

## Wir sind für Sie da ...

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



Wir bieten regelmäßig  
**Pflegekurse und Demenzkurse**  
für pflegende Angehörige an:  
<https://shop.caritas-borken.de/Kursangebot/>

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

St.-Marien-Hospital  
Propst-Sievert-Weg 9 in Borken  
Tel. 0 28 61/97 31 35  
e-Mail: [cpg-pwborken@caritas-borken.de](mailto:cpg-pwborken@caritas-borken.de)

**Öffnungszeiten:**  
Montags bis donnerstags 9.00 – 11.00 Uhr

**Vereinbaren Sie einen Termin mit uns:**

**Unsere Mitarbeiter besuchen Sie  
auf Wunsch auch zu Hause.**

**Eine Online-Beratung per Video-Chat ist ebenfalls möglich.**

In Kooperation mit dem  St. Marien-Hospital  
Borken



Caritasverband  
für das Dekanat Borken e.V.  
Turmstraße 14 · 46325 Borken  
Tel. 02861/945-810 · [www.caritas-borken.de](http://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.**

**Brauchen Sie Unterstützung bei der Erkennung von Gefahrenquellen?  
Kennen Sie Hilfsmittel, die Ihre Sicherheit im Haushalt erhöhen?**

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

**Eine Online-Beratung per Video-Chat ist ebenfalls möglich.**

## 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.