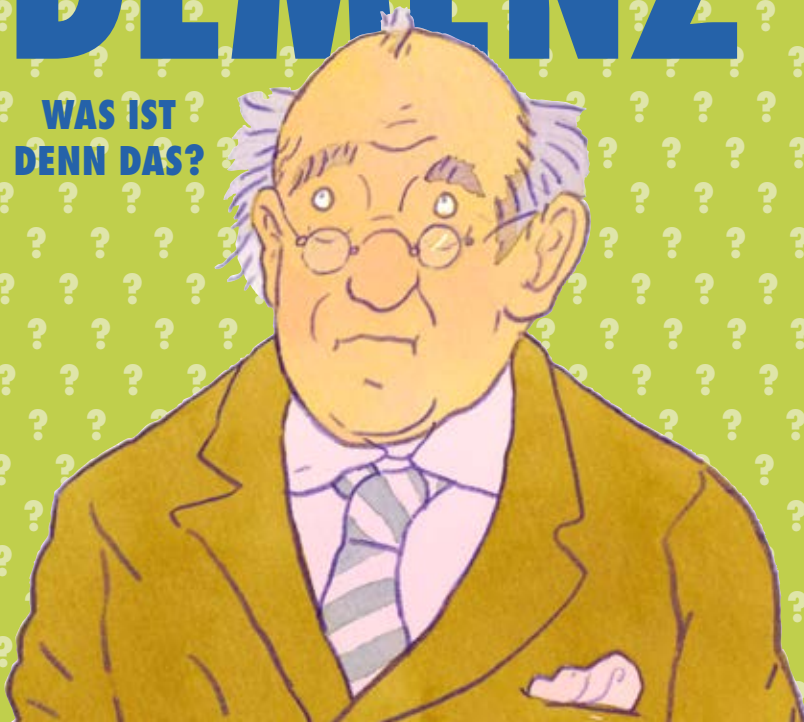


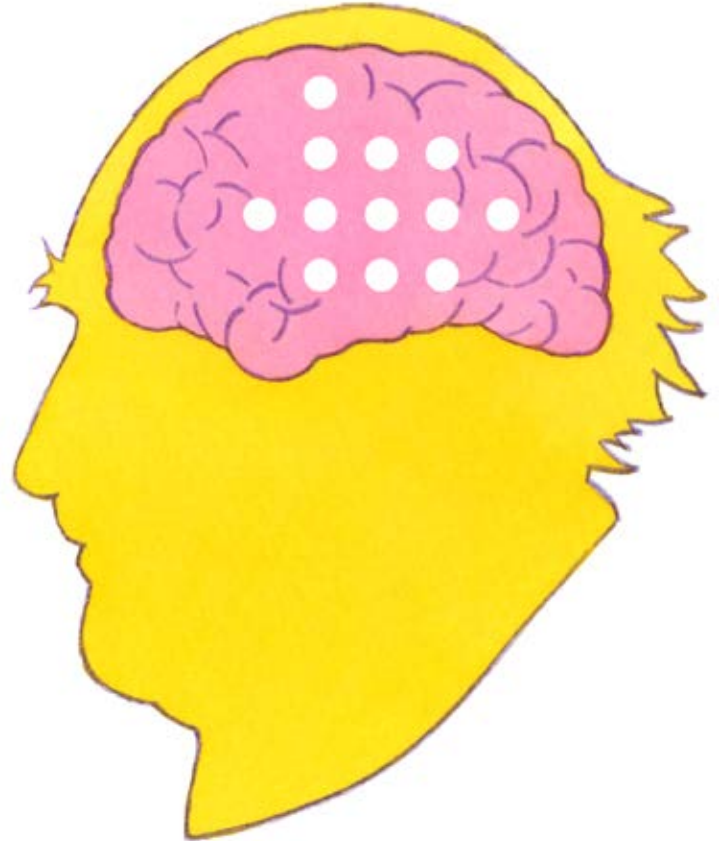
DEMENZ

WAS IST
DENN DAS?



DEMENZ IST EINE KRANKHEIT IM KOPF.

Wenn jemand Demenz bekommt, funktioniert sein Gedächtnis nicht mehr so gut wie früher. Sehen kannst du das nicht. Der Kranke hat dabei kein Fieber und auch keine roten Flecken im Gesicht. Demenz bekommen meistens ältere Menschen.



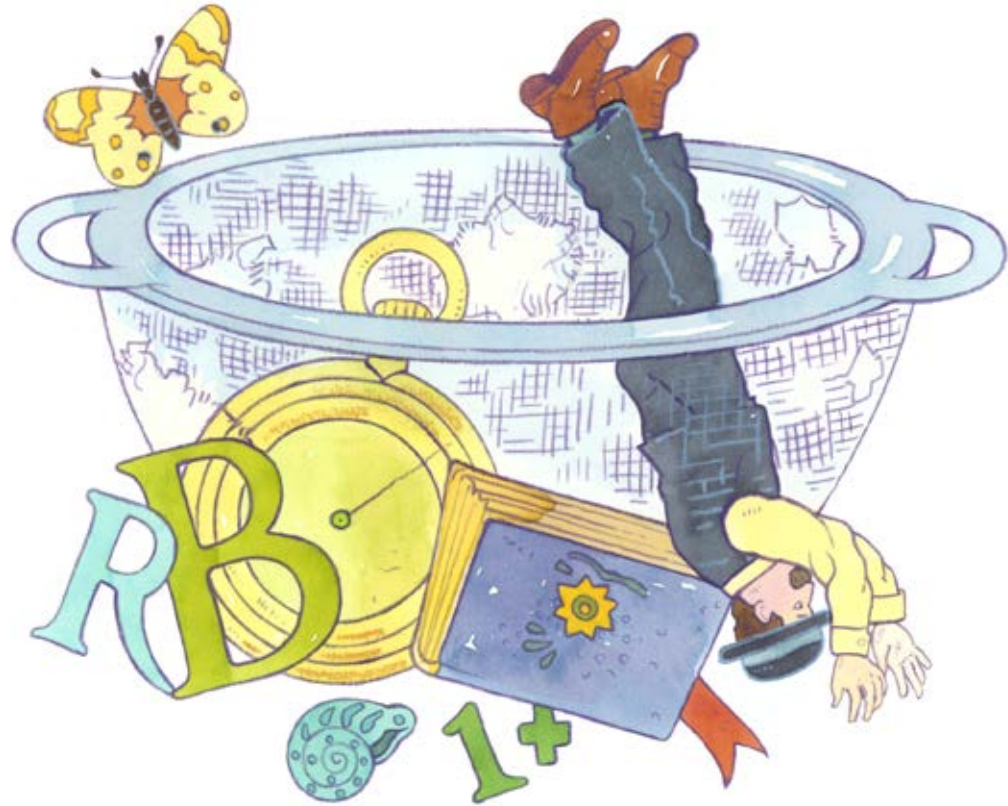
DAS GEDÄCHTNIS FUNKTIONIERT WIE EIN GANZ, GANZ FEINES SIEB.

Es fängt alles auf,
was du erlebst und lernst und
kann dir deshalb sagen,
dass $2 \times 2 = 4$ ist
und auch, wie du den
Reißverschluss deiner Hose
zumachen musst.



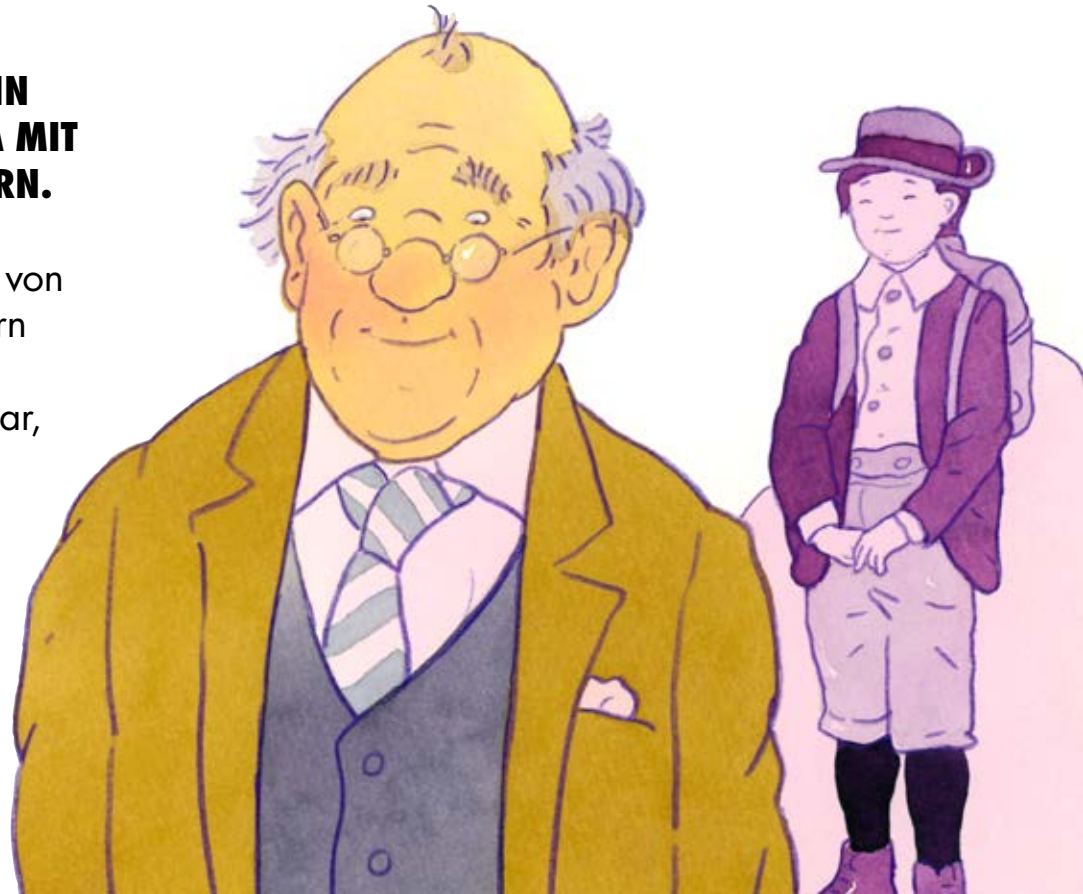
DAS GEDÄCHTNIS-SIEB BEKOMMT LÖCHER,

wenn ein Mensch an Demenz erkrankt. Zuerst ein paar kleine und dann immer mehr und auch größere. Vieles, was dieser Mensch weiß, gelernt oder erlebt hat, fällt nun nach und nach durch die Löcher und verschwindet. Die Erlebnisse vom Anfang seines Lebens sind für ihn wichtiger und daher auch größer. Die Erlebnisse der letzten Tage und Wochen sind kleiner. Darum fallen die auch besonders schnell durchs Sieb und verschwinden.



AN DIE KINDHEIT UND SCHULZEIT KANN SICH DARUM EIN OPA ODER EINE OMA MIT DEMENZ OFT NOCH SEHR GUT ERINNERN.

Und sogar genau an die ganzen Texte von alten Kinderliedern. Aber was es gestern zum Mittagessen gab oder dass er am Samstag mit deiner Mutter einkaufen war, das weiß er nicht mehr.



„WER BIST DU DENN?“

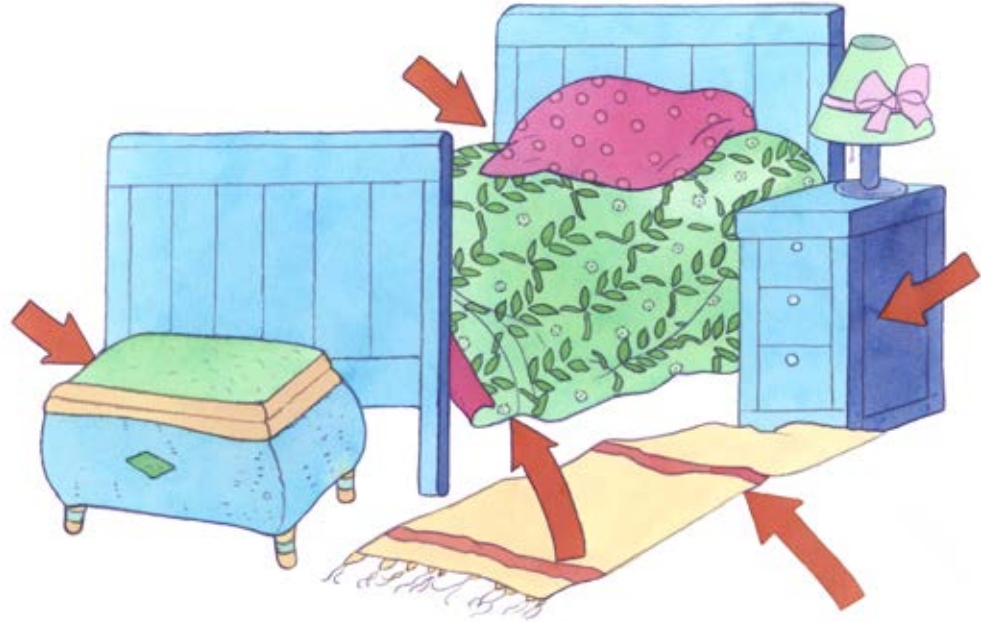
fragt dein Opa dich vielleicht eines Tages erstaunt. Das kann passieren, wenn er schon lange Demenz hat – dann vergisst er glatt, wie du aussiehst. Darüber brauchst du aber nicht traurig zu sein, denn auch wenn das Gedächtnis deines Opas langsam schlechter wird, seine Gefühle bleiben dieselben wie immer – das heißt, er hat dich trotzdem noch lieb!



**WAS KANNST
DU TUN,
WENN DEIN
OPA KOMISCH
WIRD?**

WENN OPA AUSREDEN ERFINDET...

Falls dein Opa einmal Demenz bekommen sollte, bist du wahrscheinlich traurig darüber. Aber auch für deinen Opa ist das ganz schön schwer! Denn gerade am Anfang der Krankheit merkt er selbst, dass er immer öfter etwas vergisst. Das ist ihm natürlich peinlich und daher wird er vielleicht versuchen, so manches vor euch zu vertuschen. Wenn er zum Beispiel merkt, dass er vergessen hat, wo er die Zeitung hingelegt hat und du das mitbekommst, sagt er vielleicht: „Ach, ich hatte sowieso gerade keine Lust zu lesen“.



HELFEN KANN SEHR SCHÖN SEIN.

Bestimmt hat dir deine beste Freundin schon mal bei den Hausaufgaben geholfen. Darüber hast du dich wahrscheinlich echt gefreut. Sich unter Freunden und in der Familie gegenseitig zu helfen ist eine schöne Sache! Bei deinem Opa kann es – wenn er schon länger Demenz hat – vorkommen, dass er auf einmal nicht mehr weiß, wie man mit Messer und Gabel isst oder sich die Jacke zuknöpft. Aber auch das ist nicht so schlimm – vielleicht möchtest du ihm ab und zu einfach mal helfen? Über Hilfe freut er sich wahrscheinlich genauso wie du!



VIELE DINGE KANN OPA NOCH GUT!

Aber auch wenn dein Opa mit seiner Demenz vieles nicht mehr kann – es gibt auch einiges, was du besonders gut mit ihm machen kannst, wenn du Lust hast: Vor allem ist es ein schönes Gefühl für ihn, wenn er nicht allein ist. Er freut sich bestimmt darüber, wenn du ihm etwas vorliest oder ein bisschen aus der Schule erzählst, mit ihm Lieder singst oder mit ihm alte Fotos anguckst. Das macht er sicher gern und vielleicht fällt ihm dann eine alte Geschichte ein – eine, die nicht durch das Gedächtnis-Sieb gefallen ist!



WENN ANDERE ÜBER DEINEN OPA LACHEN...

...dann lass sie ruhig erst mal auslachen.
Und dann kannst du ihnen das Prinzip vom
Demenz-Gedächtnis-Sieb ja einfach mal
erklären. Schließlich können ihr Opa oder
ihre Oma auch Demenz bekommen.



IMPRESSUM

HERAUSGEGEBEN VON

Landeszentrale für Gesundheitsförderung

in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) · Hölderlinstraße 8 · 55131 Mainz

Telefon: 0 6131 20 69-0 · Fax: 0 6131 20 69-69

Internet: www.lzg-rlp.de · E-Mail: info@lzg-rlp.de

V.I.S.D.P.

Susanne Herbel-Hilgert, LZG

PROJEKTKOORDINATION

Annika Welz, LZG

AUTORIN

Martina Peters, www.martina-peters.de

ILLUSTRATIONEN

Karin Blume, www.karin-blume.de

GRAFIK

André Zander, www.andre-zander.de

DRUCK

I. B. Heim, Mainz, 3. Auflage: 5.000 Stück



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR SOZIALES,
ARBEIT, GESUNDHEIT
UND DEMOGRAPHIE

LZG

Landeszentrale für
Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.



Gefördert durch Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie (MSAGD) im Rahmen der Demenzstrategie des Landes Rheinland-Pfalz.

www.msagd.de

Weitere Infos zu Demenz finden Sie unter www.demenz-rlp.de

ARTIKEL-NUMMER

GSE3010

MATERIALIEN ZUR GESUNDHEITSFÖRDERUNG

LZG-Schriftenreihe Nr. 216

