Angehörige ist die aktuelle Situation eine große Herausforderung. Damit Sie Ihre eigenen Kräfte schonen, ist es wichtig, dass Sie auch für sich selbst sorgen. Nur so können Sie Ihrem demenzerkrankten Familienmitglied auch weiterhin unterstützend zur Seite stehen.

Derzeit sollten Besuche von außen auf ein Minimum beschränkt werden. Das heißt aber nicht, dass Sie völlig auf Unterstützung verzichten müssen. Suchen Sie eine gesunde Person aus Ihrer Familie/ Ihrem Umfeld, die möglichst regelmäßig und zumindest stundenweise zu Ihnen kommen kann. Die Person darf selbst nicht gesteigert gefährdet sein (möglichst unter 50 Jahre und körperlich gesund) und muss natürlich die Hygienemaßnahmen korrekt einhalten (richtiges Händewaschen, Niesetikette: [www.infektionsschutz.de/coronavirus/schutz-durch-hygiene.html](http://www.infektionsschutz.de/coronavirus/schutz-durch-hygiene.html))

Ziehen Sie sich in dieser Zeit in ein anderes Zimmer zurück, gehen Sie einer Beschäftigung nach, die Ihnen selbst Freude bereitet, machen Sie einen Spaziergang oder ruhen Sie sich auch einfach nur aus.

Nutzen Sie die Ruhezeiten der demenzerkrankten Person, um selbst auszuruhen. Verwenden Sie diese Zeit nicht für Hausarbeiten. Versuchen Sie später, die demenzerkrankte Person bei Hausarbeiten einzubinden, Zeit dafür haben Sie ausreichend.

An vielen Orten gibt es jetzt Dienste, die ehrenamtlich oder gegen eine Aufwandspauschale Hilfen bei Einkäufen und sonstigen Erledigungen anbieten. Fragen Sie bei einer Alzheimer-Gesellschaft in Ihrer Nähe nach: [Adressen](#). Oder nutzen Sie eine der Online-Plattformen, wo nachbarschaftliche Hilfen jetzt gesammelt angeboten werden, zum Beispiel [www.wirgegencorona.com](http://www.wirgegencorona.com) oder <https://nebenan.de>. Natürlich können Sie auch den Lieferservice von Supermärkten, Drogerien und Apotheken nutzen.

Pflegen Sie Ihre sozialen Kontakte über die verschiedenen Kommunikationskanäle: Nutzen Sie neben dem Telefon auch Videogespräche über Skype, Zoom oder einen anderen Dienst, wenn Sie die technischen Möglichkeiten dafür haben. Gespräche sind auch vom Balkon aus oder über den Hausflur möglich, wenn Sie dabei den Sicherheitsabstand von 1,5 Metern einhalten. Auch ein Brief oder eine Postkarte sind jetzt wieder gute Möglichkeiten, den Kontakt zur Außenwelt aufrecht zu erhalten. Wichtig ist es, dass Sie mit jemandem über Ihre Sorgen und Gedanken sprechen und vor allem auch mal wieder mit jemandem gemeinsam lachen können.

Vielleicht sind Sie ja bereits Mitglied einer Angehörigengruppe? Nehmen Sie Kontakt zu den anderen auf. Telefonieren Sie miteinander und vielleicht ist auch eine WhatsApp-Gruppe (oder natürlich eine Gruppe mit einem anderen Messenger) jetzt eine Idee, um sich gegenseitig Mut zu machen.