

CHECKLISTE ZUM WOHNUMFELD

Die nachfolgende Checkliste hilft Ihnen, das Wohnumfeld der demenzerkrankten Person zu überprüfen und gibt Ihnen Tips für eine sichere und komfortable Wohnumfeldgestaltung

- Verfügen die Treppen über einen zweiten Handlauf?
- Ist dieser mit der Hand gut zu umgreifen?
- Lädt das Material zum Zugreifen ein?
- Reicht der Handlauf genügend weit über die letzten Stufen hinaus?
- Bieten Treppenstufen genügend farblichen Kontrast, um leicht erkannt und unterschieden zu werden?
- Ist der Zugang zu Treppen durch Gittertüren gesichert (wie man sie auch für Kleinkinder verwendet)?
- Ist die Wohnung gut und gleichmäßig ausgeleuchtet (zum Beispiel durch indirekte Lichtquellen)?
- Verhindern Lampenschirme und matte Glühbirnen Blendung?
- Lassen sich Bewegungsmelder einbauen, die automatisch Beleuchtungen in Gang setzen (zum Beispiel wenn der Demenz-Kranke nachts die Toilette sucht)?
- Machen Notbeleuchtungen Sinn?
- Lässt sich die Hausflurbeleuchtung schon von der Wohnung aus betätigen?
- Dimmt die Hausflurbeleuchtung langsam aus, so dass man genügend Zeit hat, den nächsten Lichtknopf zu erreichen?
- Lassen sich elektrische Geräte (Küchenherd, Backofen) mit zusätzlichen versteckten Ausschaltern sichern (im Sinne einer Hauptsicherung)?
- Ist es möglich, wichtige Haushaltsgeräte auf Augenhöhe zu stellen?
- Sind Glastüren und Glasflächen bruchsicher und mit auffälligen Markierungen versehen?
- Lässt sich gegebenenfalls eine Splitterschutzfolie anbringen?
- Verfügen die Wände über genügend Steckdosen, so dass kein "Kabelsalat" herumliegt, über den der Kranke stolpern könnte?
- Sind elektrische Steckdosen mit "Kindersicherungen" versehen?
- Sind Medikamente, Haushaltchemikalien, Giftpflanzen, Knöpfe usw. unzugänglich aufbewahrt?
- Befinden sich Gegenstände mit spitzen Kanten (insbesondere Messer, Scheren, Nadeln) und andere potentiell gefährliche Gegenstände außerhalb des Aktionsradius des Kranken?
- Sind Heißwassergeräte auf eine niedrige Temperatur eingestellt?

- Ist die Wohnung zugfrei zu belüften?
- Sind Teppichränder ausreichend fixiert, so dass keine Stolperkanten existieren?
- Lassen sich Teppiche eventuell durch Teppichboden ersetzen?
- Sind die Böden fleckenfrei, so dass sie nicht mit Vertiefungen verwechselt werden und ein Stolpern fördern?
- Sind die Bodenbeläge pflegeleicht und fußwarm?
- Lässt sich auf Fußleisten verzichten, da manche Menschen dann die Wand nicht mehr vom Boden unterscheiden können?
- Sind zur Verringerung der Sturzgefahr Standregale angedübelt, Läufer und Teppiche entfernt oder zumindest mit Unterlegmatten bzw. Klebestreifen versehen, Stehlampen durch Wandlampen ersetzt?
- Sind große Lichtschalter installiert, die sich leicht bedienen lassen?
- Lässt sich das Telefon durch ein Gerät mit besonders großen Tasten ersetzen?
- Verfügt das Telefon über einen "Notruf", der beim Drücken einer beliebigen Taste aktiviert wird?
- Kann der Kranke durch ein/e Klingel, Sprechanlage oder ein Hausnotrufgerät Kontakt aufnehmen?
- Sind Zierpflanzen ungiftig?
- Wirkt ihr Duft anregend?
- Sind sie angenehm zu berühren?
- Hängen Garderobenhaken niedrig genug?
- Ist das Bett ausreichend erhöht (zum Beispiel mit Unterlegklötzen)?
- Besteht die Möglichkeit, ein Pflegebett zu beantragen?
- Steht das Bett mit Blick zum Fenster?
- Ermöglicht es Zugang von beiden Seiten?
- Verfügen die Fenster in oberen Etagen über abschließbare Griffe?
- Lässt sich verhindern, dass geöffnete Fenster in den Wohnraum ragen?
- Lässt sich die Badezimmertür nach außen öffnen?
- Bietet das Badezimmer genügend Bewegungsfreiheit (ggf. auch für einen Rollstuhl)?
- Sind an Toilette, Dusche und Badewanne zusätzliche Haltegriffe installiert?
- Lässt sich ein Badehocker in die Dusche stellen?
- Sind Bade- und Duschwanne mit rutschfesten Matten ausgestattet?
- Ist der Toilettensitz erhöht?
- Sind Handtuchhalter, Seifenschalen und Regale im Badezimmer so fest verankert, dass sie halten, wenn der Demenz-Kranke ausrutscht und sich an ihnen festzuhalten versucht?

- Lassen sich an einer Kordel hängende Seifestücke oder fest montierte Seifenspender verwenden, die nicht auf den Boden fallen können?
- Hängt der Badezimmerspiegel tief genug (bzw. ist er ausreichend groß), damit man sich auch im Sitzen darin sehen kann?
- Ist ein Wechsel von Nass- auf Trockenrasur möglich?
- Sind Hüftschuttpolster sinnvoll, die bei einem Sturz das Hüftgelenk vor Frakturen bewahren?
- Ist in manchen Situationen ein Schutzhelm sinnvoll?
- Trägt der Betroffene keine zu langen Kleider oder Hosen, die zu einer Stolperfalle werden können?
- Erleichtern Klettverschlüsse das An- und Auskleiden?
- Benutzt der Betroffene außerhalb des Hauses helle Kleidung, in der er leichter zu erkennen ist?
- Führt er bei Spaziergängen die eigene Adresse bei sich (z.B. in einem Amulett/auf einem Armband)?
- Besitzt und verwendet er einen transparenten Regenschirm, der die Sicht nicht versperrt?
- Sind aktuelle Fotos des Kranken vorhanden, um notfalls nach ihm fahnden zu können?
- Verfügen Nachbarn über einen Ersatzschlüssel der Wohnung, um in Notfällen helfen zu können?
- Lassen sich wichtige Schlüssel (Auto, Zimmer) vor dem Kranken verstecken?
- Ist einem Weglaufen vorgebeugt - etwa durch:
 - Einbau eines komplizierten Zusatzschlosses;
 - oder eines Warn- bzw. Alarmsystems (zum Beispiel einem Klangspiel an der Tür);
 - durch Verbergen der Wohnungstür hinter einem Vorhang oder Wandschirm;
 - durch Verstecken von Gegenständen, die der Kranke benutzt, wenn er das Haus verlässt (wie Hut, Spazierstock, vertraute Schuhe)?
- Lässt sich die normale Brille durch eine Sportbrille ersetzen, die sich durch unzerbrechliche große Gläser, ein elastisches unzerbrechliches Gestell, eine weiche Auflage, ein Bügelscharnier ohne hervorstehende Teile, festen Sitz durch federelastische Bügel und geringes Gewicht auszeichnet?
- Existiert ein Notfallplan für den Fall, dass der Hauptbetreuer ausfällt?
- Informiert dieser Plan über wichtige Telefonnummern und Adressen, den üblichen Tagesablauf des Kranken, Inkontinenzprobleme, Ernährungs-, Schlaf- und sonstige Angewohnheiten, Medikamente, Fähigkeiten und Vorlieben?
- Lässt sich der Kranke zum Aufgeben des Rauchens bewegen?
- Laden genügend große Aschenbecher dazu ein, die Zigarette dort abzulegen?

- Ist die Wohnung mit sonstigen sinnvollen Hilfsmitteln ausgestattet wie Schuhanziehern, Besteck mit großen Handgriffen, rutschfesten Tellerunterlagen, abwaschbaren Tischtüchern, unzerbrechlichem Geschirr, Schnabellasse u.ä.?
- Ist die Hausnummer gut les- und sichtbar, so dass sie vom Rettungsdienst zu finden ist?
- Informieren Sie sich ausführlich über Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes und deren Finanzierungsmöglichkeiten (ggf. können Kosten anteilig von der Pflegeversicherung übernommen werden).

adaptiert aus: DEMENZ-SPEKTRUM 02/1
Alzheimer-Angehörigen-Initiative e.V.
www.alzheimerforum.de

Haben Sie Fragen oder benötigen Sie Unterstützung?

Dann nehmen Sie mit uns Kontakt auf:

- ✓ Wir bieten Ihnen umfassend und unverbindlich Hilfe und Beratung zu allen Themen auf dieser Checkliste und unterstützen Sie bei der Beantragung allgemeiner und ergänzender Pflegeleistungen.
- ✓ Wir koordinieren und vermitteln für Sie weitere Hilfen in allen Bereichen.
- ✓ Unser umfassendes Dienstleistungsangebot umfasst Grund- und Behandlungspflege, hauswirtschaftliche Betreuung, stundenweise Betreuungsdienste zur Entlastung der Pflegeperson, Fahrdienst, Tagespflege, Vermittlung weitere Dienste wie z.B. Hausnotruf oder fahrbarer Mittagestisch und vieles andere mehr.

Rufen Sie uns einfach an.

Wir beraten Sie gerne und unverbindlich!

Ambulanter Pflegedienst

Sophia Altenschmidt
Mühlenstr. 42 - 47798 Krefeld
Fon: 02151 84 33 60
pflege@parimobil.de

Tagespflege Haferkamp

Joachim Pauly/Petra Davids
Haferkamp 29 - 47918 Tönisvorst
Fon: 02151 9 31 58 30
tagespflege@parimobil.de