

## Wir sind für Sie da:

Die **Pflege- und Sozialberatung informiert, berät und schult** Sie rund um das Thema Pflege und das Leben im Alter.

- bei Ihnen zu Hause oder in der Pflegewerkstatt
- zur Vorbereitung auf eine Pflegesituation zu Hause
- zum Thema Pflegeeingradung und zu gesetzlichen Ansprüchen



**Wir bieten regelmäßig  
Pflegekurse und Demenzkurse  
für pflegende Angehörige an.**

Die Pflege- und Sozialberatung  
finden Sie in der **Pflegewerkstatt**  
im Nebengebäude (Untergeschoss) des

**St.-Marien-Hospital**  
Propst-Sievert-Weg 9 in Borken  
Tel. 02861/945-855

**Öffnungszeiten:**  
Montags bis freitags von 9.00 bis 11.00 Uhr

**Vereinbaren Sie einen Termin mit uns:  
Unsere Mitarbeiter besuchen Sie  
auf Wunsch auch Zu Hause.**

Gefördert durch



Caritasverband  
für das Dekanat Borken e.V.

Turmstraße 14 · 46325 Borken  
Tel. 02861/945-810 · www.caritas-borken.de



# WAS TUN. WENN ...

**Wir sind  
für Sie da ...**

Informationen  
für pflegende Angehörige  
von Demenzerkrankten

## Trinken bei Demenz



**Wir sind für  
Sie da ...**

Pflege & Gesundheit

## Liebe Leserin, lieber Leser,

An Demenz erkrankte Menschen trinken oft zu wenig, da ihr Durstgefühl langsam verloren geht. Dabei ist dies gerade für die Funktionsfähigkeit des Gehirns sehr wichtig. Eine verminderte Aufnahme von Flüssigkeit kann die Anzeichen einer Demenz verstärken.

**Mit diesem Merkblatt möchten wir Ihnen einige Tipps zur Trink-Motivation Ihres an Demenz erkrankten Angehörigen geben.**

**Wir beraten Sie gerne  
kostenfrei und individuell.**

**Vereinbaren Sie einen Termin mit uns:  
Unsere Mitarbeiter besuchen Sie  
auf Wunsch auch Zu Hause.**

**Ihr Team der Caritas Pflege & Gesundheit  
und der Pflegewerkstatt.**

## Warum trinken dementiell erkrankte Menschen zu wenig?

**Mögliche Ursachen können sein:**

- Das Durstgefühl ist verloren gegangen.
- Die Mitteilungsfähigkeit von Bedürfnissen ist nicht mehr vorhanden.
- Die Person bekommt keine Flaschen geöffnet oder kann Abläufe nicht mehr steuern.
- Die Person kann das „Trinken“ nicht umsetzen.
- Durch die Demenz können Wahrnehmungsstörungen auftreten. Dies kann dazu führen, dass die Person misstrauisch wird und angebotene Getränke ablehnt. Die Person vermutet z.B., dass das Getränk vergiftet sei.
- Schluckstörungen

Wenig Erfolg bringt das ständige Ermahnen einer an Demenz erkrankten Person. Dies kann zu Diskussionen führen und die Flüssigkeitsaufnahme eher verschlechtern. Daher ist es sinnvoll **verschiedene Wege der Motivation** zu testen. Die Demenz äußert sich bei jedem Menschen anders, sodass auch die folgenden Tipps nicht bei jedem Menschen helfen können. Daher sollte dies einfach ausprobiert werden.

- Gibt oder gab es ein **Lieblingsgetränk**? Preisen Sie dies an. Bedenken Sie aber, dass sich Vorlieben ändern können.
- Bei an Demenz erkrankten Personen ändert sich der Geschmacksinn. Süßes wird gut wahrgenommen: **Getränke süßen oder süße Säfte** nutzen.
- **Biografiearbeit** ist wichtig! Versuchen Sie, damalige Gewohnheiten beizubehalten und im Alltag zu integrieren, sodass sie **Routine** werden. Das vermittelt Sicherheit.
- Schon früh am Tage mit einem Trinkangebot starten und neben Tee und Kaffee auch Wasser und Saft anbieten.
- Mit „Prost“, einem **Trinklied oder Spruch** anstoßen.
- Den Erkrankten auffordern, sich noch etwas einzuschenken.
- Auf den **Duft** von frisch gekochtem Kaffee/Tee hinweisen.
- Um **Meinung** bitten: Probiere du doch mal, ob der Tee süß genug oder ob der Kaffee stark genug, Saft kühl genug ist.
- Zum Austrinken auffordern, da die Spülmaschine angesetzt werden soll.
- Getränke **gemeinsam testen** und aussuchen.
- Getränke an mehreren Stellen im Haus verteilen (besonders für rastlose Personen).
- Bei Schluckbeschwerden den Arzt oder Logopäden ansprechen. Evtl. ist die Gefahr des Verschluckens bei dickflüssigeren Getränken geringer z.B. Buttermilch, passierte Gemüsesäfte etc.
- Nahrung mit hohem Wasser-/Flüssigkeitsgehalt anbieten (Suppen, Pudding, Wassereis)
- Wasserhaltige **Obstsorten** anbieten z.B: Weintrauben, Melone, Erdbeeren.
- Auch leicht alkoholische Getränke können angeboten werden (mit Arzt absprechen).
- Abwechselnd heiße und kalte Getränke anbieten (sorgt für **Abwechslung**).
- Getränke zum Essen anbieten.
- Ein Wasserglas auf einem weißen Tisch wird nicht direkt wahrgenommen, da sich die Wahrnehmung bei Demenz erkrankten ändert. Daher z.B. roten Traubensaft mit Wasser mischen oder ein buntes Glas/eine Rote Tasse nutzen. **Signalfarben verwenden**.
- Achten Sie bitte auch auf die richtige **Temperatur** der Getränke. Bei zu heißen oder zu kalten Getränken besteht Verbrennungsgefahr. Auch ist die Motorik häufig eingeschränkt wie z.B. das Greifen einer Tasse.