

Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau

Jahresthema 2023

«Aus der Sicht
der Betroffenen»



Liebe Thurgauerinnen, liebe Thurgauer

Aktuell wohnen in der Schweiz annähernd 144'300 Menschen, die an einer Form von Demenz erkrankt sind. Davon leben circa 4'225 Personen im Kanton Thurgau. Pro erkrankte Person sind eine bis drei Bezugspersonen mitbetroffen. Bis 2050 werden voraussichtlich in der Schweiz 315'400 Menschen erkranken, denn der grösste Risikofaktor ist das Alter. Umgerechnet auf den Kanton Thurgau würde sich die Zahl in Richtung 10'000 Kranke entwickeln.

Wir wählen sehr bewusst das Motto: «**Würdevolles Leben mit Demenz im Thurgau**», um deutlich zum Ausdruck zu bringen, dass das Recht auf Leben und soziale Teilhabe ausnahmslos für alle Menschen gilt, auch für diejenigen, die weder durch Vernunft noch durch Sprache dieses Recht geltend machen können. Die Würde des Menschen ist unantastbar, und er verliert nicht seine Persönlichkeit durch Krankheit, Gebrechen oder Behinderung.

Das trifft auch und in besonderem Masse bei an Demenz erkrankten Menschen zu. Die gesellschaftsethische Qualität ist daran zu messen, wie mit älteren, behinderten, kranken und am Rande stehenden Menschen umgegangen wird. Für uns gibt es diesbezüglich keinen Spielraum für Kompromisse.

Herzliche Grüsse



René Künzli, Präsident der terzStiftung
Januar 2023



Die vom Kanton Thurgau in Auftrag gegebene Informations- und Sensibilisierungskampagne ist auf drei Jahre angelegt. Für jedes der drei Jahre der Sensibilisierungskampagne stellen wir ein zentrales Thema in den Mittelpunkt. Die Themen sollen, ohne die Realität zu beschönigen, lösungsorientiert, Hoffnung und Mut stiftend sein. Die Verbreitung der Botschaften stützt sich stark auf persönliche Erlebnisberichte von Betroffenen und Kurzkontakte an Orten mit vielen Menschen ab. Die Botschaften sollen Menschen berühren, sollen Kopf und Herz ansprechen.

Die Jahresthemen sind

- **2023:** Die Sicht der Betroffenen
- **2024:** Die Sicht der Angehörigen
- **2025:** Die Sicht der Enkel-Generation



Zur Würde gehört,

dass jeder in seiner Freiheit und in seinen Lebensentwürfen geachtet wird, dass Unversehrtheit garantiert werden muss. Würde und Achtung sind im Alter dann besonders hohe Güter, wenn Einschränkungen und Gebrechen dem Menschen die Selbständigkeit seines Lebens kaum mehr möglich machen. Jeder Hilflose hat Anspruch auf Würde und Achtung. Dies ist mehr als blosser Respekt, nämlich jemanden in seinem SO-Sein anzuerkennen. Diese Anerkennung garantiert dem anderen die Würde. Sie ist unteilbar, unaufhebbar, unaufgebbar und unantastbar. Sie kann von keiner menschlichen Autorität verliehen oder entzogen werden.

Sensibilisierung der Bevölkerung

An Demenz zu erkranken bedeutet weit mehr als „nur“ sein Gedächtnis zu verlieren. Die Alzheimer-Demenz steht häufig generell als Synonym für Demenzen. Hinter dem Begriff Demenz verbergen sich verschiedene Erkrankungen. Alzheimer ist mit 50 bis 60 Prozent zwar die häufigste, aber nicht die einzige Demenzform. Man unterscheidet nach Art der Entstehung drei Demenz-Gruppen:

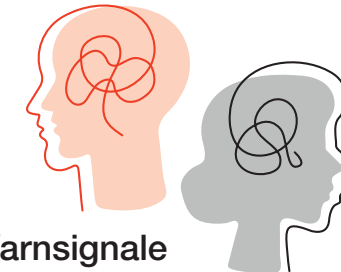
1. Neurodegenerative Demenzen, bei denen Nervenzellen des Gehirns Schaden nehmen. Spezifische Eiweiss-Ablagerungen und deren Bruchstücke beeinträchtigen das Zusammenspiel der Nervenzellen und bewirken langfristig deren Zerstörung.
2. Vaskuläre Demenzen, die sich als Folge einer gestörten Blutversorgung im gesamten Körperkreislauf und damit auch im Gehirn entwickeln.
3. Demenzen, die als Folge von Vergiftungen durch Alkoholmissbrauch oder Infektionskrankheiten wie HIV oder durch Creutzfeldt-Jakob-Krankheit, Stoffwechselstörungen, Vitamin B12-Mangel oder eine Schilddrüsenunterfunktion auftreten.

Die Alzheimer-Demenz zählt zu den neurodegenerativen Demenzen.

Eine medizinische Heilung oder eine medikamentöse Behandlung der Ursachen der Erkrankung ist noch nicht in Sicht. Ein würdevolles Leben bei einfühlsamer und professioneller Beratung, Betreuung und Pflege ist jedoch möglich.



Erste Anzeichen und Warnsignale



Warnsignale für Demenz



Vergesslichkeit...?

Vergessen ist normal! Wir übersehen ab und an einen Termin oder verlegen die Schlüssel. Und vielleicht kennen Sie auch die Situation, dass Ihnen im Keller partout nicht mehr einfällt, was Sie nun eigentlich holen wollten. Sich etwas merken zu können, ist immer auch abhängig von der momentanen Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit, der seelischen und geistigen Belastung. Und mit zunehmendem Alter nimmt unsere körperliche Leistungsfähigkeit und die unseres Gehirns ab – es wird schwieriger, sich Dinge zu merken, wir denken und antworten langsamer.



Notizen können helfen, an wichtige Handlungen zu denken.

...oder ist es Demenz?

Sobald die Gedächtnisprobleme aber spürbar negative Auswirkungen auf den Alltag haben, und frühere, tägliche Routinearbeiten zum Problem heranwachsen, sollten diese ernstgenommen werden. So kann es z.B. sein, dass man sich an seit Jahren wahrgenommene, wöchentliche Vereinstermine nicht mehr erinnern kann, dass etwas sehr Bedeutsames wie das Abholen eines Enkelkinds vergessen wird oder einem eingeübte Verrichtungen wie Kochen oder handwerkliche Tätigkeiten plötzlich nicht mehr leicht von der Hand gehen.

Ihr Arzt stellt eine Demenzerkrankung fest. Das ist ein Schock – für Sie, Ihre Familie und Ihren Freundeskreis. Aber es ist auch eine Erklärung. Denn seit einiger Zeit beobachten Sie Veränderungen an sich. Lassen Sie sich Zeit, Ihre Demenzdiagnose zu verarbeiten. **Aber dann planen Sie, wie es weitergehen kann!**

Wie geht es weiter?

Es gibt kein Patentrezept. Jeder Mensch ist anders.

Es stimmt:

Eine Demenz bedeutet, dass sich Vieles in Ihrem Leben ändern wird.

Das stimmt aber auch:

Auch mit einer Demenz geht das Leben weiter. Sie sollten aber bereit sein, sich der neuen Situation zu stellen und einige wichtige Dinge zu regeln.

Lassen Sie sich so bald wie möglich beraten zum Beispiel bei:

- **Alzheimer Schweiz**
www.alzheimer-schweiz.ch
- **Alzheimer Thurgau**
Dunantstrasse 2, 8570 Weinfelden
Tel: 052 721 32 54, Mail: info.tg@alz.ch
- **terzStiftung**, Telefonische Erstberatung über Assistenz-Technologie im Alter
Seestrasse 112, 8267 Berlingen
Tel: 052 723 37 00, Mail: demenz@terzstiftung.ch

Dort können Sie ausführlich besprechen, was Ihnen in der neuen Lebenssituation wichtig ist. Lassen Sie sich beraten!



Biographie- und Angehörigenarbeit, Lebenslaufanalysen, Gespräche und Persönliche Verfügungen sind die Informationsquellen für das angemessene begleitende oder stellvertretende Handeln.

Aufsuchende Demenz Beratungsstellen Thurgau

Ein Angebot für Betroffene, Angehörige und andere Bezugspersonen im Auftrag des Kantons Thurgau.

Demenz Beratungsstelle Arbon

Rebhaldenstrasse 13, 9320 Arbon

Tel. 071 447 17 57

demenzberatungsstelle@spitex-arbon.ch

Demenz Beratungsstelle Diessenhofen

Praxis Bahnhofstrasse AG, Bahnhofstrasse 18, 8253 Diessenhofen

Tel. 071 929 66 68

demenzberatungsstelle.diessenhofen@clienia.ch

Demenz Beratungsstelle Frauenfeld

Kantonsspital Frauenfeld, Haus Beo, 8500 Frauenfeld

Tel. 071 686 47 77

demenzberatungsstelle.frauenfeld@stgag.ch

Demenz Beratungsstelle Kreuzlingen

Spitalcampus Münsterlingen PH 3, Waldhausweg 1, 8596 Münsterlingen

Tel. 071 686 47 77

demenzberatungsstelle.kreuzlingen@stgag.ch

Demenz Beratungsstelle Sirmach

Wilerstrasse 18, 8370 Sirmach

Tel. 071 929 66 69

demenzberatungsstelle.sirmach@clienia.ch

Demenz Beratungsstelle Weinfelden

Alterstagesklinik Weinfelden, Brauereistrasse 18, 8570 Weinfelden

Tel. 071 686 47 77

demenzberatungsstelle.weinfelden@stgag.ch

Verfolgen Sie unsere Aktivitäten auf www.demenz-terzstiftung.ch

