

HausPost

HAUSZEITSCHRIFT VITANAS DEMENZ CENTRUM AM SCHLEINUFER 1 | 2015



Hoher Besuch: Der Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe besucht das Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer

Unsere neue Zeitschrift
Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen der ersten Ausgabe!

So sind wir
Mit Schellen, Rasseln, Trommeln dem Leben ein Stück näher

Liebe Leserinnen und Leser,

einst bedeutende Eisenbahnstation, hat unser schönes Haus an der Elbe den Krieg überdauert. Nach 1990 harrte es leer stehend einer neuen Perspektive. Vitanas sowie unser Hauptgesellschafter und Investor, Nikolai P. Burkart, haben mit dem Ausbau zu einer Demenz-Pflegestätte richtungsweisende Signale zu diesem gesellschaftlichen Problem gesetzt. Für 16 Millionen Euro wurden 127 Pflegeplätze in 89 niveaувollen Zimmern geschaffen. Auf 6.470 m² Grundstück mit „Garten der Bewegung und der Sinne“ sind wir eine ruhige Insel nahe am pulsierenden Großstadtleben. Nach Prof. Böhm zertifiziert und in Kooperation mit Forschern, wenden wir neueste Erkenntnisse bei Pflege und Therapie an. Wir sind anerkannt und bundesweit als Kompetenzzentrum für Menschen mit Demenz beachtet, wie der Besuch von Gesundheitsminister Hermann Gröhe zeigte.



Unsere Markenzeichen sind Lebensoptimismus, Freundlichkeit, Sorge und Sorgfalt gegenüber den Bewohnern. Dies immer besser auszuprägen, ist das Ziel auch 2015. Ich danke allen, die unserem anspruchsvollen Haus Leuchtturm-Charakter verleihen, und den Angehörigen für ihr Vertrauen. In dieser Zeitschrift soll dies Bewohnern, ihren Nächsten, Mitarbeitern, Ehrenamtlichen, Geschäftspartnern und bewohnerzuweisenden Stellen nahegebracht werden. Viel Freude und Gewinn bei der Lektüre!

Christel Dost, Centrumsleiterin

Aus dem Inhalt

| | |
|--|-------|
| So sind wir Musiktherapie mit Hedda Meilicke in unserem Centrum | 3 – 5 |
| Kalenderblatt Veranstaltungshöhepunkte der vergangenen Monate | 6 – 8 |
| Flurgespräch Gottesdienst mit Domprediger Giselher Quast | 9/10 |
| Rosi & Dodi – die Stromer von der 3. Etage | 10 |
| Weißt du noch ... Ursula Eckert erzählt aus ihrem Leben | 11 |
| Wissenschaft Forschung Zur Pflegestrategie in unserem Haus | 12/13 |
| Meine Stadt Markante Punkte in Magdeburg | 14/15 |
| Ehrenamt Doris Zimmermann unterstützt Bewohner und Mitarbeiter | 16 |
| Der Hausarzt rät Dr. Torsten Kudela zum Thema Sturzprophylaxe | 17 |
| Auf ein Wort Einmal wöchentlich zum Reha-Sport | 18 |
| Unsere Gäste Prominente aus Politik, Sport und Kultur | 19 |
| Gespräch Dr. Mathias Krauß über die Betreuung Demenzkranker | 20/21 |
| Geburtstage Memory | 22 |
| Termine Abschied | 23 |
| Kontakt Lageplan Impressum | 24 |

Hedwig Mentzels Geständnis:

„Musik ist mein Leben“

Eine Stunde lang „gelauscht“ – Musiktherapie mit Hedda Meilicke

Als die leitende Ergotherapeutin des Hauses, Hedda Meilicke, am Tisch die Orffschen Instrumente verteilt, strecken sich erwartungsvoll Hände aus – auch ein Stück Erinnerung. Helga Meißner nimmt einen Triangel, Helene Köhn gleichfalls, Dr. Erich Meißner die Trommel. Zu vergeben sind Schellen, Rasseln, Fingerzimbeln, Mini-Schlagzeug. Christa Zeppock, Ilse Prochaska, Alma Littau, Marianne Heine, Ingrid Treichel bedienen sich.

Dann erklingt Hedda Meilickes Gittare: „Ein Vogel wollte Hochzeit machen ...“ Die Runde schmettert begeistert das Volkslied. Hedwig Mentzel strahlt: „In der Wandergruppe habe ich oft gesun-

gen.“ Im Saal stimmen viele mit ein, gestikulieren lachend. Wenn auch nicht alle. Einige hat wieder der Schlaf übermannt. Die 43-jährige Therapeutin Hedda Meilicke ist zumindest optimis-



tisch: „Beim nächsten Mal wird es vielleicht anders.“

„... Musik ist das, was Freude bringt.“

(Wilhelm Busch)

Bei der heutigen Musiktherapie-Stunde, stets mittwochs im Gemeinschaftssaal „Marktplatz“, ist wieder Chorsingen angesagt. Das Fröhlichsein durch Musik allein hätte bereits therapeutischen Wert. Entsprechend handeln auch ihre anderen Kolleginnen, so die Ergotherapeutin Anne-Kathrin Wolf. Bekannte Klänge hellen den Kopf auf, kurbeln geistige Prozesse an.

Ein Beweis zeigt sich an den Tischen: Selbst jenen, die den vorbereiteten Text nicht lesen können, kommen die Liedzeilen über die Lippen. Rhythmische Bewegungen gehen bis in die Fußspitzen, sogar bei motorischen Problemfällen.



Bei dementen älteren Menschen funktioniert oft noch das Langzeitgedächtnis. Sehr stark wirken abgespeicherte Lieder, auch Erinnerungen an das eigene Instrument. „Überall da setzen wir an“, sagt die Staatlich anerkannte Ergotherapeutin und studierte Erzieherin.

„Wo man singt, da lass dich ruhig nieder...“

(Heinrich Heine)

„Böse Menschen kennen keine Lieder.“ Die Fortsetzung der obigen Heine-Verse gilt im besten Sinne für die Hausbewohner. In liebevoller Art und Weise werden sie hier fachgerecht betreut – Wohlfühlatmosphäre durchgängig.

Ein i-Tüpfelchen ist die Musiktherapie, wozu am Nachmittag noch Tanz gehört. Darauf wartet schon Herr Groß, der eben seine „Tanzschuhe“ in Begleitung von Centrumsleiterin Christel Dost schnell noch vom Schumacher geholt hat.



Konzerte des Rossini-Quartetts oder des Chors der Volkssolidarität flankieren die therapeutische Arbeit.

„Singen ist gut, hilft Körper und Seele.“

(wissenschaftliche Erkenntnis)

Beim „Internationalen Kongress für Musik in der Therapie 2003“ wurde dezidiert der Wert der Musik für die Demenztherapie herausgestellt. Sie hilft Betroffenen, Zugang zur eigenen Vergangenheit zu bekommen, sagt auch Vitanas-Demenzexpertin Dr. Claudia Zemlin. Die Klienten fühlen sich emotional an alte Zeiten erinnert und sozial geborgen. Selbst bei eingeschränkter Sprachfähigkeit wird mitgesungen. Dr. Zemlin: „Musik hat enorme reaktivierende Wirkung, die wir zielgerecht nutzen“. Im Vitanas Haus wird ohnehin das psychobiografische Pflegemodell nach Professor Böhm favorisiert. Die Musiktherapie als ein „Hauptfach“ sei am beliebtesten, sagen Christel Dost und Heiko Nötzold, Assis-

tent. An diesem Mittwoch sind fast 50 Hausbewohner mit dabei.

Musik kann Stress abbauen, Leiden lindern. Die Therapie verwendet dazu Instrumente jeder Art. „Wir haben noch Akkordeons, ein Keyboard, Flöten“, sagt Hedda Meilicke. Die menschliche Stimme wird intensiv genutzt, so auch heute beim (Chor-)Singen biografisch bedeutender Lieder.

„Mit Musik geht alles besser.“ (allgemeine Volksweisheit)

Dieses Gefühl der Beschwingtheit kennen die Klienten des Vitanas-Hauses. Hedda Meilicke geht häufig schon morgens in die Zimmer, bringt ein Ständchen auf der Gitarre. „Oder ich lege in Abstimmung die Lieblings-CD ein“, erzählt sie in der Pause. So beginnt für jene, die es bewusst wahrnehmen, vielleicht aber auch für andere, ein Tag, an dem die Sonne strahlt, das Ankleiden besser von der Hand geht und das Frühstück noch besser schmeckt.

Die Getränke sind ausgeschenkt, die Pause vorbei. Die Therapeutin greift zur Gitarre. „Im Frühtau zu Berge...“ erklingt und Hedwig Mentzel gesteht hellbegeistert: „Schön! Musik ist mein Leben!“



„Marktplatz“ wurde zum Konzertsaal



Erstmals luden Petra Steinbrink und Christel Dost zum öffentlichen Konzert direkt ins Vitana Demenz Centrum Am Schleinufer ein: Musikfreunde aus Magdeburg und Bewohner des Hauses lauschten nach Sektempfang gemeinsam weihnachtlichen Klängen, die Marco Reiß mit seiner Violine und Petra Steinbrink am Flügel zauberten (Foto). Unter den Gästen im „Marktplatz“ war auch Dr. Karl-Heinz Daehre, Landesminister i. R. Eintrittskarten konnten auch in der Galerie Life im Hundertwasserhaus erworben werden. Weitere Konzerte werden folgen, kündigte Centrumslleiterin Christel Dost an.



Das eiserne Paar Mitbauer mit Magdeburgs Oberbürgermeister Lutz Trümper, Christel Dost (l.) und Ute Zacher



Eisern, eisern: Selbst der OB gratulierte

Sie feierten kürzlich das eiserne Ehejubiläum, aber gerostet ist rein gar nichts: „Wir haben uns unser ganzes Leben lang geliebt, bis heute“, gestanden Rosemarie und Erwin Mitbauer einem Zeitungsreporter, der sie am 23. Dezember des vorigen Jahres interviewte. An dem Tag vor 65 Jahren hatten sich die ehemaligen Halberstädter und jetzigen Bewohner unseres Hauses das Ja-Wort gegeben. Im

geschmückten „Marktplatz“ wurde dem glücklichen Paar ein zünftiges Ständchen gebracht, dazu eine Torte mit einer „65“ drauf. Die Kinder, vier Enkel und sechs Urenkel gratulierten. Selbst Magdeburgs Oberbürgermeister Lutz Trümper stieß mit den beiden Neu-Magdeburgern an und plauerte mit ihnen. Verständlich – von den beiden kann wohl jeder fürs eigene lange Eheglück ein bisschen lernen.

50 Frauen wollen Gesundheit tanken

Fitnessstudio betreut auch die Kinder/ Betriebliches Gesundheitsmanagement gestartet



8. Januar 2015, erster „Tag der Gesundheit“ im Haus. Heute sind die Mitarbeiter angesprochen. Zahlreiche Bewohner, auch Ulrich Süß sind dabei. Am AOK-Stand werden gesunde Häppchen probiert. Den Alltagsbegleiterinnen Ursula Gebhard und Christina Schulz schmeckt es. Prima Anregung, meint Ehrenamtliche Christel Buder.



Bewohner Ortwin Zibulski am Therapiegerät der Strehlow GmbH, betreut von Holger Bluhm (r.) und Mike Wiegand

Pflegerin Cindy Bartsch absolviert nebenan den „Zucker-Test“. Lisa Falkus und Carolin Heinrichs von der Sudenburger Apotheke messen auch Cholesterinwerte.

Wohnbereichsleiterin Eileen Dohl indes tritt in die Pedale eines Geräts von „Fitness Class“. „In dem Studio wollen 50 Frauen von uns Rücken- und Beinmuskulatur trainieren“, berichtet Centrumsleiterin Christel Dost. Auch psychologische Beratung sei möglich, Kinder werden während des Trainings im Studio betreut.



Eileen Dohl wird angefeuert von der Ehrenamtlichen Christel Buder. Mitte: Christian Lange von „Fitness Class“

Der „Tag der Gesundheit“ ist der Auftakt fürs ständige Betriebliche Gesundheitsmanagement. Prävention soll dauerhaft zum Alltag gehören. Nur mit gesunden und motivierten Mitarbeitern funktioniert ein solches Haus. Geschätzt werden die Beratungen von AOK-Coach Stefanie Voigtländer zu Möglichkeiten der Arbeitserleichterung.



Anne Schmidt speichert vor dem Wirbelsäulen-Scan die Daten von Robert Götting

Gegen 13 Uhr lässt Azubi Robert Götting die Wirbelsäule scannen. Die tägliche Belastung der Pflegemitarbeiter ist groß. Uns liegt es am Herzen, hier vorbeugend etwas zu tun, sagt Christel Dost. Sie betont: „Nun gehe es um Nachhaltigkeit, auch bei den Besuchen im Fitness-Studio.“



Faschingstrubel mit Helau und Polonaise



Zur Begrüßung ein kräftiges Helau im Saal und das 70-jährige Temperamentsbündel Karin Voelskow riss mit dem Akkordeon viele von den Stühlen - Polonaise im „Marktplatz“. Dann kamen noch Knirpse aus der Kita Mandala; auch Mitarbeiter Marika Öztürk, Petra Trittel, Ingrid Pelzer sorgten für Stimmung. Bewohnerin Hildegard Junghans fand es ganz toll: „Wie früher.“ Die Ehrenamtliche mit dem Akkordeon stimmte Lieder zum Schunkeln an: „Geh’n wir mal rüber zu Schmidts“, „Wie geht’s, wie steht’s?“ Die Antwort stand längst in den Gesichtern: „Sehr gut geht es uns!“



Bei uns im Haus

Höhepunkte der nächsten Monate

Alpakas können am 5. März wieder einmal gestreichelt, gepflegt, gefüttert werden. Zur „Therapie mit Tieren“ sind auch Kinder zu Gast.

Täve Schur ist erstmals am 12. März beim Promi-Kegeln dabei. Das Radrenn-Idol antwortet gern auf Fragen.

Zum Sportfest wird im Mai in den „Garten der Sinne“ eingeladen. Spiel und Spaß mit Gästen sind angesagt.

Herrentagsgrillen steht am 14. Mai auf dem Programm. Herzlich willkommen sind ausdrücklich auch die Damen.

Neu auf den Etagen

Für Leseratten

Die erst kürzlich eingerichtete Leseecke in der 3. Etage ist bereits beliebt. Sessel und Stehlampe sorgen für Bequemlichkeit beim Schmökern.

Bunte Fenster

Die neuen bunten Fenster im „Raum der Stille“ hat die Firma fineArt gestaltet. Sie geben dem Raum eine wunderschöne farbliche Atmosphäre.

Einmal im Monat kommt Giselher Quast in die 3. Etage Gottesdienst mit dem Domprediger im Raum der Stille

In der 3. Etage existiert mit dem Raum der Stille ein ganz besonderes individuelles Rückzugsgebiet. Jeden Monat einmal können Christen des Hauses hier auch einen Gottesdienst besuchen. „HausPost“ sprach darüber mit Domprediger Giselher Quast.

HausPost: Was bewog Sie, in der Vitanas Einrichtung, die ja kein reines konfessionelles Haus ist, Gottesdienste abzuhalten?

Giselher Quast: Das Haus befindet sich auf dem Gebiet der evangelischen Domgemeinde und wir suchen stets gutnachbarschaftliche Kontakte. Die Leiterin Christel Dost gleichfalls und so trafen sich unser beider Anliegen. Ganz persönlich nahm ich ihre Einladung ins Haus auch deshalb an, weil ich gern mit den älteren Menschen im Vitanas-Haus zusammenarbeite.

HausPost: Welche Themen werden Sie ansprechen?

Giselher Quast: Solche zum Kirchenjahr und dessen Höhepunkte beispielsweise. Aber nicht die intellektuellen Inhalte sind hier entscheidend. Ich bin kein Therapeut für Demenzkranke, jedoch werde ich stets vertraute Dinge ansprechen. Angefangen mit dem 23. Psalm „Der Herr ist mein Hirte ...“. Den kennen viele noch aus der Kindheit.

HausPost: Sie bringen manchmal auch Musikinstrumente mit, weiß man inzwischen.



Giselher Quast

Giselher Quast: Ja, die Gitarre. Natürlich werden wir altbekannte Kirchenlieder auch mit Orgelbegleitung singen. Wir feiern die Gottesdienste mit interessierten Christen, werden so zur inneren Ausgeglichenheit beitragen, vielleicht helfen, verlorene Erinnerungen anzuregen.

HausPost: Sie haben das Haus zur Eröffnung gesegnet, Sie kennen es. Geben Sie ein Urteil über die hier geschaffenen Bedingungen ab?

Giselher Quast: Die Vitanas-Gruppe hat in der umgestalteten alten Reichsbahndirektion sehr gute räumliche Voraussetzungen geschaffen. Mitten in der Stadt, im prallen Leben. Das hochqualifizierte und engagierte Personal ist das größte Plus. So wird, das ist meine Erfahrung, auch die Würde im Umgang mit Demenzkranken gewahrt.

HausPost: Wird Ihrer Meinung nach



Gottesdienst mit Giselher Quast im Raum der Stille

das Demenzproblem von der Gesellschaft ausreichend berücksichtigt?

Giselher Quast: Ich merke, dass das Thema immer präsenter wird. Auf vielfältige Weise, sowohl was Pflege- und Palliativeinrichtungen betrifft als auch neue Gesetze. Dabei wird nun speziell auch die Demenzfrage berücksichtigt.

Sie ist generell mit dem Älterwerden verknüpft und kann, wird nicht gesteuert, zum gesellschaftlichen Problem werden. Gut, dass selbst neue Romane, Fernseh- und Kinofilme das aufgreifen, auch mit dem Grundgedanken, Ängste abzubauen. Das hilft in diesem komplexen Prozess.

Rosi & Dodi

Zwei Stromer von der 3. Etage

Sie sind umschwärmt wie Fernsehstars und wenn beim Toben eine Vase kippt, ist niemand böse: Rosi und Dodi heißen die Lieblinge mit den Samtpfötchen. Die 3. Etage – also „Stadt-

park“, „Bördepark“ und „Nordpark“ – ist ihr Zuhause. Dort ziehen sie ihre Kreise, besuchen die Bewohner auf den Zimmern. Für zusätzliche Streicheleinheiten und saubere Katzenklos sorgen Günter Nowak, Hans-Joachim Kipri und andere, die mal eine Katze hatten. Selbst Wohnbereichsleiterin Eileen Dohl verwöhnt oft die Etagenstromer. Sie lüftet ein Geheimnis: „Kater Dodi schläft gern mal im Regal im Personalzimmer.“





Tochter, Mutter, Oma, Uroma – wie schnell doch 82 Jahre vergehen!

Erinnerungen sind Puzzleteile, aus denen sich unser Leben zusammensetzt – mit all seinen glücklichen Momenten, mit sorgenvollen Stunden und immer wieder Elan und Tatkraft. Wir halten Erinnerung wach.

Es war nicht der schönste Sommer und ganz sicher auch nicht der schönste 17. Juni, an dem Ursula Eckert im Jahre 1932 das Licht der Welt in Haldensleben erblickte. Doch schon das kleine Mädchen war imstande, den draußen fehlenden Sonnenschein in die Herzen ihrer Eltern und Großeltern zu zaubern. Und diese Gabe überträgt Ursula Eckert bis heute auf die Menschen, die ihr die nächsten sind – die Tochter und den Schwiegersohn, die drei Enkel, die Nachbarn und Betreuer im Vitanas Demenz Centrum.

Aufgewachsen ist Ursula Eckert im Haus der Großeltern in Haldensleben, wo sie bis zu ihrer Hochzeit lebte. „Ich hatte eine schöne Kindheit“, sagt sie: „Und ich habe

schöne Kinder.“ Die sonst so lebenslustige Frau stockt:

„Meinen Jungen habe ich ganz früh verloren. Das lässt mich nicht los.“

Er, der Sohn, wollte eine tätliche Ausein-



andersetzung schlichten und kam dabei ums Leben. Parallelen zum Jetzt tun sich auf. Auch heute müssen Mütter um ihre Kinder weinen.

Sohn, Tochter Christa, die ganze Familie – alle sind stets bei Ursel Eckert. „Meine Christa hat sie auf einer Tafel verewigt, die nun in meinem Zimmer hängt.“ Immer wieder betrachtet die 82-Jährige ihre Fotos. Manchmal zeigt sie auf die Gesichter, nennt Namen oder erinnert sich an die Mutter, die ihr u. a. das Sticken beibrachte. „Das war viele, viele Jahre lang mein Hobby.“ Kunstvolle Kissenbezüge und Decken zeugen von der Meisterschaft, zu der es Ursula Eckert damit gebracht hat... Im Vitanas Demenz Centrum fühlt sie sich wohl. „Es konnte mir nichts Besseres passieren“, sagt sie immer wieder.

In der Vergangenheit Betroffener setzen wir therapeutisch an

Zur Pflege von Menschen im Magdeburger Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer

Von Dr. Claudia Zemlin

Die Vitanas-Gruppe hat in ihren bundesweit 38 Pflegeeinrichtungen jahrzehntelange Erfahrungen mit der Betreuung demenziell Erkrankter vorzuweisen. In Magdeburg werden wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse speziell auf diese Einrichtung zugeschnitten und von fachlich versierten Mitarbeitern engagiert umgesetzt.

Besonders stark orientiert sich das Haus an dem psychobiografischen Pflegemodell des österreichischen Pflegeforschers Professor Erwin Böhm. Die Arbeit mit der Biografie gilt konzeptionell als einer der bedeutendsten „Türöffner“ zum demenziell erkrankten Menschen überhaupt.

Das hat einen wichtigen Grund. Betroffene blicken oft in die eigene Vergangenheit. Deshalb spielt ihre Lebensgeschichte eine ganz wichtige Rolle, wenn man seelische Befindlichkeit und somit Lebensqualität positiv entwickeln will. Anhand von Schlüsselreizen wie Fotos, Musikstücke oder Gerüche werden Erinnerungen geweckt, geistige Prozesse angeregt. Frühere Kompetenzen werden re-aktiviert!

Umsetzen lässt sich dieses Konzept nur mit speziell geschulten Mitarbeitern.



Die Autorin Dr. Claudia Zemlin ist Klinische Psychologin und Gerontologin, Leiterin des Fachbereiches Demenzielle Erkrankungen bei der Vitanas Gruppe

Dieser Anforderung stellt sich die Vitanas Gruppe: Bereits 14 Mal wurde ihr das Zertifikat des Europäischen Netzwerkes für psychobiografische Pflegeforschung (ENPP) verliehen. Auch das Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer hat bereits eine erste Zertifizierung nach Prof. Böhm angestrebt und erreicht.

Man muss bei allen Fortschritten realistisch bleiben: Eine Heilung von Demenz ist derzeit nicht möglich. Jedoch belegen Forschungen, dass die Krankheit deutlich positiv beeinflusst werden kann, wenn man geistig und körperlich fit bleibt. Gesunde Ernährung, ausreichend Bewe-

gung, selbst Spiele und hauswirtschaftliche Arbeit wie Backen und Kochen sind dabei wesentliche Faktoren.

Was genau Menschen mit Demenz emotional und dann auch körperlich reaktiviert, hängt überwiegend von dem biografischen Weg jedes Einzelnen ab.

Im Magdeburger Vitanas Demenz Centrum werden grundsätzlich alle wissenschaftlichen Erkenntnisse auf dieser Ebene genutzt. Dazu gehören vor allem die „Positive Personenarbeit“ nach Tom Kitwood und das Modell nach Prof. Böhm.

Charakteristisch für alle ist: Der Mensch mit Demenz soll sich für ihn sinnvollen Tätigkeiten widmen können und ein sozial unterstützendes Netz von Begleitern finden. Alltagsnormalität, Musik, Umgang mit Tieren, Feste und Humor werden zielgerichtet als Motor für Lebenszufriedenheit genutzt. Im Haus in Magdeburg ist das Alltag geworden.

Was ist eigentlich Demenz?

Definition: Oberbegriff für Alterskrankheiten (in den meisten Fällen), beruht auf absterben der Gehirnzellen

Symptome: Einschränkung/Verlust der Merkfähigkeit, Motorik, Sprache, sozialer Kompetenzen

Wesentliche Formen der Demenz:

- 1. Alzheimer Demenz:** häufigste Form, entsteht durch Beta-Amyloid-Anreicherung (Eiweiße) im Gehirn
- 2. Gefäßdemenz:** umgangssprachlich Gehirnverkalkung
- 3. Lewy-Körperchen Demenz:** Ansammlung schädlicher Proteine in Nervenzellen

Heilung: Behandlung/Heilung derzeit nicht bzw. unzureichend möglich, weltweite Forschungen sind auch in Magdeburg im Gange



Wer bist du?
Alzheimer-Kranke erkennen oft sogar ihre nächsten Angehörigen nicht mehr



Königin Luise war in Magdeburg beliebt, die Bürger spendeten ihr ein 1901 enthülltes Denkmal. Die Preußenkönigin soll im Deutsch-Französischen Krieg Napoleon gebeten haben, Magdeburg zu verschonen. Die Figur wurde zu DDR-Zeiten, 1963, vom Sockel gestoßen. Die Magdeburgische Gesellschaft sammelte erneut Spenden. 2009 konnte ein neues Denkmal am Geschwister-Scholl-Garten eingeweiht werden.

Fünf Frösche, ein Plättchen, ein legendärer Palast

Magdeburg, Stadt an der Elbe, ist über 1200 Jahre alt. Hier gibt es schöne Parks, interessante Plätze, Gebäude und liebenswerte Menschen. „HausPost“ stellt in jeder Ausgabe einige vor.

„**Plättbolzen**“, so heißt ein markantes Gebäude am Hasselbachplatz. Sein Aussehen erinnert an eine Platte. Sehr geruhsam fährt eine Pferdestraßenbahn vorbei. 1927 musste das Denkmal mit Obelisk des Oberbürgermeisters Hasselbach (1809 bis 1882) in die Haydnstraße umgesetzt werden, neben das heutige Haus des Handwerks. Es musste dem stärkeren Verkehr weichen. Heute würde es erst recht nicht mehr auf dem Platz stehen können (Foto unten). Geblieben ist der Plättbolzen.



tbolzen und



Fünf Frösche geben einem Brunnen den Namen. Der Froschbrunnen im Klosterberggarten gehört, neben dem Eulenspiegelbrunnen auf dem Alten Markt, zu den lustigsten in der ganzen Stadt. Das Gelände des ehemaligen Klosters Berge wurde 1824 durch Peter Joseph Lenné zum ersten Volksgarten Deutschlands. 1924 wurde die Treppenanlage zum Inselteich mit dem Froschbrunnen fertiggestellt.

Stars im „Kristallpalast“:

1892 an der Leipziger Straße eröffnet, wurde der Palast in den ersten 25 Jahren nach dem Krieg Magdeburgs beliebteste Vergnügungsstätte. Stars aus Ost und West wie Bärbel Wachholz, Fred Bertelmann, Juliette Greco, Eva-Maria Hagen wurden hier umjubelt. 1986 wegen Baufälligkeit geschlossen, verfällt er zunehmend. Adrian Chrupalla und Andy Fischer (Foto oben) versuchen, in einer Bürgerinitiative Sponsoren zu gewinnen.



Hans Albers in Magdeburg.

Wer kennt nicht diesen Mann, der gerade ein Bad in der Menge nimmt! Sein „Lapaloma“ machte ihn berühmt, gleichfalls viele seiner Filme. Der populäre Schauspieler gastierte 1932 in Magdeburg. Davon stammt dieses Foto, Postkarten gibt es ebenfalls von dem Ereignis.



Doris Zimmermann holte Gotthilf Fischer und erfand das Promi-Kegeln

Eine Ehrenamtliche sprüht vor Ideen

Sie hat der MDR-Sendung „Mach-dich-ran“ eine mobile Kegelbahn abgerungen, einen Chor gegründet, das „Promi-Kegeln“ erfunden. Doris Zimmermann, Ehrenamtliche im Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer, gilt als eine Frau, die vor Ideen nur so sprüht. Geradezu legendär ist heute ihre spontane Aktion, in der sie den Chor-König Gotthilf Fischer nach seinem Auftritt auf dem Alten Markt zu einer „Zugabe“ am Tag drauf vor Magdeburger Senioren gewann. Gratis, versteht sich.

Das war noch im Vitanas Senioren Centrum Elbblick. Als 2013 dessen Leiterin, Christel Dost, das Vitanas Demenz Centrum übernahm, wechselte auch Doris Zimmermann dorthin. Die Lehrerin im Ruhestand wollte bei der Betreuung von Demenzkranken helfen. Ob bei Gedächtnisübungen, Musikveranstaltungen, Spaziergängen – überall verspüren die Frauen und Männer dankbar ihre helfende Hand und ihre Herzlichkeit. Auch einen Chor hat sie wiederbelebt und sie hilft, Gesundheitstage über die Bühne zu bringen.

Da die Kegelbahn im Elbblick verblieb, machte sie diesmal bei weiteren Sponsoren „Geld locker“ für eine neue Bahn. Viele prominente Politiker und Sportler werfen gemeinsam mit Hausbewohnern die Kugel. Man kommt dabei ins Gespräch, Erinnerungen werden wach. „Das helfe bei der Therapie. Viele reden über Demenz, haben jedoch unbegründete Berührungsängste“, sagte sie und wünscht sich, dass noch viele ehrenamtliche Mitstreiter zu ihrer Truppe stoßen.



Doris Zimmermann (l.) hier mit Bewohnerin Ilse Maschke, früher Sekretärin im Wohnungsbaukominat. Mit ihr hält sie regelmäßig Kontakt

Ihr Ehrenamt erfüllt sie, bereitet ihr Freude. Hobbys und Familie lässt sie trotzdem nicht verkümmern.

„Ich wandere und schwimme gern, schreibe Gedichte“, verrät die dynamische Frau, die, schwer zu glauben, 69 Jahre alt ist.

Sturzprophylaxe hilft, Schmerzen zu verhindern

Stürze gehören zu den häufigsten Ursachen für die Pflegebedürftigkeit älterer Menschen. Etwa die Hälfte aller über 70-Jährigen ist bereits mindestens einmal gestürzt. Folgen sind u. a. Oberschenkelhalsbrüche, Oberarm- und Schulterfrakturen.

HausPost: Unsicherheit und Sturzgefahr sind oft zwei Seiten einer Medaille. Was kann das Sicherheitsgefühl älterer Menschen stärken?

Dr. Torsten Kudela: Wenn klassische Stolperfallen wie herumliegende Kabel, hochgebogene Teppichkanten, schlecht erkennbare Absätze oder Stufen beseitigt werden, ist schon viel gewonnen. Kinder oder Enkel sollten sich einfach mal die Zeit nehmen, in Ruhe die Wohnung, das Zimmer der Großeltern inspizieren und Gefahren abstellen. Die gehen genauso von ungenügendem, diffusem oder blen-



Hausarzt Dr. Torsten Kudela betreut etliche Patienten in unserem Haus

dendem Licht, von schlecht sitzenden Schuhen oder auch der falschen Brillenglasstärke aus. Übrigens: So schön blitzende, blanke Fußböden auch aussehen mögen, sie erhöhen die Unsicherheit und provozieren die Sturzangst geradezu.

HausPost: Würden Sie Hilfsmittel empfehlen?

Dr. Torsten Kudela: Natürlich, wenn sie das Leben erleichtern. Neben Stöcken, Rollatoren, die immer individuell eingestellt sein müssen, Dusch- und Badewannenstühlen, Liften oder auch erhöhten Toilettensitzen, können sogenannte Hüftprotektoren recht sinnvoll sein. In diesen speziellen Hosen sind Schutzelemente eingenäht, die vor Hüft- oder Schenkelhalsfrakturen schützen sollen. Was für den Einzelnen sinnvoll ist, sollte immer individuell, möglichst nach Rücksprache mit dem Arzt, festgelegt werden.



Sind ältere Menschen unsicher, sollten Jüngere durchaus ihre Hilfe anbieten



Margret Glaser (r.) lässt das Tuch schweben, mit im Bild ist auch Annelies Laab (Mitte) und Studentin Theresa Unholzer

Bunte Tücher schweben im „Marktplatz“

Greifen, werfen, schwingen – Verein für Reha-Sport trainiert drei Gruppen pro Woche

Leise Musik im „Marktplatz“, Alma Littau holt Schwung mit ihrem Seidentuch, Ursula Eckert macht es ihr nach, die anderen gleichfalls. „Loslassen!“ Die bunten Tücher schweben in der Luft, und nun gilt es, sie aufzufangen. Gar nicht so leicht.

Wie jeden Freitagvormittag geht es auch heute sportlich zu im Haus. Lisa Eckert und Sebastian von Tykowicz vom Verein für Sporttherapie und Behindertensport (VSB) 1980 sind die Übungsleiter. Sie wählen auf die Klienten zugeschnittene Übungen aus. Dazu gehören sogar Alltagsdinge wie Wäscheklammern und Schwämme, um Bewegungsabläufe zu

schulen, geistige Prozesse anzuregen. Dass die Studentinnen Theresa Unholzer und Vivien Eckel hier sind, hat einen besonderen Grund. In ihrem Bachelorprojekt am Uni-Studiengang Sport und Technik wollen sie Therapiegeräte speziell für Demenzerkrankte entwickeln helfen. Für den Garten der Sinne am Haus gibt es schon Ideen. „Umgesetzt wird das bald mit einer Hamburger Firma und der Unisportwissenschaft unter Leitung von Prof. Dr. habil. Kerstin Witte“, sagt Centrumsleiterin Christel Dost.

Schwieriger war die Suche nach einem Partner für die Sporttherapie. Das Problem ist nun gelöst: Von Ärzten verordnet, werden die Kurse von den Krankenkassen bezahlt. Drei Gruppen mit je zehn Teilnehmern sind dabei. Gewinn für alle. Frau Littau bestätigt: „Ja, das macht richtig Spaß.“ Und zum Beweis lässt sie ihr Seidentuch extra noch mal flattern.

Die Lifttür geht auf, Schwester Mandy bringt die nächste Gruppe mit Dr. Magda Enke, Hildegard Happel, Gisela Ruhstein, Elisabeth Lucas, Ilse Maschke u. a.



v.l.: Alma Littau, Maria Gnade und Christa Zeppok mit Tüchern, Übungsleiterin Lisa Eckert

Weltmeisterin mit Baby, Präsident mit Schatten-Spender

Unser Haus ist jung, doch das Gästebuch schon richtig gut gefüllt. Zur Einweihung kamen Investor Nikolai P. Burkart, Landesminister Thomas Webel, OB Lutz Trümper, Vitanas Geschäftsführer Torsten Wenzel, außerdem viele andere Freunde.

Minister i. R. Karl-Heinz Daehre spielte mit uns Tischtennis, Schwimmweltmeisterin Antje Buschschulte brachte ihr Baby mit zum Sportfest. Landtagspräsident a. D. Dieter Steinecke spendierte eine Kaiser-Linde. Aus Wien reiste Pflegeprofessor Erwin Böhm zur Zertifizierung an. Kabarettist Bernd Kurt Goetz sorgte mit roter Nase für Spaß, 1.-FCM-Altstar Jürgen Pommerenke erinnerte an den Europacup-Sieg 1974. Gesundheitsminister Hermann Gröhe besuchte uns, außerdem Bundestagsabgeordneter Tino Sorge, die Stadträte Klaus Kutschmann und Wigbert Schwenke. Das Rossini-Quartet spielte auf.

Allen ein herzliches Dankeschön auch mit dieser kleinen Bildauswahl.



Pflegende sind das wichtigste Arzneimittel für Demenzkranke

Die Geburtenrate bleibt auf niedrigem Niveau, die durchschnittliche Lebenserwartung steigt, der Anteil älterer Menschen nimmt zu. Und damit steigt auch das Risiko der Pflegebedürftigkeit, die unter anderem durch Demenz verursacht werden kann. Schon heute ist jeder zehnte Mensch jenseits des 70. Lebensjahres pflegebedürftig. Allein in Deutschland leben 1,2 Millionen Frauen und Männer, die an einer Demenz leiden. 2030 werden es 2,1 Millionen sein.

HausPost: Sie haben die Betreuung Schwerstdemenzkranker in vier Ländern unter die Lupe genommen.

Gibt es ein Beispielland?

Dr. Matthias Krauß: Es gibt überall gute Beispiele, die Nachahmung verdienen. In der Bundesrepublik orientieren sich die meisten stationären Einrichtungen an Demenzgruppen-Leitfaden der Deutschen Expertengruppe Dementenbetreuung. Hier fehlen allerdings konkrete und umfassende Konzepte für die pflegeri-

sche Betreuung von Menschen mit fortgeschrittener Demenz.

HausPost: Heißt das, jeder macht, was er will?

Dr. Matthias Krauß: Vorab: Die Pflege an sich ist durch Standards und Vorgaben gesichert. Doch nicht immer und überall zielen Betreuung und Pflege darauf ab, positive Effekte bei Betroffenen im fortgeschrittenen Stadium der Krankheit zu erreichen. Mir ging es deshalb darum, Maßnahmen und

Matthias Krauß ist Doktor der Philosophie und Diplom-Gerontologe. Zu Beginn seines beruflichen Werdegangs hatte er eine Ausbildung zum staatlich anerkannten Altenpfleger abgeschlossen. Unlängst deckte er in einer europaweiten Studie, der ersten ihrer Art überhaupt, die Potenziale der stationären pflegerischen Betreuung Schwerstdemenzkranker auf. Der 42-Jährige arbeitet an der Hochschule Magdeburg-Stendal





Im Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer wird nach dem Böhmschen Prinzip gearbeitet, das heißt, die Mitarbeiter kennen die Biographien der Bewohner und handeln entsprechend

Lösungsansätze zur Qualitätssicherung im europäischen Raum gegenüber zu stellen. Es gilt, allgemeine Betreuungsgrundsätze zu durchbrechen.

HausPost: Um was zu erreichen?

Dr. Matthias Krauß: Individuelle Betreuungskonzepte, die flexibel an die regionalen Bedingungen angepasst sind. Das gelingt dort am besten, wo die personelle Ausbildung wichtigstes Kriterium für hohe Betreuungsqualität ist und Kooperationen, unter anderem, aber nicht nur, mit Ärzten und Angehörigen gepflegt werden. Die Pflegenden sind das wichtigste „Arzneimittel“ für Demenzkranke. Im Vitanas Demenz Centrum in Magdeburg wird das gelebt.



HausPost: In der Studie ist von neuer Pflegekultur die Rede.

Was meinen Sie konkret ?

Dr. Matthias Krauß: Die Pflegekultur sollte von wenig Dominanz, aber viel Verständnis geprägt sein. Die genaue Kenntnis der jeweiligen Biografien ist dabei genauso wichtig wie die Milieuthherapie. Gemeint ist eine optimale Alltagsgestaltung in entspannter Atmosphäre. Bezugspersonen, eigene Möbel oder Accessoires können dazu beitragen. Schweizer Forscher haben herausgefunden, dass Angehörigenschulungen positive Effekte für den Betreuungsalltag mit sich bringen.



Zum Geburtstag alles Gute!

Wir gratulieren recht herzlich unseren Jubilaren

Januar

Hildegard Junghans, 80
Edith Ramme, 88
Josef Adler, 87
Meta Praeger, 77
Ingeborg Müller, 85
Margarethe Krotsch, 81
Alfred Koch, 92
Wanda Heine, 83
Annelies Laab, 83
Ingrid Gent, 74
Werner Klebe, 85
Hildegard Happel, 86
Dr. Erich Meißner, 92

Elsbeth Hoffrichter, 94
Vera Lange, 85
Johanna Adler, 93
Klaus-Jürgen Groß, 73
Ruth Steinemann, 85
Petra Nippe, 65
Lissi Paul, 87
Gerhard Reuter, 92
Walter Hirte, 86
Alma Littau, 89
Anna Friedrich, 74
Rita Mix, 74
Theresia Blume, 86
Simone Linser, 43
Gerald Binz, 71

Februar

Paul Fräbendorf, 91
Lieselotte Böhme, 83

März

Wilhelm Figgemeier, 87
Gertrud Lesse, 90

Günter Barton, 82
Waltraut Boos, 94
Gisela Ebeling, 77
Elsa Wöge, 89
Helma Gröbner, 78
Rosemarie Mitbauer, 86
Käte Meyer, 90
Ingrid Treichel, 77

Unsere Volkslieder: Stimmen Sie ein

Zu Geburtstagen wird Jubilaren gern ein Ständchen gesungen. Überhaupt ist Singen ein sehr schöner Zeitvertrieb, den wir in unserem Vitanas Demenz Centrum intensiv pflegen.

Lassen Sie uns gemeinsam das folgende Lied anstimmen, bei dem eigenständig die fehlenden Buchstaben zu ergänzen sind. Das unvollständige Wort kann zunächst ganz weggelassen werden. Bei jeder neuen

Strophe wird es um jeweils einen Buchstaben ergänzt.

***Auf der Mauer, auf der Lauer
sitzt 'ne kleine Wan_.***

***Auf der Mauer, auf der Lauer
sitzt 'ne kleine Wan_.***

***Seht euch nur die Wan_ an,
wie die Wan_ tan_ kann!***

***Auf der Mauer,
auf der Lauer
sitzt 'ne kleine
Wan_.***



Jeden 4. Montag im Monat ist Beratungssprechstunde

Neues Angebot vom Vitanas Demenz Centrum und der Alzheimer Gesellschaft

Sie haben Fragen rund um die Themen Alzheimer, Demenz, Pflege, Finanzierung, benötigen Unterstützung, Rat und Hilfe?

Ort der Beratungen: Vitanas Demenz Centrum, Materlikstr. 1-10. Es beraten Brigitte Opitz, Alzheimer Gesellschaft und Christel Dost, Centrumsleiterin.

Jeden 4. Montag im Monat zwischen 15 und 16 Uhr besteht dazu Gelegenheit: Das Vitanas Demenz Centrum und die Alzheimer Gesellschaft Sachsen-Anhalt laden Interessenten und Angehörige von Betroffenen zur Beratung ein. Wer erkrankte Familienmitglieder mitbringt, kann sie im Tagesprogramm des Demenz Centrums betreuen lassen.




Brigitte Opitz



Christel Dost

 (0391) 544 57 - 100

Abschied



Wir nehmen Abschied von den Bewohnerinnen und Bewohnern, die wir auf einem Teil Ihres Weges begleiten durften und die sich nun für immer von uns verabschiedet haben. Tief bewegt fühlen wir mit den Hinterbliebenen.

Foto: creantion_pixelio

Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer

Materlikstraße 1 - 10
39104 Magdeburg

Telefon: (0391) 544 57 - 100

Telefax: (0391) 544 57 - 199

E-Mail: am.schleinufer@vitanas.de

Internet: www.vitanas.de



Impressum

Herausgeber: Vitanas Demenz Centrum Am Schleinufer

V.i.S.d.P.: Christel Dost

Redaktion: Karl-Heinz Kaiser, AZ publica GmbH

Fotos: Vitanas, Karl-Heinz Kaiser, AZ publica GmbH, Martin Altmann (2), pixelio, Ingimage (7), Paulrommer

Gestaltung, Satz: AZ publica GmbH, Liebknechtstraße 48, 39108 Magdeburg

Druck: Harzdruckerei Wernigerode