

Demenzerkrankung

# Braucht es Entlastung für pflegende Angehörige?

**Oft hören wir von pflegenden Angehörigen: «Das habe ich jetzt noch nicht nötig!» Sie pflegen und betreuen ihre demenzkranken Ehepartner/Eltern Tag für Tag und spüren oft nicht, wie die Aufgaben immer grösser werden und die Herausforderungen steigen. Dazu kommen dann oft auch Schuldgefühle und die Meinung, dass sie liebe Menschen nicht «ab-schieben» wollen.**

Doch gerade bei der Demenzerkrankung ist es wichtig, dass frühzeitig ein Aufenthalt in einer Tages- und Nachtstruktur geplant wird. Eine andere Umgebung und andere Menschen motivieren die an Demenz erkrankte Person zu neuen Aktivitäten. Dies wirkt sich positiv auf das Verhalten aus und stabilisiert das Selbstvertrauen und das Selbstwertgefühl. Sehr oft erleben wir eine fröhliche und anregende Stimmung in den Institutionen. Für die betreuenden Angehörigen bedeuten solche Momente willkommene Pausen. Sie können andere wichtige Dinge erledigen, Kontakte pflegen, entspannen und Kraft tanken. Im Kanton Luzern gibt es verschiedene Organisationen mit Tages- und Nachtstrukturen. Bei Fragen darf man sich unverbindlich an die folgenden Institutionen wenden.



### Dienstleistungsangebote Stiftung Der rote Faden

- Kostenlose Beratung/Information über die Krankheit, den Umgang mit Erkrankten, Entlastungsangebote, Hilfsmittel usw.
  - Weiterbildung für Angehörige von Demenz Betroffenen oder an der Thematik Demenz interessierte Personen und Institutionen
  - Tagesbetreuung für Menschen mit Demenz von Montag bis Freitag, 10.00 bis 17.30 Uhr
- Weitere Informationen: [www.derrotefaden.ch](http://www.derrotefaden.ch)  
Tel. 041 240 70 44.

### Dienstleistungsangebote Fluckmättli

- Im Fluckmättli, auf dem Littauerberg, wird in einem familiären Ambiente eine Tagesbetreuung und Kurzaufenthalte angeboten, für er-

wachsene Menschen mit Demenz und anderen Krankheitsbildern.  
– Im rollstuhlgängigen Haus und Garten werden diese Menschen liebevoll betreut und begleitet.  
Weitere Informationen: [www.fluckmaettli.ch](http://www.fluckmaettli.ch)  
Tel. 041 250 45 38 sowie 079/ 569 05 31.

### Dienstleistungsangebote Haus Herbstzytlos

Das Haus Herbstzytlos in Mausee ist ein Angebot der Stiftung Aktion Demenz und bietet unterschiedliche Angebote für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen an. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, damit wir Ihre individuelle Situation und unser passendes Angebot besprechen können. Wir freuen uns auf Sie! Weitere Informationen:

[www.aktiondemenz.ch](http://www.aktiondemenz.ch)  
Tel. 041 920 20 80.

### Dienstleistungsangebote Pilatusblick

- Tagesbetreuung für Menschen mit Demenz oder mit einer psychischen Belastung
  - Klein und fein mit max. 5 Gästen pro Tag
  - Pflege und Betreuung zu Hause in Kombination mit der Tagesbetreuung
  - Übernachtungsmöglichkeit für Gäste der Tagesstätte in besonders belastenden Situationen
  - Kontaktnachmittage
  - Mittagstisch
  - Musik und Bewegung
  - Hirnleistungstraining
- Weitere Informationen: [www.tagesstaette-pilatusblick.ch](http://www.tagesstaette-pilatusblick.ch)  
Tel. 041 340 47 74

### Immomant entlastet, immomant begleitet – seit 2008 für Sie da!

Die Tagesbetreuung immomant ist eine Institution, die pflegenden Angehörigen von Menschen, die an Demenz erkrankt sind, Entlastung bietet. Sie ermöglicht ihnen eine Atempause in der anspruchsvollen alltäglichen Betreuung. Ihre Angehörigen sind gut aufgehoben. Sie werden von Fachpersonen kompetent, einfühlsam und respektvoll durch den Tag begleitet. Es wird gemeinsam gekocht, geputzt, gewaschen. Arbeiten im Garten oder in der Werkstatt gehören genauso zum Alltag wie singen, spielen und spazieren. immomant ist von Dienstag bis Freitag jeweils von 9.00 Uhr – 18.00 Uhr geöffnet.  
[www.immomaent.ch](http://www.immomaent.ch)  
Tel. 041 497 22 01

Selbstheilungskräfte

# Heilkräfte der Natur nutzen

**Wo steht die Naturheilkunde heute? In der Schweiz verfügen wir über eines der besten Gesundheitssysteme überhaupt. Schauen wir aber auf unsere Freunde, Arbeitskollegen oder weiteres Umfeld stellen wir fest: Depressionen, Burnout und andere teils schwerwiegende Krankheiten begleiten uns auffallend häufig und zunehmend. Was fehlt in der Prävention und Therapie, braucht es die Naturheilkunde?**

### Die Selbstheilungskräfte aktivieren

Unser Körper verfügt eigentlich über ureigene Selbstheilungskräfte, mit denen er sich selbst ins Gleichgewicht bringen kann. Das Gehirn steuert diese Prozesse. Seine wichtigste Aufgabe ist es dafür zu sorgen, dass wir am Leben bleiben. Jedes Lebewesen trägt den eigenen Arzt und diese Selbstheilungskräfte in sich, das hat der moderne Mensch in dieser technisierten Medizin nur vergessen und verlernt. In den Vordergrund ist die kausale, evidenzbasierte Beherrschbarkeit von Krankheiten durch Medikamente und Technik gerückt. Der Mensch als Ganzheit von Körper und Seele ist dem «Fall», «Symptom» oder «Organleiden» gewichen. Zum Glück verfügt unser innerer Arzt immer noch über das Wissen, wie es «richtig zu sein hat». Er muss nur reaktiviert werden. Viele Patienten fragen sich deshalb: Was kann ich für mich selbst



tun, um zu gesunden? Welche Alternativen zur Schulmedizin stehen mir zur Verfügung? Leider fragen sie sich das häufig erst dann, wenn die Schulmedizin nicht mehr weiterhelfen kann, sie als «austherapiert» gelten. Das liegt z.T. an der fortschreitenden Spezialisierung in der Schulmedizin, wo jeder Spezialist nur noch «sein Gebiet» im Fokus hat und darüber den Menschen als Einheit übersieht. Ähnliche Tendenzen sind auch in der Tiermedizin zu beobachten. Es fehlt uns an Generalisten, die sich mit Körper, Seele und Geist beschäftigen und verstanden haben, dass Erkrankungen kein «Mono-Organproblem» darstellen. Immer ist der ganze Mensch oder das ganze Tier betroffen. Die wahren Ursachen und Zusammenhän-

ge hinter einer Erkrankung zu erkennen und auch ganzheitlich anzugehen ist die grosse Kunst. Und würde sich mittel- und langfristig auch wohltuend auf die ständig steigenden Gesundheitskosten auswirken.

### Die Naturheilkunde sieht Körper und Seele als untrennbare Einheit

In der Naturheilkunde werden Körper und Seele als untrennbare Einheit betrachtet. Nicht die Krankheit, sondern der Mensch oder das Tier mit seinen inneren Ressourcen stehen im Mittelpunkt. Die klassische Schulmedizin wird also mit naturheilkundlichen (z.B. Homöopathie, Traditionelle Chinesische und Europäische Medizin) und der so-

genannten Mind-Body-Medizin ideal ergänzt. Die Fähigkeit des Gehirns wird unterstützt, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren, etwas, was sowohl für den behandelnden (Tier-) Arzt als auch den Patienten begrüssenswert ist. Vereinfacht gesagt lernen z.B. Humanpatienten, potentiell selbstschädigenden Gedanken zu erkennen und bewusster mit ihnen umzugehen.

### Stress ist einer der grössten Hinderungsfaktoren unserer Selbstheilungskräfte.

Wenn wir positiv oder gelassen gestimmt sind, wird sich das optimal auf unseren Gesundheitszustand auswirken.

Diese Erkenntnis machen sich die Kinesiologie oder der Schamanismus zu Nutze. Die Kinesiologie geht davon aus, dass strukturelle, psychische sowie ernährungs- und stoffwechselfaktoren den Energiefluss des Körpers und somit das physische, seelische und geistige Erleben beeinflussen. Mit kinesiologischen Muskeltests wird der Zustand des energetischen Gleichgewichts sichtbar und erlebbar gemacht. Schamanismus – sehr zu Unrecht belächelt – ist auf allen Kontinenten eines der ältesten Heilsysteme überhaupt. Er erlebt in den letzten Jahren eine Renaissance, weil er uns erlaubt, körperfremde und körpereigene Energien so einzusetzen, dass wir unser Leben gestalten können, wie wir es möchten. Schamanismus umfasst eine Reihe von

Techniken, mit denen das eigene Bewusstsein willentlich erweitert wird. So lässt sich eine Brücke schlagen zwischen der physischen Welt und der unsichtbaren Welt der Visionen und Spiritualität. Wir sind ein Teil des Ganzen und mit allem, was uns umgibt, verbunden. Die spirituelle Welt ist nicht irgendwo im Jenseits, sondern im Hier und Jetzt. Schamanismus hat immer die vollständige Wiederherstellung des Patienten zum Ziel, welche durch Trommel, Räucherung, Clearing und Befreiungsarbeit sowie schamanische Rituale unterstützt wird. Die Prinzipien der Naturheilkunde lassen sich adaptiert auch auf Tiere anwenden.

### Die Medicus-Schule

Ist eine anerkannte und zertifizierte Ausbildungsstätte für Naturheilkunde. Sie bietet verschiedene Studiengänge in der Human- und Tiertherapie an. Die Dozierenden sind Spezialisten mit langjähriger praktischer Erfahrung in ihrem Gebiet. Menschen, die ihre berufliche Zukunft verändern und als naturheilkundliche Therapeutinnen und Therapeuten arbeiten möchten, belegen unsere Module. Neugierig? Besuchen Sie unserer Webseite [www.medicus-schule.ch](http://www.medicus-schule.ch).

