

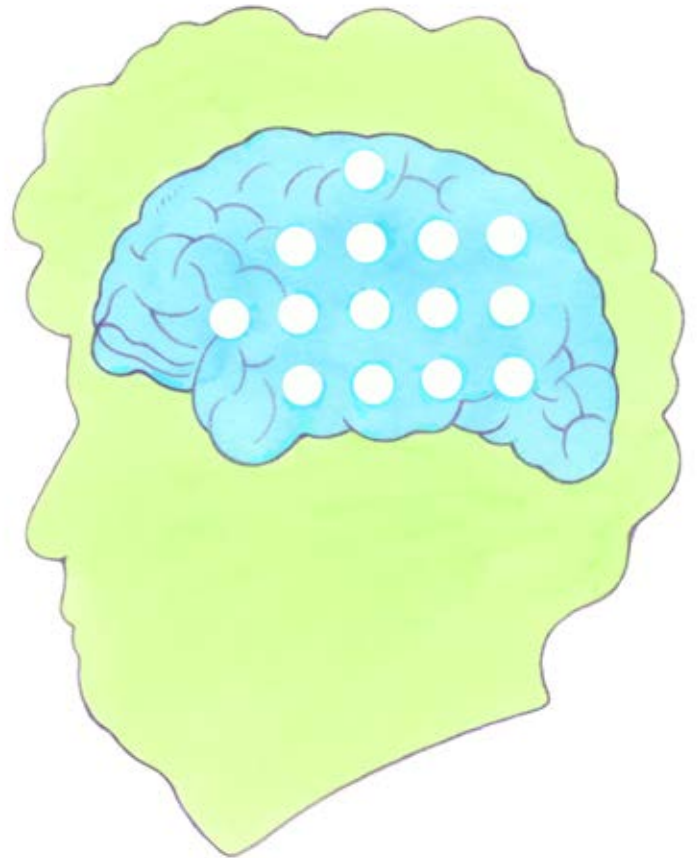
# DEMENZ

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.



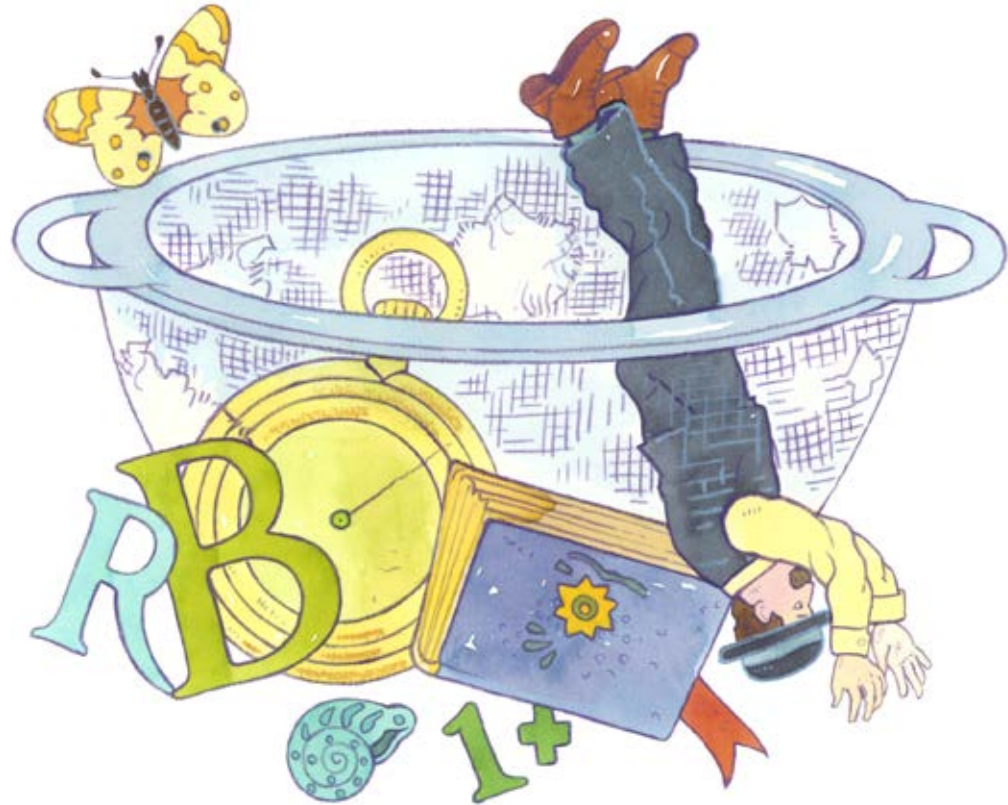
## **DAS GEDÄCHTNIS FUNKTIONIERT WIE EIN GANZ, GANZ FEINES SIEB.**

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 EINE OMA ODER EIN OPA 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 sie am Samstag mit deinem Papa einkaufen war, das weiß sie nicht mehr.

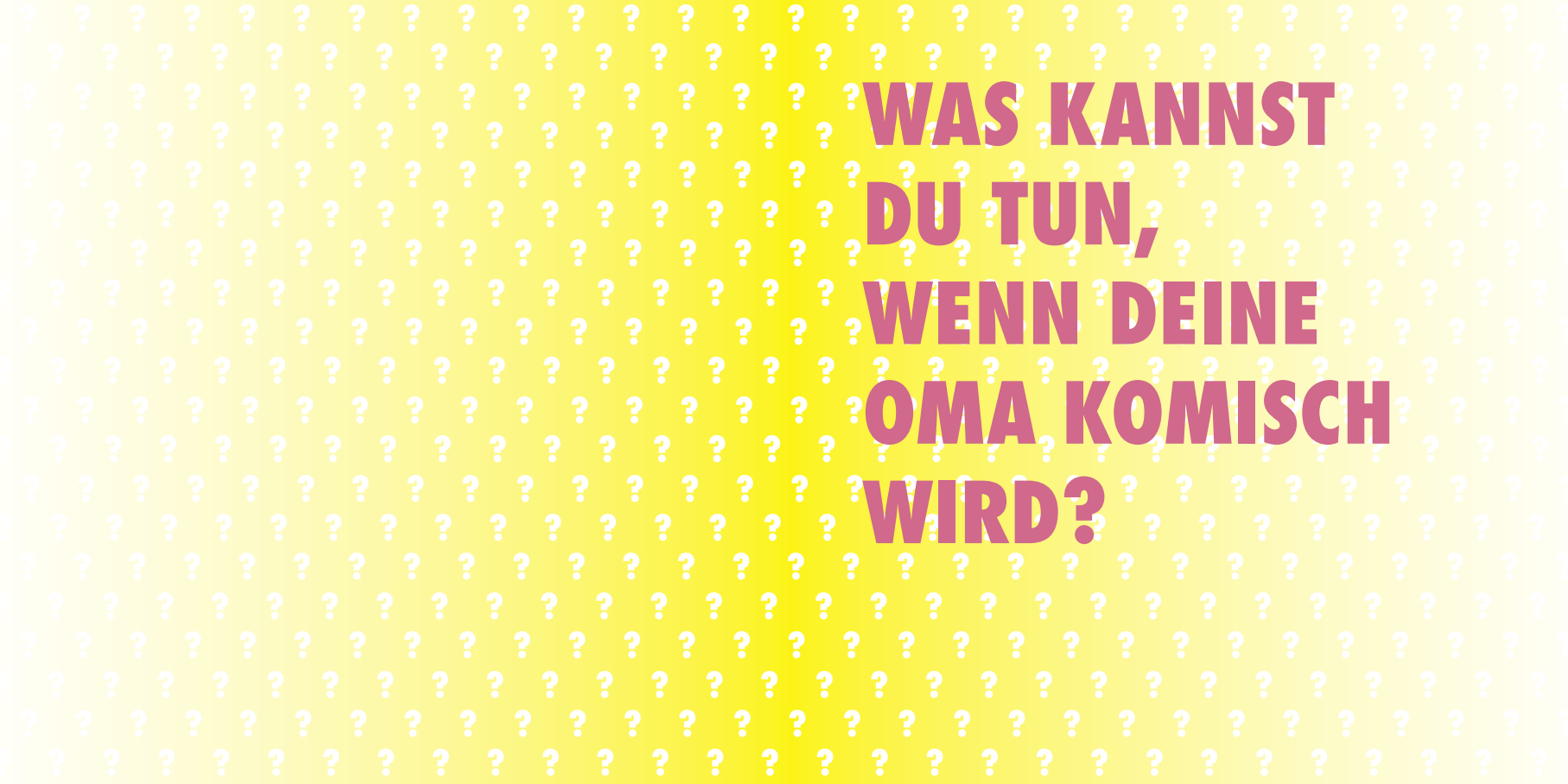




## „WER BIST DU DENN?“

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

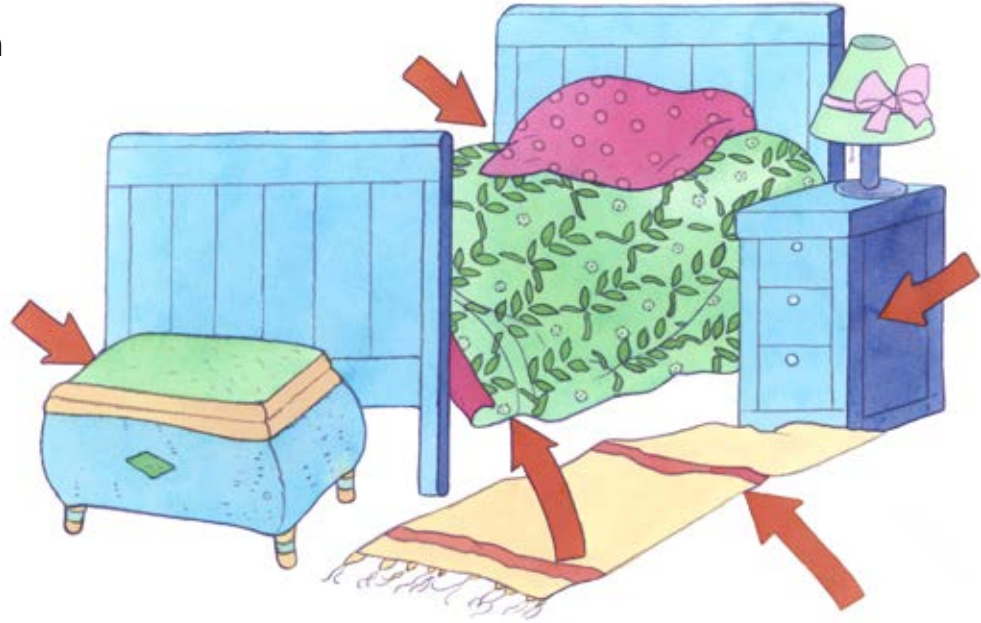




**WAS KANNST  
DU TUN,  
WENN DEINE  
OMA KOMISCH  
WIRD?**

## WENN OMA AUSREDEN ERFINDET...

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





## HELFEN KANN SEHR SCHÖN SEIN.

Bestimmt hat dir dein bester Freund 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 deiner Oma kann es – wenn sie schon länger Demenz hat – vorkommen, dass sie auf einmal nicht mehr weiß, wie man mit Messer und Gabel isst oder sich die Bluse zuknöpft. Aber auch das ist nicht so schlimm – vielleicht möchtest du ihr ab und zu einfach mal helfen? Über Hilfe freut sie sich wahrscheinlich genauso wie du!



## **VIELE DINGE KANN OMA NOCH GUT!**

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



## **WENN ANDERE ÜBER DEINE OMA 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 ihre Oma oder  
ihr Opa 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](http://www.lzg-rlp.de) · E-Mail: [info@lzg-rlp.de](mailto:info@lzg-rlp.de)

## V.I.S.D.P.

Susanne Herbel-Hilgert, LZG

## PROJEKTKOORDINATION

Annika Welz, LZG

## AUTORIN

Martina Peters, [www.martina-peters.de](http://www.martina-peters.de)

## ILLUSTRATIONEN

Karin Blume, [www.karin-blume.de](http://www.karin-blume.de)

## GRAFIK

André Zander, [www.andre-zander.de](http://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](http://www.msagd.de)

Weitere Infos zu Demenz finden Sie unter [www.demenz-rlp.de](http://www.demenz-rlp.de)

## ARTIKEL-NUMMER

GSE3010

## MATERIALIEN ZUR GESUNDHEITSFÖRDERUNG

LZG-Schriftenreihe Nr. 216

