

Möbel, Farbe, Licht, Demenz:

Umgestaltung der Aufenthaltsbereiche im gerontopsychiatrischen Wohnbereich des Altenzentrums Eichenpark

Einleitung:

Die bauliche Umgebung, das „Milieu“, (die Grundrissstruktur, die Ausformung und Gestaltung der Zimmer, Flure und Gemeinschaftsbereiche, die Gartengestaltung) hat einen entscheidenden Einfluss auf die Lebensqualität von Menschen mit Demenz, insbesondere, wenn sie in Pflegeheimen leben.

Ziel:

Die Umgestaltung zielt darauf ab, Geborgenheit zu vermitteln und die Selbstständigkeit und Mobilität der BewohnerInnen so weit wie möglich zu unterstützen.

Zielsetzung der Pflege und Betreuung von Menschen mit Demenz im Eichenpark ist es, ihre Lebensqualität zu erhalten und zu verbessern. Der betroffene Mensch wird in seiner Krankheit oder geistigen Einschränkung akzeptiert und so weit unterstützt, dass er ein möglichst normales, befriedigendes, selbstbestimmtes Leben führen kann.

Übergeordnetes Ziel ist letztlich die an der Würde des Menschen ausgerichtete Sicherung eines lebenswerten Lebens in der geschützten Umgebung des Heimes. Dies kommt im Motto der Städtischen Alten- und Pflegezentren zum Ausdruck:

„In Geborgenheit leben“.

Konzeptioneller Ansatz: Normalisierungsprinzip

Das „Normalisierungsprinzip“ als Grundprinzip der Pflege und Betreuung bedeutet, die BewohnerInnen die Lebensqualität eines normalen Alltags empfinden zu lassen, auch wenn dies nicht mehr selbstständig gelingen kann.

Wird die Selbstbestimmung des Menschen mit Demenz ernst genommen, gilt es auch zu akzeptieren, dass es in der Begleitung von Menschen mit Demenz um deren Recht geht, anders zu sein, anders zu denken und anders zu leben. Für die Einrichtung und die Beschäftigten heißt dies, der subjektiven Sichtweise von Menschen mit Demenz Raum und Zeit zu geben. Das besondere Wohnumfeld im gerontopsychiatrischen Bereich trägt der veränderten Wirklichkeit der Menschen mit Demenz Rechnung.

Wenngleich der Selbstbestimmung ein hoher Stellenwert eingeräumt wird, muss dabei auch die Hilfebedürftigkeit und Abhängigkeit der Betroffenen berücksichtigt werden.

Die therapeutische Funktion eines demenzgerechten Milieus besteht in der Herstellung eines Lebensraumes, der den Betroffenen durch unterschiedliche Interventionen Lebensqualität in Form von Wohlbefinden und Geborgenheit vermittelt. Die Balance einer ausgewogenen Reizstimulation ist zu wahren.

Die durch die demenzielle Veränderung verminderte situationsangepasste Selbststeuerung und Gefährdungseinschätzung wird durch den Aufbau entsprechender Hilfen kompensiert. Diese Milieustruktur hat den Charakter eines Leit-, Orientierungs- und Schutzgefüges für die Menschen mit Demenz, indem sie die Betroffenen einbindet, aktiviert, beruhigt und gleichzeitig auch schützt.

Speziell ausgebildete Fachkräfte begegnen den BewohnerInnen mit Wertschätzung, einfühlsamem Verstehen und Akzeptanz. Die Normalität des Alltags steht im Mittelpunkt des Betreuungsansatzes. Die Komplexität und Geschwindigkeit des nicht-beeinträchtigten Lebens stellt für Menschen mit Demenz in fortschreitenden Stadien eine permanente Reizüberflutung mit konfrontierenden Situationen dar, die sie in ihrer Kompetenz überfordern. Die Wohnbereiche vermitteln deshalb Sicherheit und Geborgenheit.

Normalisierung für Menschen mit Demenz bedeutet Selbstbestimmung, Autonomie und das Gefühl, Person sein zu können. Auch schwerste kognitive Einbußen stehen der anthropologischen Zuschreibung von Persönlichkeit, dem selbstbestimmten Person-Sein der Betroffenen, nicht entgegen. Mit der Normalisierung der Lebenswelt ist die Aufwertung der Rolle der Person mit Demenz verbunden.

Die räumlichen Gegebenheiten für die Lebensbezüge der Menschen mit Demenz werden durch zwei Zieldimensionen bestimmt: Sie sollen schützende bzw. prothetische Elemente und anregende bzw. therapeutische Elemente aufweisen. In der Verflechtung beider Strategien zu einer demenzspezifischen Architektur und Wohnraumgestaltung liegt der Schlüssel für die Gestaltung eines Milieus, das sowohl die Betroffenen als auch die Pflegemitarbeiter effektiv im Sinne der Qualität der Versorgungsleistungen nutzen können.

Eine einfache Raumstruktur, viel Licht und die geringe Größe der Wohngruppe schaffen ein überschaubares Milieu.

In der Milieugestaltung sind die Aspekte Licht, Farbe, biographische Anknüpfung und Bewegung von besonderer Bedeutung:

Licht:

Einrichtungen für Menschen mit Demenz stellen besondere Anforderungen an die Lichtgestaltung. Die ausreichende Versorgung mit Licht ist ein wesentlicher Faktor für die Lebensqualität.

Die richtige Lichtatmosphäre kann zur Beruhigung, Orientierung und Stimmungsaufhellung beitragen. Licht kann Orientierung unterstützen, Sicherheit erhöhen, Kompetenz erhalten und Stimulation oder Beruhigung geben.

Eine harmonische Beleuchtung schafft eine angenehme und entspannende Atmosphäre. Sie schenkt Vertrauen und nimmt den BewohnerInnen Ängste und Sorgen.

Bei alten Menschen lässt die Sehfähigkeit naturbedingt nach und es treten vermehrt altersspezifische Augenkrankheiten auf. Auch bei dementen BewohnerInnen wird durch die zurückgehende Sehfähigkeit die Orientierung weiter eingeschränkt.

Mit der neuen Beleuchtung in den Aufenthaltsbereichen sollen die Defizite der nachlassenden Sehfähigkeit verringert werden.

Bei der baulichen Gestaltung der Lichtquellen für Menschen mit Demenz sind folgende Faktoren besonders zu beachten:

- Reduzierung von grellem Licht (blendfrei),
- Anpassung der Beleuchtungsstärke zur Verbesserung der Sehleistung,
- Steigerung der Kontraste (aber: schattenarme Beleuchtung !)
- Vermeidung von Irritationen, die aus einer beeinträchtigten Tiefenwahrnehmung resultieren können.

Da im gerontopsychiatrischen Wohnbereich ein Umbau mit der Zielsetzung eines optimierten Tageslichteinfalls nicht möglich ist, soll die künstliche Beleuchtung optimiert werden. Eine besondere Bedeutung haben hierbei die Flure, da sich BewohnerInnen mit motorischer Unruhe einen großen Teil des Tages hier aufhalten. Die Lichtgestaltung wird in diesem Rahmen ein wesentlicher Beitrag des milieuthérapeutischen Pflege- und Betreuungskonzeptes.

Die Aufenthaltsräume und Flure im Pflegebereich werden mit einer indirekten, hellen und schattenfreien Beleuchtung mit einer Lichtstärke von tagsüber 500 Lux ausgestattet.

Im Rahmen der ganzheitlichen Betreuung trägt das geplante Lichtkonzept dazu bei, gerade bei Menschen mit Demenz Kompetenzverlust, Angst, Unruhe, Aggressivität, Stürze, Apathie und Schlaflosigkeit zu verringern oder zu vermeiden und die Lebensqualität zu erhöhen.

Farbe:

Parallel werden die Wände im Flurbereich gestrichen.

Für die wahrgenommene Helligkeit ist nicht nur die Beleuchtungsstärke ausschlaggebend, sondern auch der Reflexionsgrad der Flächen (Helligkeit, Farbe, Struktur), auf die das Licht trifft.

Bei der farblichen Gestaltung werden Pastelltöne allzu bunten Farben vorgezogen. Auf Muster o.ä. (vor allem im Boden) wird verzichtet - sie können zu Verkennungen führen und als Hindernisse wahrgenommen werden.

Auch Bilder, Wanduhren und Gardinen werden als stimulierendes und anregendes Element eingesetzt.

Biographische Anknüpfung:

Die Milieugestaltung soll das Altgedächtnis anregen, zum Mitnehmen, Anfassen und Mitmachen einladen, in Ausstattung und Aussehen den kulturellen und sozialen Hintergrund der BewohnerInnen berücksichtigen, unterschiedliche Sitz- und Liegemöglichkeiten vorsehen sowie Kontakt mit schönen Dingen, Kunst und Natur ermöglichen.

Eine milieutherapeutische Aufgabe besteht in der gezielten Darbietung von Beschäftigungsmöglichkeiten, die den Bedürfnissen und Wünschen der BewohnerInnen angepasst sind.

Elemente mit hohem Vertrautheits- und Aufforderungscharakter wie zum Beispiel

- Regale mit Wäsche und Küchenutensilien,
- Kommoden, Schreibtische,
- Garderoben mit Hüten und Mützen,
- Fenster mit interessanten Ausblicken

sollen zum Beobachten, Agieren und Tasten anregen, Kompetenzen aktivieren und fördern sowie selbstbestimmtes Handeln ermöglichen.

Der gemeinsame Lebensraum soll dabei nicht durch überflüssige oder sperrige Möbelstücke eingengt und überfrachtet werden. Kernelement ist es, Begegnung und Sinnesanregung zu ermöglichen.

Die Umgestaltung soll die Aufnahme sozialer Kontakte unterstützen und die freiwillige Teilnahme an Gruppenbeschäftigungen anregen. Erreicht werden soll dies durch großzügige interaktionsfördernde Kontakt- und Gemeinschaftszonen.

Bewegung:

Bewegung ist für viele Menschen mit Demenz die einzige Tätigkeit, die sie selbstständig und aus eigenem Antrieb kompetent realisieren können. Die Betroffenen können sich hier noch als autonom erleben. Ständiges Hin- und Hergehen stellt ein vorherrschendes Handlungs- und Aktivitätsmuster von Menschen mit Demenz dar. Dieses Bedürfnis wird nicht unterdrückt. Die räumliche Konzeption ermöglicht diese Aktivität. Barrierefreie Wege, die ein geringes Selbstgefährdungspotenzial aufweisen, bieten eine sichere Möglichkeit für Bewegung. Der lange Flur und der großzügige Veranstaltungsraum bieten Bewegungsfreiräume und ausreichend Raum für individuelle Aktivitäten.

Die Anbindung des Wohnbereiches an den angrenzenden eingefriedeten Gartenteil mit Rundwegen erweitert den Lebensbereich durch den direkten Natur- und Außenbezug entscheidend, lädt zur Bewegung und zum Anfassen ein und regt das Altgedächtnis an.

57.3

April 2014