

# Gedächtnistraining bei Demenz

## Memory Training for Dementia

Helga Schloffer

### Themenschwerpunkt Demenz

#### Zusammenfassung

Psychosoziale Interventionen spielen bei der Behandlung der Demenzen eine große Rolle, da bis dato Medikamente das Fortschreiten der Erkrankung zwar verzögern, aber nicht verhindern können. Nicht medikamentöse Interventionen sollten unbedingt die emotionalen und psychosozialen Kompetenzen ansprechen und fördern bzw. erhalten, da diese Ressourcen länger verfügbar sind. Gedächtnistraining, vergleichbar mit einer globalen kognitiven Stimulation, verbindet die kognitiven Ziele mit der Erfüllung sozialer und emotionaler Ziele; nur wenn alle „Puzzleteile“ beachtet werden, kann ein Mensch mit Demenz seine Ressourcen entfalten und, soweit es geht, von selbst aktiv werden. Das Programm bezieht sich in seinen Inhalten auf den Alltag bzw. auf die Biografie der TeilnehmerInnen, sodass eine Aktivierung von Altgedächtnisinhalten möglich ist. Zudem integriert es Bewegungselemente, Entspannung, Musik und sensorische Angebote und kann mit weiteren Tätigkeiten, wie Gartentherapie oder kreativen Interventionen, kombiniert werden.

#### Abstract

Psychosocial interventions play a major role in the treatment of dementia, as medication has so far been able to delay the progression of the disease, but not prevent it. Non-medication-based interventions should definitely address and promote or maintain emotional and psychosocial skills, as these resources are available for longer. Memory training, comparable to global cognitive stimulation, combines cognitive goals with the fulfilment of social and emotional goals; only if all 'pieces of the puzzle' are taken into account can a person with dementia deve-

*lop their resources and, as far as possible, become active on their own. The content of the programme is based on the everyday lives and biographies of the participants, so that old memories can be activated. It also integrates elements of movement, relaxation, music, and sensory activities and can be combined with other activities such as garden therapy or creative interventions.*

#### 1. Einleitung

Demenz ist eine chronisch fortschreitende Erkrankung in verschiedenen Formen und individuellen Ausprägungen. Die medikamentöse Behandlung kann bis dato den Verlauf verzögern, aber die Krankheit nicht heilen, daher kommt den nicht medikamentösen Interventionen eine große Bedeutung zu. Das Angebot an psychosozialen Interventionen ist reichhaltig, die Studienlage zur Wirksamkeit optimierbar.

Wichtig ist es, das breite Spektrum an Behandlungsmöglichkeiten zu kennen, anzubieten und individualisiert einzusetzen (Kressig, 2017), nicht nur bei bestehenden Verhaltensveränderungen, sondern präventiv als selbstverständliche, begleitende Maßnahme. Dabei sind nicht nur das Stadium und die Art der Demenz, sondern die Biografie, die Ressourcen, das persönliche Milieu und die gegenwärtige Befindlichkeit ausschlaggebend.

*Die emotionalen und psychosozialen Kompetenzen sollten angesprochen und gefördert bzw. erhalten werden, da diese gegenüber den kognitiven Funktionen weit weniger vom Abbau betroffen sind.*