

Thema: **Demenz**

Themenheft des Landesverbandes der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.



**Technikunterstütztes
Leben bei Demenz**

Was kann Technik?

VORWORT VON DR. PETER PICK

2

Waschmaschinen, Telefone, Küchengeräte, auch Computer sind technische Hilfen, die wir in unserem Alltag schon lange und meist auch recht souverän nutzen. Im Zuge der Digitalisierung sind zahlreiche potenziell hilfreiche Produkte und Assistenzsysteme hinzugekommen, die auch in Bezug auf die Pflege große Erwartungen wecken. Technik, selbst die intelligenteste, kann Pflege sicher nicht ersetzen. Aber sie kann wohl helfen, Pflegekräfte und pflegende Angehörige – beides knappe Ressourcen! – zu entlasten. Sie kann Pflege erleichtern und zugleich z.B. Menschen mit Demenz in ihrer Selbstständigkeit und beim Verbleib in der eigenen Häuslichkeit unterstützen.

Dennoch sind viele von uns noch skeptisch, wie gut sich diese moderne Technik wirklich in den Alltag mit Demenz einfügen lässt, welche der vielen angepriesenen smarten Anwendungen echten Nutzen bringen und wie es dabei um die Datenhoheit und -sicherheit bestellt ist. Auch die Kosten sind ein Thema, bei dem noch große Unsicherheit besteht. Denn die Leistungskataloge der gesetzlichen Kassen entstehen in diesem Bereich teilweise erst, und noch ist gar nicht klar, welche der neu entwickelten technischen Hilfen – spezielle Apps, Tablets, Ortungsgeräte, Assistenz- und Sicherheitssysteme – darin aufgenommen werden und welche wir selbst werden bezahlen müssen, wenn wir sie denn nutzen wollen.

In dieser dynamischen Lage haben wir eine hochkarätig besetzte Tagung mit dem Thema „Technikunterstütztes Leben bei Demenz“ veranstaltet, auf der wir uns genau mit diesen Fragen beschäftigt haben.

Martin Ruhm, pflegender Angehöriger, schilderte seine Bemühungen, Technik in der Betreuung seines an Demenz erkrankten Vaters einzusetzen (S.3–4). Die Managerin des EU-Projekts „Certification D“ in Deutschland, Katrin Krah, berichtete von Schritten auf dem Weg zu einer nordwesteuropaweiten Zertifizierung technischer Produkte, die sich im Alltag mit Demenz bewährt haben (S. 5–7). Die Versorgungswissenschaftlerin Prof. Dr. Silke Kuske berichtete von ihrer Forschung zum Thema Technikakzeptanz, der Landesgeschäftsführer der BARMER, Heiner Beckmann, stellte aus Sicht einer Kranken- und Pflegekasse Gedanken über den Anspruch auf Technikunterstützung nach der Diagnose Demenz und die Finanzierbarkeit solcher Hilfen (Stand der Versorgung, S.8–9) vor. Und die Fotohistorikerin Dr. Carmen Pérez González präsentierte ihre kostenlose Fotospiele-App „Golden Memories“ (S.10–11).

Wir vom Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW werden bei dem Thema weiter am Ball bleiben. Als Kooperationspartner von „Certification D“ werden wir die Erkenntnisse des Projekts in unsere Schulungen der Reihe „Leben mit Demenz“ einfließen lassen und uns so weiter fortbilden, dass wir eine Impulsberatung anbieten können. Aus dieser sollten die Beratenen dann mit guten Ideen herauskommen, was ihnen das Leben mit Demenz oder die Pflege eines Angehörigen mit Demenz erleichtern könnte. Bei den Pflegekassen oder anderen in der Sache erfahrenen Stellen können sie sich dann weiter kundig machen und unterstützen lassen. Wir werden uns auf jeden Fall dafür einsetzen, dass solche Beratungskompetenz entsteht und niederschwellig angeboten wird. Des Weiteren ist uns wichtig, dass die gesetzlichen Kassen – auch angeregt von den Ergebnissen des Zertifizierungsprojekts Certification D – wirklich hilfreiche Assistenzprodukte und -systeme für ihre Versicherten finanzieren. Angesichts des eher noch zunehmenden Mangels an Pflegekräften und der im Vergleich zur Heimunterbringung günstigeren häuslichen Pflege wird es gut investiertes Geld sein.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre!
Ihr Dr. Peter Pick



Dr. Peter Pick
Vorsitzender des Landesverbandes der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.
(Foto: Landesverband)

Links zu den Vorträgen der Veranstaltung und Produktfilme von einigen der untersuchten Produkte finden Sie unter <https://alzheimer-nrw.de/aktuelles/fachveranstaltungen/>

Mein Vater und ich und unser Alltag mit Alzheimer

VON MARTIN RUHM

Im vergangenen Sommer haben mein Vater Hannes und ich Urlaub in der Schweiz gemacht. Zusammen sind wir mit unseren Rädern durch die schöne Landschaft gefahren. Mein Vater hat das Radfahren immer geliebt. Auch jetzt, im Alter von 87 Jahren und mit einer Demenzerkrankung, macht es ihm noch Spaß. Aber er ist oft unsicher, wo es langgehen soll, und es fällt ihm schwer, zur rechten Zeit in den richtigen Gang zu schalten. Am Berg fehlt ihm dann der Schwung, und er ist schon ein paarmal umgefallen. Da habe ich mir schon vor einiger Zeit etwas einfallen lassen, um ihm und uns diese Aktivität weiter zu ermöglichen. Auch zu Hause, machen wir gerne mal Ausflüge mit dem Rad.



Wir haben beim Radfahren jetzt immer beide ein Telefon dabei und telefonieren darüber miteinander, natürlich mit Headset. Bei Hörgeräten, die wir gerade testen, kann der Ton auch direkt auf das Gerät übertragen werden. So können wir uns über den Weg beraten, und ich frage vor einer Steigung: Hast du schon runtergeschaltet? Oder: In welchem Gang bist du gerade? Inzwischen habe ich allerdings den Eindruck, dass er nicht erkennen kann, in welchem Gang er gerade ist. Also versuche ich ihn zum Anhalten zu bringen, bevor es bergauf geht, und stelle es ihm dann ein. Noch lieber wäre es mir, wenn ich seine Gangschaltung fernsteuern könnte. Aber dass wir uns über das Headset unterhalten können, ist schon praktisch. Es hilft uns auch bei anderen gemeinsamen Aktivitäten, wie z. B. beim Skifahren. Ich fahre dann hinter Hannes her und wir können uns trotz des Abstandes gut verständigen und absprechen.

IDEEN FÜR EIN GUTES LEBEN UNTERWEGS UND ZUHAUSE

Meine Mutter ist Ende Januar 2022 gestorben, und ich bin, seit sie 2020 mit der Therapie angefangen hatte, die meiste Zeit bei meinen Eltern in dem Haus, in dem ich aufgewachsen bin, um zu helfen. In meiner Wohnung in Hamburg, wo ich als Programmierer gearbeitet habe, bin ich momentan nur eine Woche pro Monat.

Ich versuche unser Zuhause so auszustatten, dass mein Vater dort gut zurechtkommt und ich auch leichter helfen kann, wenn ich mal nicht vor Ort bin. Schön wäre es, Wege zu finden, dass Hannes auch ohne Hilfe von mir oder anderen Dinge macht, die gut für ihn sind und sein lässt, was ihm schadet.

Quasi zur Familie gehört Frau A.. Sie kommt fast jedes Wochenende mit ihren kleinen Kindern. Wir bereiten gerade vor, dass Frau A. leichter auch mal für mehrere Wochen bei Hannes sein kann. Ich möchte nicht, dass mein Vater länger alleine ist, und ich habe gemerkt, dass die Gesellschaft von Frau A. und den Kindern ihm guttut. Auch mir wird es guttun, z. B. einen längeren Urlaub ohne meinen Vater machen zu können und ihn dabei gut versorgt zu wissen.

Im Wohnzimmer habe ich zwei große Bildschirme aufgestellt, auf denen ich gelegentlich eine Diashow mit Fotos laufen lasse. Vor allem, wenn ich nicht da bin, Sorge ich dafür, dass einer der Bildschirme ein Dokument zeigt, auf dem Hannes Informationen zum aktuellen Tag findet. Darunter, durch eine Linie getrennt, habe ich allgemeine Notizen und Erklärungen hinterlegt, z.B. dass die Tagespflege, die er zweimal die Woche besucht, von der Kasse bezahlt wird, – er ist sehr sparsam – und dass er dort hingefahren und nachmittags wieder nach Hause gebracht wird. Auch dass meine Mutter bereits im Januar 2022 gestorben ist und beerdigt wurde, kann er dort lesen, denn es kommt immer wieder vor, dass er meint, die Beerdigung müsste noch organisiert werden. Über ein paar seiner Freunde habe ich vermerkt, wer noch wo lebt und was geplant ist, z.B. dass wir mit Franz aus Hildesheim den gemeinsamen Freund Heiner in Essen besuchen wollen. Mehrere Ausdrucke der allgemeinen Notizen habe ich im Haus aufgehängt.

Wenn ich mit meinem Vater zusammen esse, sitzen wir meistens so, dass wir die Notizen auf dem Bildschirm durchgehen können. Beim Frühstück bespreche ich mit ihm, was aktuell ansteht und notiere es für ihn sichtbar in dem Dokument. Hannes ist in der Lage, das alles durchzulesen. Ich glaube, ihn beruhigt es, diese Informationen zu haben und er guckt auch gerne: „Was war denn gestern oder vorgestern?“

VIELE WEGE ZU HANNES' WOHL

Mir ist es wichtig, dass er sein Gedächtnis ebenso wie seine Reflexe, seinen Gleichgewichtssinn und seine Muskelkraft trainieren kann. Wir nutzen die App Auguste zum Gehirnjogging und Gedächtnistraining. Schon vor einiger Zeit habe ich ein Keyboard gekauft und mit einer Software kombiniert, die meinem Vater beim Üben hilft. Als Kind hat Hannes mal eine Zeitlang Klavierunterricht gehabt. Und Musik zu machen soll auch gut für das Gehirn sein, habe ich gelesen.



An der Playstation 5 kann mein Vater mit Lenkrad und Pedalen virtuell Auto fahren, was ihm Spaß macht. Er ist immer sportlich gewesen, und so lässt er sich auch darauf ein, an der Wii mit dem Balance-Board Bewegungsspiele zu benutzen. Auch eine Xbox mit Kinect haben wir. Kinect ist ein Gerät, das die Gelenkpositionen des Spielers erfasst und auf die Spielfigur überträgt. Bis jetzt haben wir hauptsächlich ‚Kinect Adventures‘ gespielt. Dort fährt er z. B. mit einem Schlauchboot eine Wildwasserfahrt. Was er auch gern macht und wo er auch dranbleibt, wenn ich nicht dabei bin, ist Skigymnastik nach einem YouTube-Video.

Eigenständiges Training an der neu gekauften Kraftstation funktioniert dagegen noch nicht. Ich müsste die ganze Zeit aufpassen, dass er die Übungen richtig macht, da er Korrektur-Hinweise schnell wieder vergisst. Eine Idee, die ich aber noch nicht versucht habe, umzusetzen: Ich filme mich selbst dabei, wie ich eine einzelne Übung einmal korrekt ausführe. Wenn Hannes diese Übung macht, würde er zum einen diese Aufzeichnung sehen, die immer wiederholt wird, und daneben das aktuelle Bild der Kamera, auf der er sich selbst aus dem gleichen Winkel sehen kann. Ich glaube, das würde ihn motivieren und verhindern, dass er Übungen falsch macht, was ihm ja mehr schaden als nützen würde.

Auf jeden Fall will ich jetzt erstmal mit ihm in einem Fitnessstudio Zirkeltraining ausprobieren. Die Geräte merken sich die Einstellungen, und ich kann vermutlich parallel zu Hannes Übungen machen, ohne bei ihm aufpassen zu müssen.

WIE KANN ICH AUS DER FERNE AUF IHN AUFFASSEN?

Für die Zeiten meiner Abwesenheit denke ich darüber nach, morgens bei Hannes eine Aufzeichnung von mir abzuspielen, in der ich beschreibe, was an dem Tag so ansteht. Er würde dann durch meine Stimme geweckt und könnte mich auf einem Bildschirm sehen: „Hallo, liebes Pappichen, jetzt lass uns mal gucken, dass wir erstmal die Augentropfen nehmen, zusammen.“

Am Ende der Aufzeichnung könnte ich ihn bitten, sich an den großen Bildschirm im Wohnzimmer zu setzen, auf dem er noch weitere Informationen findet.

Die Sache mit den Augentropfen hat mich schon mehrfach beschäftigt. Es ist momentan wichtig, dass er sie nimmt, aber er vergisst das leicht. Als ich eine Weile in Hamburg sein musste, habe ich eine Video-Verbindung genutzt, um das Problem zu lösen. Ich habe ihn zunächst über das Festnetztelefon angerufen und in die Nähe des Smartphones gehen lassen, das ich an einer festen Position an einem Schwenkarm platziert hatte. Dort, beim Smartphone, hatte ich die Augentropfen hingestellt. Wenn ich ihn dann per Videotelefonie angerufen habe, konnte ich überprüfen, ob er sie richtig nimmt. Um zu verhindern, dass die Augentropfen wo anders hin geräumt werden, könnte man sie vielleicht dort beim Smartphone-Standort anbinden. Oder ich bringe ein auffälliges Schild an, das meinen Vater immer wieder daran erinnert: Hier ist der Ort für die Augentropfen.

Ich bräuchte eigentlich Aufzeichnungen von ihm, um sicher sein zu können, dass er die wichtigen Dinge auch tatsächlich macht – und richtig macht. Er wäre zwar vermutlich damit einverstanden, dass ich jeden Raum – außer das Bad – mit Kameras ausstatte. Aber ich weiß natürlich, dass das umstritten ist.

Vielleicht muss ich mich auch von der Vorstellung frei machen, alles aus der Ferne kontrollieren zu können.

Im Moment scheint es mir am hilfreichsten, Frau A.s Präsenzzeiten zu erhöhen. Mein Vater spielt sehr gerne mit ihren Kindern. Gleichzeitig bin ich aber dabei, zu versuchen, neue Wege zu finden, die meinem Vater und mir und vielleicht ja auch anderen Menschen mit Demenz und ihren Familien nützlich sein können. Wer ähnliche Pläne verfolgt und Ideen entwickelt, kann sich gern bei mir melden.



Martin Ruhm ist
Medieninformatiker
und Angehöriger,
Kontakt:
martin.ruhm@gmail.com
(Fotos privat)

Certification D testet technische Hilfen für Menschen mit Demenz

2019 konnte das Demenz-Forschungszentrum der Alexianer Krefeld GmbH unter der Leitung von Professor Dr. Ralf Ihl erfolgreich das Projekt „Certification-D“ im „EU Interreg Nord-West Europa-Förderprogramm“ initiieren. Mit einem Projektbudget von 2,2 Millionen Euro läuft es über drei Jahre. In dem Projekt arbeiten Fachleute, private Firmen und öffentliche Partner aus Großbritannien, den Niederlanden, Belgien, Frankreich und Deutschland mit dem Ziel zusammen, technische Geräte und Vorrichtungen, digitale Assistenzsysteme sowie unterstützende Netzwerke und Dienstleistungen in ihrem Nutzen für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen unter echten Bedingungen zu testen. Produkte, die sich in der Erprobung bewährt haben, sollen ein Zertifikat erhalten und bekannt gemacht werden. Damit soll auch die Entwicklung neuer zweckdienlicher Produkte

durch kleine und mittlere Unternehmen angeregt werden. Weiter wird angestrebt, dass geeignete technische Hilfen von den Pflegekassen finanziert werden.

Katrin Krah ist Projektmanagerin bei den Alexianern Krefeld.



Frau Krah, was alles umfasst die Palette der technischen Produkte, die Sie für Certification D kritisch in Augenschein nehmen?

Katrin Krah: Wir testen und zertifizieren technische Produkte, die den Alltag mit Demenz in der eigenen Wohnung unterstützen und die Teilhabe der betroffenen Menschen am Leben

insgesamt ermöglichen. Das sind Produkte, die vor allem für Sicherheit sorgen sowie solche, die die Menschen in ihrer Kommunikation mit Familie, Freunden und Helfenden unterstützen und weitere, die aktivieren und Beschäftigungsangebote machen. Wir nehmen also u.a. Hausnotrufsysteme, Herdabschaltungen, Alarmmatten und GPS-Ortungssysteme, aber auch Kommunikations-Apps, Roboter und Spiele in den Blick und testen sie im Hinblick auf ihre Nützlichkeit.

Gibt es Produkte, die Sie allen Menschen mit Demenz empfehlen können, die zuhause leben?

Katrin Krah: Nein. Lebensumstände unterscheiden sich, Menschen sind unterschiedlich stark eingeschränkt und haben mannigfaltige Neigungen und Bedürfnisse. Da gilt es, jeweils passgenaue Lösungen zu finden. Was noch am ehesten für fast alle zuhause



Getestete Produkte auf der Regionaltagung von Alzheimer NRW. (Foto: Landesverband)

lebenden Menschen mit Demenz Sinn macht, sind Geräte oder Apps, die sie auf unkomplizierte Weise in Kontakt mit anderen bringen. Denn Einsamkeit ist das größte Problem, wenn man kognitiv eingeschränkt ist.

EIN ZIEL: MENSCHEN IN KONTAKT BRINGEN

Einige der technischen Lösungen, die wir testen, können übrigens auch in stationären Einrichtungen Pflege erleichtern und gleichzeitig den Bewohnern dort mehr Spielräume verschaffen. Es gibt z.B. einen Sessel mit Rollen, mit dem man auch bettlägerige Patienten in die gesellige Runde an der Kaffeetafel oder auf die Terrasse bringen kann, und zwar in der Position, die sie gerade bevorzugen. Wenn sie nicht mehr sitzen können, kann man sie in eine Liegeposition bringen. Und mit einem integrierten Knopf können sie bei Bedarf auch Hilfe rufen.

Wie wurden und werden die Produkte getestet?

Katrin Krah: Manche Produkte, die für den Einsatz in der Pflege oder im Alltag mit Demenz angepriesen werden, sind noch unausgereift, weil die Hersteller keinen Kontakt zur Zielgruppe haben und sich keine realistische Vorstellung von deren Situationen machen. Dem setzen wir unsere sogenannten „Living-Labs“ entgegen, unsere „Reallabore“. Das sind Haushalte oder Einrichtungen, in denen Menschen leben, die von diesen Produkten tatsächlich profitieren sollen. Wir überlegen also, für wen was eine Hilfe sein könnte und stellen den Betroffenen und ihren Angehörigen dann ein solches Produkt zur Verfügung. Wir leiten sie bei der Handhabung an, begleiten sie auch dabei und werten anschließend ihre Erfahrungen und Rückmeldungen aus. Solch eine Testphase dauert acht Wochen. Im Einzugsbereich der Alexianer Krefeld haben wir 24 Produkte

in jeweils zehn Haushalten testen lassen. Und die Praxistests des Projekts Certification D laufen natürlich auch bei unseren Partnern in den anderen beteiligten EU-Ländern.

Was geschieht mit den Ergebnissen?

Katrin Krah: Die Ergebnisse aller Tests gehen an die Gesellschaft für Geronototechnik, GGT, ein Unternehmen, das schon seit 20 Jahren in der Zertifizierung tätig ist. Hier werden unsere Qualitätsstandards, z.B. verständliche Sprache, einfache Handhabung, Sicherheit, gute Akkuleistung usw. an die Produkte angelegt, und diese müssen dann eine Mindestpunktzahl erreichen, andernfalls bekommen sie das Siegel nicht. Auch der Kostenaspekt spielt eine Rolle. Manche Artikel, die extra als demenzgerecht ausgewiesen sind, kosten z.B. erheblich mehr als Produkte ohne besondere Kennzeichnung, die aber genauso gut oder sogar besser ihren Zweck erfüllen.

HERSTELLER ERHALTEN RÜCK- MELDUNGEN

Vor der Zertifizierung erhalten die Hersteller aber noch die Chance, ihre Erzeugnisse zu verbessern. Nachdem die Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen ihre Produkte getestet haben, können wir genau sagen: Wo hapert es noch, wo muss noch nachjustiert werden? Viele Produzenten sind sehr froh über unsere Rückmeldungen und nutzen sie. Die verbesserten Produkte werden dann erneut getestet.

Was wird da z.B. noch verbessert?

Wir sind in der Testphase auf verschiedenste Probleme bei der Installation oder Anwendung gestoßen. Eine Kalenderuhr mit Sprachfunktion z.B. meldete die nachlassende Akkuleistung mit einer so unheimlich klingenden Stimme, dazu noch auf Englisch, dass die Anwenderin Angst bekam und das Produkt auch nach der Überarbeitung nicht mehr ausprobieren

wollte. Manche Produkte verwirrten durch zu viele Funktionen, andere boten zu wenige an.

Ich hatte diese Woche gerade einen Termin mit dem Erfinder der Tablet-App »Tante Laura«. Das ist eine Plattform, in die man Bilder und Nachrichten stellen und an seine Angehörigen übermitteln kann. Nachdem vielfach Wünsche laut geworden waren, über die App auch miteinander in Bild und Ton zu kommunizieren, wird Tante Laura jetzt um diese Funktion erweitert.

Oft gehen die Menschen ja nicht ans Telefon, wenn es ihnen nicht gut geht. Und hier können die Kümmerer die App aktivieren, die Betroffenen müssen keinen Hörer aufnehmen, sondern sehen die Angehörigen oder die Senioren-Betreuerin und können mit dem Gegenüber sprechen.

Was schon jetzt möglich ist und z.B. für den Sohn interessant ist, der seinen Vater gern morgens erstmal an den Computerbildschirm dirigieren möchte, damit er dort den Tagesablauf einsehen kann: Man kann zu bestimmten Zeiten vorab aufgenommene Aufforderungen abspielen lassen, etwa sich jetzt mal den Tagesplan auf dem Computer anzusehen oder auch die Einnahme der Tabletten nicht zu vergessen.

KATALOG STELLT ZERTIFIZIERTE PRODUKTE VOR

Wann werden Menschen mit Demenz und ihre Betreuenden von Certification D profitieren können?

Katrin Krah: Unser von der EU gefördertes Projekt endet im März 2023 mit der Bekanntgabe der zertifizierten Produkte. Um den Menschen mit Demenz und ihren Familien einen Überblick zu verschaffen und ihnen zu helfen, das passende Produkt für ihre Situation zu finden, erstellen wir zur-

ERFAHRUNGSBERICHTE

Erfahrungen mit digitalen Helfern

zeit schon einen Katalog. In dem sind alle zertifizierten Erzeugnisse – nach Produktgruppen – aufgeführt und auch abgebildet, und man erfährt, was jedes einzelne kann. Damit wir weitere Neuerungen anstoßen, testen und zertifizieren können, wollen wir – ebenfalls auf europäischer Ebene – eine Zertifizierungsgesellschaft gründen, die voraussichtlich ihren Sitz in Brüssel haben wird.

Schon jetzt bieten wir eine Beratung über technische Hilfen, die den Alltag mit Demenz erleichtern, und wir sind mit einer Wanderausstellung in Pflegeeinrichtungen unterwegs. Dort kann man rund zwei Dutzend für gut befundene technische Produkte ausprobieren und bekommt Anleitung und Rat.

Vielen Dank, Frau Krah, und viel Erfolg beim vorläufigen Abschluss Ihres wichtigen Projekts!

www.nweurope.eu/Certification-D/

Technik-Beratung:
Alexianer Krefeld GmbH,
Dießemer Bruch 81
Katrin Krah, Tel. 0151 334-7362



Katrin Krah ist
 Projektmanagerin von Certification D
 bei den Alexianern in Krefeld.
 (Foto: Alexianer Krefeld)

»Wir haben ein Ortungsgerät mit Alarmfunktion getestet. Meine Mutter hat den Alarmknopf in den acht Testwochen mehrmals unterwegs probeweise gedrückt, und ich habe mit Alarmton die Meldung auf mein Smartphone bekommen, wo sie gerade ist, und habe sie dann auf dem mobilen Ortungsgerät angerufen. Wäre sie tatsächlich in Not gewesen, hätte ich sie beruhigen und abholen können. Gut, dass die Bedienung des Geräts in einer kritischen Situation so einfach ist. Sie musste lediglich einmal den Alarmknopf drücken. Einmal nachts ging der Alarmton auf meinem Handy los, nur um mir mitzuteilen, dass der Akku des Ortungsgerätes aufgeladen werden müsse. Das war nicht so optimal, ich habe das kritisch zurückgemeldet. Man müsste von sich aus überprüfen können, wie der Akkustand des mobilen Geräts ist.« **J. G.**

»Meine Oma, 95, und ich haben auch den GPS-Tracker ausprobiert. Wir fanden ihn sehr praktisch. Meine Oma hatte sich das Ortungsgerät um den Hals gehängt. Auf der App konnte ich auch die ganze Zeit verfolgen, wo sie sich aufhält bzw. hinbewegt. Da ich ihre Strecken so ungefähr kenne, habe ich dann gesehen: Ah, da ist sie einkaufen gegangen, hier ist sie in der Einrichtung. So ist es auch möglich zu überprüfen, ob jemand tatsächlich so viel unterwegs ist, wie er sagt. Manche Menschen mit Demenz erzählen ja von früheren Aktivitäten, als hätten sie soeben stattgefunden. Dass das Gerät laut meldet, wenn der Akku nur noch eine niedrige Ladung hat, finde ich gut.

Zum Vergleich hatten wir auch einen anderen GPS-Tracker getestet, der am Rollator befestigt ist. Auch hier bekomme ich den Alarm ggf. auf mein Handy.« **K. N.**

»Wir haben ein Tablet getestet, mit dem man Nachrichten und Fotos, auch Videos übermitteln kann, ohne dass die Empfängerin etwas tun muss. Ich hätte das Tablet auch dazu nutzen können, meine Oma zu von mir bestimmten Zeiten an die Einnahme ihrer Tabletten zu erinnern. Aber sie wird gut betreut, deswegen ist das nicht nötig gewesen. Sie hat sich über die Fotos und Videos von mir gefreut. Der einzige Nachteil: Das Gerät muss, um optimal zu funktionieren, am besten in der Steckdose eingesteckt sein. Sonst läuft es Gefahr, nicht genug Akkuladung zu haben. Es kann dann schon mal passieren, dass sie es ausstöpselt.« **K. N.**

Technische und digitale Hilfen – Stand der Versorgung

VON CORNELIA SCHÄFER

„Wir nutzen die Chancen, die die Digitalisierung bietet, damit Patienten spüren, wie digitale Innovationen ihren Alltag ganz konkret verbessern“, sagte der damalige Gesundheitsminister Jens Spahn 2019 bei der Verabschiedung des Gesetzes für eine bessere Versorgung durch Digitalisierung und Innovation (Digitale-Versorgung-Gesetz – DVG). Damit wurden Neuerungen wie die Elektronische Patientenakte und Videosprechstunden auf den Weg gebracht, aber auch der Ausbau der dafür nötigen sicheren Datennetzwerke gefördert und die Möglichkeit geschaffen, sich vom Arzt/der Ärztin gesundheitsfördernde Apps verschreiben zu lassen. Die so genannten DiGA, Digitale-Gesundheits-Anwendungen, die PatientInnen sich auf ihr Handy oder Tablet herunterladen können, sollen sie beim Erkennen, Überwachen, Behandeln oder Lindern von Krankheiten, Verletzungen oder Behinderungen unterstützen oder dabei, Handicaps zu kompensieren. Diejenigen DiGA, die, wenn sie indiziert sind, von den Krankenkassen bezahlt werden, sind im DiGA-Verzeichnis gelistet. Sie helfen z.B. beim Umgang mit Diabetes, Schmerzen oder Depressionen. <https://diga.bfarm.de/de>

Auf die Unterstützung der Pflege und auch der Pflegebedürftigen selbst zielt das 2021 in Kraft getretene »Digitale Versorgungs- und Pflege-Modernisierungs-Gesetz« (DVPMG). Mit ihm wurden digitale Pflege-Anwendungen geschaffen. Die sogenannten DiPA sind digitale Helfer, die von Pflegebedürftigen oder in der Interaktion von Pflegebedürftigen mit Angehörigen bzw. sonstigen Pflegenden oder ambulanten Pflegeeinrichtungen genutzt werden können. Sie sollen die Selbstständigkeit oder die Fähigkeiten von pflegebedürftigen Menschen fördern und einer Verschlimmerung der Pflegebedürftigkeit entgegenwirken. Ausdrücklich als förderwürdig anerkannt sind laut § 40a SGB XI auch „Anwendungen, die pflegende Angehörige oder sonstige ehrenamtlich Pflegende (...) bei der Haushaltsführung unterstützen und die häusliche Versorgungssituation des Pflegebedürftigen stabilisieren.“ Die DiPA sowie Hilfen bei ihrer Anwendung bis zu monatlich 50 Euro werden auf Antrag der Versicherten von den Pflegekassen übernommen, wenn diese sie im individuellen Fall für hilfreich halten und die beantragte Anwendung im Verzeichnis der digitalen Pflege-Anwendungen aufgeführt ist.

EIN ZIEL: DIE STABILISIERUNG DER HÄUSLICHEN VERSORGUNGSSITUATION

Gerade erst können Anbieter und Hersteller von Anwendungen, die im Wesentlichen auf digitalen Technologien beruhen, beim Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte die Aufnahme ihrer Produkte in das DiPA-Verzeichnis beantragen. Dieses wird wohl frühestens im

ersten Quartal 2023 entstehen, und dann erst wird sich zeigen, was den Anforderungen des Gesetzgebers und des BfArM genügt - und was nicht.

In seiner Präsentation auf der Regionaltagung von Alzheimer NRW zum Thema „Technikunterstütztes Leben bei Demenz“ nannte der Landesgeschäftsführer der BAR-MER, Heiner Beckmann, einige Beispiele für denkbare DiPA: Emma Help z.B. ist eine App, mit der alleinlebende Menschen und pflegende Angehörige auf Knopfdruck benötigte Dienstleistungen und Produkte in ihrer Region buchen können, Rasenmähen etwa, Wäschewaschen oder Fahrdienste zum Arzt. Die Kommunikations-App myo erleichtert den Austausch zwischen Angehörigen eines pflegebedürftigen Menschen im Heim mit dem dortigen Pflegepersonal bzw. dem Pflegebedürftigen selbst mittels Fotos, Kommentaren und Dokumenten sowie Videotelefonaten. Und Memorado ist nur ein Beispiel für eine Vielzahl von Spielen, die helfen, Logik, Konzentration, das Gedächtnis oder körperliche Fähigkeiten zu trainieren.

DIGITALE TRANSFORMATION ERFORDERT SENSIBILITÄT UND BERATUNG

Verschiedene Umfragen haben ergeben, dass die Menschen hierzulande immer aufgeschlossener gegenüber den Möglichkeiten durch die Digitalisierung auch im Gesundheitsbereich werden. Nicht zuletzt die Pandemie hat sie überzeugt, wie hilfreich etwa Videosprechstunden oder Gesundheits-Apps sind.

Welche Wünsche, Vorbehalte und Bedürfnisse beachtet werden müssen, wenn die weitere digitale Transformation im Gesundheitswesen gelingen soll, erforscht im Auftrag des Bundesgesundheitsministeriums Prof. Dr. Silke Kuske mit ihren KollegInnen an der Fliebler Fachhochschule Düsseldorf. Auf der Regionaltagung von Alzheimer NRW, wo sie das Forschungsprojekt SteTiG vorstellte, betonte die Versorgungsforscherin, wie unerlässlich es ganz besonders für Menschen mit Demenz und ihre pflegenden Angehörigen ist, dass die technische Unterstützung ihre emotionale Sicherheit erhöht oder zumindest nicht beeinträchtigt. Design, einfache und sichere Handhabbarkeit von technischen Hilfen, aber auch der Datenschutz bei ihrem Gebrauch müssen diesem Ziel dienen. Eine Schlüsselfunktion hat hier auch eine kompetente Beratung. Viele Menschen sind unsicher, wissen nicht, was es an technischen Unterstützungen auf dem Markt gibt oder was von der Vielzahl an Produkten für sie in Frage kommt, und ob ihre Kasse womöglich die Kosten dafür übernimmt. Zudem ist der Bereich der technischen Hilfen gerade sehr in Bewegung. Ständig werden neue Produkte und Anwen-



Alzheimer Telefon NRW

Tel. 0211-24 08 69 10

Mit Tipps zur
technischen Unterstützung
im häuslichen Bereich

GPS-Tracker
für mobile Gegenstände,
z. B. Stock oder Rollator,
der Firma cibX GmbH.
(Foto: Landesverband)

dungen entwickelt, in die Förderung durch die Kassen aufgenommen oder wieder herausgenommen, wenn sie sich nicht bewährt haben.

Orientierung sollten hier an erster Stelle die Pflegekassen selbst bieten. Die Versicherten haben immerhin einen gesetzlichen Anspruch auf eine individuelle Pflegeberatung. Aber auch örtliche Pflegestützpunkte und Pflegeberatungen, regionale und landesweite Alzheimer Gesellschaften, Verbraucherzentralen und die Beratungsstellen für Wohnraumanpassungen können angesprochen werden.

Das auf den Seiten 5-7 vorgestellte Projekt Certification D wird mit seinem Katalog der zertifizierten Hilfen im Laufe des Jahres 2023 bei der Orientierung helfen. Die im Projektverlauf gewonnene Kompetenz wird aber auch jetzt schon in Form von Beratung weitergegeben. Kontakt: Katrin Krah, Tel. 0151 334-7362.

Auch die Deutsche Alzheimer Gesellschaft hilft mit einem Portal, den Nutzen von unterstützenden Technologien in der Pflege für den eigenen Bedarf zu ermitteln: <https://www.deutsche-alzheimer.de/b-tip>

UND WER BEZAHLT DIE HILFSMITTEL?

Zusätzlich hat der Selbsthilfeverband 2020 eine Broschüre erstellt, die in analoger und digitaler Form über technische und digitale Hilfen für das Leben mit Demenz informiert: <https://shop.deutsche-alzheimer.de/broschueren/33/tab-lets-sensoren-co>

Viele technische Hilfsmittel wie z.B. Badewannenliften und Hausnotrufe werden schon problemlos von den Kranken- und Pflegekassen übernommen. Sie finden sich in den bestehenden Hilfsmittel- und Pflegehilfsmittel-Verzeichnissen. digitale Assistenzsysteme oder Sicherheitssysteme wie z.B. Herdwächter sind dort aber kaum vertreten. Die AutorInnen der Broschüre raten Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen, gerade wenn es darum

geht, den Verbleib im eigenen Zuhause zu sichern, die dafür notwendigen Hilfsmittel zu beantragen, auch wenn sie in keinem der Verzeichnisse aufgelistet sind. Wichtig ist eine Begründung, warum das Hilfsmittel benötigt wird. Bei einer Ablehnung lohnt sich oft auch ein Widerspruch. Das Landessozialgericht Bremen hat z.B. 2019 klargestellt, dass GPS-Systeme, die eine Alarmfunktion haben und eine Lokalisierung des Trägers/der Trägerin erlauben, von der Krankenkasse übernommen werden müssen (AZ: L 16 KR 182/18). Krankenkassen sind für die Bewilligung und Finanzierung der Hilfsmittel zuständig, diese müssen ärztlich verordnet werden. Die Pflegehilfsmittel werden ggf. von der Pflegekasse übernommen. Sie bedürfen – wie künftig auch die DiPA – keiner ärztlichen Verordnung und können von den Versicherten selbst – vor der Bestellung! – mit einer entsprechenden Begründung beantragt werden. Welche Pflegehilfsmittel aktuell nötig sind, soll aber auch bereits der Medizinische Dienst der Krankenkassen im Rahmen seiner Begutachtung der Pflegebedürftigkeit erheben. Er kann auch gleich die Versorgung einleiten.

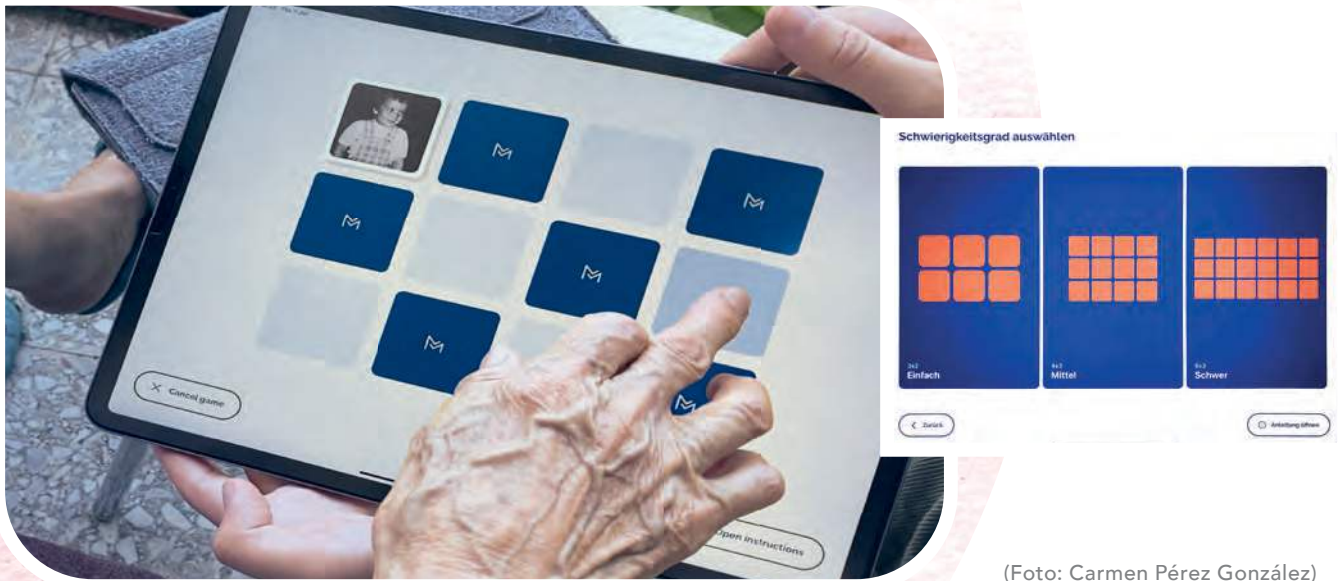
Bestimmte Hilfen wie z.B. der Einbau von Handläufen in der Wohnung oder ein Treppenlift können von der Pflegekasse bezuschusst werden. Solche „Wohnumfeld verbessernden Maßnahmen“ werden pro im Haushalt lebende Person mit einem Pflegegrad bis zu 4.000 Euro gefördert. Wenn sich der Pflegebedarf deutlich ändert, kann der Zuschuss für weitere notwendige Wohnraumanpassungen erneut gewährt werden.



Cornelia Schäfer
Freiberufliche Journalistin
in Köln (Foto privat)

Die Tablet App »Golden Memories«

10



(Foto: Carmen Pérez González)

Anfang 2019, als ich nicht so recht wusste, wie ich meine Erfahrung und mein Wissen als Fotohistorikerin gesellschaftlich einsetzen könnte, musste meine Familie zum dritten Mal eine Demenzdiagnose verarbeiten. Für mich löste das zugleich eine Art Initialzündung aus. Ich fing an, mit meinen Familienmitgliedern unsere alten Fotos anzuschauen, zunächst noch ohne größeren Plan, einfach zum Vergnügen, um Erinnerungen zu teilen. Dann merkte ich, welche Kraft diese Fotografien haben. Über nur eine Fotografie konnten die älteren Menschen oft zwei Stunden sprechen. Ich stellte fest: Die Bilder fungieren wie Katalysatoren. Die Menschen erinnern sich auf einmal wieder an Ereignisse, die verloren zu sein schienen, und sie erleben diese Situationen gewissermaßen noch einmal.

Ich weiß: Keine Art von Demenz ist heilbar. Aber das bedeutet nicht, dass man die Lebensqualität der betroffenen Menschen nicht zumindest für kurze Zeit verbessern kann. Diesem Vorhaben beschloss ich mich zu widmen.

AUF DEM WEG ZUR APP

Ich unterfütterte mein Erfahrungswissen mit wissenschaftlichen Erkenntnissen und den Erfahrungen anderer, las viel, belegte Kurse wie „Leben mit Demenz“ des Landesverbandes der Alzheimer Gesellschaften NRW, und ich erkannte: Es gibt verschiedene Arten von Demenz, aber allen gemeinsam ist der Verlust der Identität. Genau in diesem Punkt können alte Familienfotos eine wunderbare Rolle spielen. Sie können Senioren helfen, sich zu erinnern, wer sie waren und vergessene Kapitel ihres Lebens zu rekonstruieren. Persönliche Fotos sind immer emotionale Objekte. Aber gerade Familienfotografien eignen sich hervorragend zur Förderung der Kommunikation und zum Training des Gedächtnisses. Eine Art Fotodialog existiert ja schon lan-

ge. Ich entwickelte nun darüber hinaus verschiedene Fotospiel-Ideen speziell für eine ältere Zielgruppe, zuerst in analoger Form unter dem Namen „Fotospiele im Alter“. Ein Freund brachte mich darauf, eine App zu erstellen. Und so habe ich eine Tablet App konzipiert, die das Familienleben generationsübergreifend verbinden kann. Da ich nicht über digitales Know-how verfügte, gewann ich die Design Agentur milkmonkey in Düsseldorf als Kooperationspartner. Ihr Leiter, Alain Yimbou, Dozent für Interaction Design und Retail Design an der Hochschule Düsseldorf, war zu meinem großen Glück von Anfang an von diesem Projekt überzeugt.

SAMMELN, REDEN, SPIELEN

Unsere Tablet App „Golden Memories“ enthält Fotospiele, die jede und jeder mit eigenen Fotos bestücken kann. Die alten Menschen, aber eben auch Töchter, Söhne, Neffen, Nichten und Enkelkinder, alle können sich aktiv - analog wie digital - einbringen.

Und das geht so: Zuerst mal müssen die für die Familie wichtigen Fotos zusammengetragen werden. Oft liegen sie in verschiedenen Haushalten. Die jüngeren Familienmitglieder fangen an, die Bilder mit dem Handy oder Tablet abzufotografieren und in die von der App zur Verfügung gestellte „Galerie“ hochladen. Dann gilt es, jedes Foto zu beschriften. Das ist eine Arbeit, für die man die Hilfe der Älteren braucht, die, wenn man dann zusammensitzt, redet und sortiert, ganz nebenbei auch ihr Gedächtnis trainieren. Aber schon bei dieser Vorbereitung des späteren Spielens passiert so viel mehr: Wenn die Jüngeren fragen: 'Wer hat das Foto gemacht?' oder: 'Wer ist das da auf dem Foto?' wird ein wunderbarer Dialog in Gang gesetzt. Manchmal wissen wir ja gar nicht mehr genau, woher wir kommen

oder was unsere Familien früher gemacht haben. Wie spannend, nun einen Einblick in den Alltag der vorherigen Generationen zu bekommen, Anekdoten zu hören und verstorbene Vorfahren kennenzulernen! Das regt dann auch wiederum die Jüngeren zum Erzählen an. Ein generationsübergreifendes Miteinander entsteht. Hat man dann einen schönen Vorrat an Familienfotos in die Galerie eingestellt, kann der Spielspaß beginnen.

GLEICHE BILDER FINDEN

Die erste Idee, mit der wir unsere App gefüttert haben, basiert auf dem analogen Memory-Spiel. Dabei gilt es, aus einer Zahl von Kärtchen, die mit der Bildseite nach unten liegen, jeweils zwei gleiche zu finden. Bei jedem Spielzug darf man zunächst eine Karte umdrehen und dann versuchsweise eine zweite, um zu sehen, ob es die passende ist. Ist dies der Fall, darf man beide nehmen und erneut eine Karte aufdecken, zu der man dann wiederum die zweite finden muss. Wenn das nicht gelingt, legt man beide wieder verdeckt an ihren Platz, und der bzw. die Nächste in der Runde ist an der Reihe. Dabei versucht man, sich die Bilder und Positionen zu merken.

Die digitale Variante dieses Spiels bietet so manchen Vorteil. Die umgedrehten Karten sind in gut handhabbarer Größe auf dem Tablet-Monitor zu sehen, man kann sie also leicht antippen, worauf sie dann ihr Bild offenbaren. Das danach angetippte Bild erscheint daneben in gleicher Größe. Schnell kann man beide vergleichen und feststellen, ob sie zueinander gehören oder nicht. Sind zwei gleiche Bilder gefunden, erscheint ihr Motiv in großem Format auf dem Bildschirm, und man bekommt sie gutgeschrieben. Hat man alle Paare gefunden, wird man mit einem kleinen Tusch und einer Siegermedaille belohnt. Es kommt aber eigentlich gar nicht so darauf an, wer „gewinnt“ oder „verliert“, sondern darauf, einen spielerischen Zugang zu den Fotos und damit zu den Erinnerungen der älteren Spielteilnehmenden zu bekommen.

GEBORGEN IN DER GEMEINSCHAFT

Damit Menschen mit Gedächtnisproblemen nicht den Spaß am Spiel verlieren, kann man den Schwierigkeitsgrad variieren.

Gerade sind wir dabei, weitere Spielmöglichkeiten für die App zu entwickeln. Eine nutzt Postkarten, die von beiden Seiten eingescannt werden, auf der einen Seite das Bild, auf der anderen Informationen zum Bild. Auch eigene Postkarten lassen sich in diesem Spielverfahren erstellen und rückseitig mit aktuellen Informationen ergänzen. Mit einem Doppelklick können dann die Älteren auf die Postkarten ihre Erinnerungen an diesen Ort oder diesen Moment schreiben oder mündlich aufnehmen. Dabei entsteht dann auch ein lebendiges Familien-Archiv.

Das wichtigste Wort ist „Familie“. Auf der Tagung „Technikunterstütztes Leben mit Demenz“ betonte Prof. Dr. Silke Kuske von der Fliehdner Fachhochschule Düsseldorf, wie wichtig die emotionale Sicherheit ist, wenn wir versuchen, digitale Werkzeuge in der Betreuung und Unterstützung von Menschen mit Demenz einzusetzen. Bei „Golden Memories“ steht die Familie im Mittelpunkt und bietet im besten Falle die emotionale Sicherheit, die für eine erfolgreiche Nutzung der Fotospiele in der App erforderlich ist. Die ist besonders der Fall, wenn die App im Familienkreis genutzt wird. Aber auch Betreuungskräfte können die Bezugnahme auf vertraute Personen und schöne Erinnerungen nutzen, um die emotionale Sicherheit zu stärken. Wenn Fotos negative Gefühle wachrufen, sollte man diese Bilder künftig nicht mehr verwenden.

EINE KOSTENFREIE APP MIT FORSCHUNGSPOTENZIAL

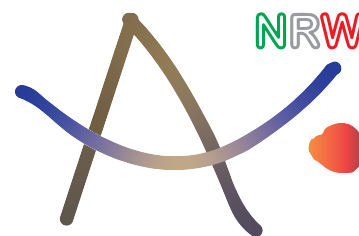
Mein Wunsch bei diesem Projekt war es, Menschen mit Demenz und ihren Familien zu helfen. Wir versuchen, die App in gemeinnütziger Initiative zu entwickeln und bieten sie kostenlos an. Im Laufe der Zeit habe ich gemerkt, dass sie auch ein starkes Potenzial als Forschungsinstrument hat. Ob unsere Hypothese stimmt, dass die regelmäßige Nutzung der App über einen Zeitraum von acht Wochen das Wohlbefinden und die kognitiven Funktionen der Menschen mit Demenz – zumindest für eine Zeit – verbessert, erforschen wir jetzt in der Abteilung Allgemeine und biologische Psychologie der Bergischen Universität Wuppertal.

Zur App gelangen Sie unter <https://www.golden-memories.de>. Die App ist derzeit kostenfrei. Auch bei Instagram und Facebook sind wir damit schon vertreten. Wir freuen uns über alle, die „Golden Memories“ nutzen. Meine Familie hat damit schon schöne Stunden verbracht.

Dr. Carmen Pérez González ist Astrophysikerin, Fotohistorikerin und Lehrbeauftragte im Fach Geschichte der Fakultät für Geistes- und Kulturwissenschaften an der Bergischen Universität. Sie ist die Gründerin des Projektes „Golden Memories“.



Carmen Pérez González
Info:
www.golden-memories.de
Kontakt:
perez@uni-wuppertal.de
(Foto Mäni Darvish Pérez)



Selbsthilfe Demenz

IMPRESSUM

Herausgeber

Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.
Bergische Landstraße 2, 40629 Düsseldorf
www.alzheimer-nrw.de

Spendenkonto

IBAN: DE 34 3005 0110 0010 1873 18
SWIFT-BIC: DUSSDEDD

V. i. S. d. P.

Dr. Peter Pick

Redaktion und Texte

Dr. Peter Pick, Vorsitzender des Landesverbandes
der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. · S.2

Martin Ruhm · S.3-4

Cornelia Schäfer, Mediapark Süd, Köln · S.5-7, 8-9

Carmen Pérez González · S.10-11

Druck

Rossimedia GmbH & Co. KG
40885 Ratingen
Siemensstraße 12
www.rossimedia.de

MIT FREUNDLICHER FÖRDERUNG DURCH:

