

Präventionsmaßnahmen bei bereits bestehender Demenz

Umgebung anpassen

Eine vertraute und übersichtlich gestaltete Umgebung hilft Menschen mit Demenz, sich zu orientieren und so möglichst selbstständig zu bleiben. Dazu tragen auch Maßnahmen bei, die für Sicherheit sorgen, um zum Beispiel Verirren oder Verletzungen zu vermeiden.

- Belassen Sie die Gestaltung der Wohnung möglichst so, wie es gewohnt ist.
- Platzieren Sie wichtige Gegenstände wie Brille, Telefon oder Geldbeutel an gewohnten Stellen.
- Kennzeichnen Sie einige Stellen in der Wohnung, z. B. die Toilette, das Schlafzimmer, den Kühlschrank. Bringen Sie dazu Fotos, einfache Schriftzüge oder selbst gemalte Bilder an.
- Sorgen Sie dafür, dass Gehhilfen griffbereit und funktionstüchtig sind.
- Beseitigen Sie Stolperfallen wie Teppiche, Fußmatten oder Kabel.
- Heben Sie Türrahmen, Türen, Geländer oder elektrische Schalter möglichst farblich hervor.
- Nutzen Sie nach Möglichkeit helle Bodenbeläge.
- Achten Sie auf eine gute Beleuchtung in der Wohnung. Leuchten Sie auch die Ecken gut aus, um Schatten zu vermeiden.
- Nutzen Sie nachts Lichterketten, Nachtlichter für die Steckdosen oder Bewegungsmelder mit Zeitschaltuhr.
- Hängen Sie eventuell Spiegel mit Tüchern ab. Sie lösen bei Menschen mit Demenz mitunter Angst aus.
- Entfernen Sie Gefahrenquellen wie giftige Pflanzen, Feuerzeuge, Putzmittel, Medikamente, scharfe Messer oder Fön. Bewahren Sie gefährliche Gegenstände sicher auf, etwa in einem abschließbaren Schrank. Sie können Schranktüren und Schubladen auch mit einer Sicherung versehen.
- Verstellen oder verdecken Sie gefährliche Bereiche wie Treppen oder Sicherungskasten.

- Ziehen Sie abschließbare Fenster in Erwägung.
- Nutzen Sie Sicherheitstechnik, z. B. Alarmsysteme wie Wasser-, Brand- und Rauchmelder, Wasserregulatoren oder eine Herdsicherung. Lassen Sie sich dazu vorab beraten.
- Holen Sie [fachlichen Rat](#) zur Umgestaltung der Wohnung ein.