

## MEDIENDIENST DER CARITAS OBERÖSTERREICH

### **„Demenz und Du“: Caritas-Sendereihe im Freien Radio Freistadt**

Die Caritas-Servicestelle Pflegende Angehörige gibt im Freien Radio Freistadt in der fünfteiligen Sendereihe „Demenz und Du“ Einblick in den Alltag mit der Erkrankung. Demenz- und Pflegeexpert\*innen sowie pflegende Angehörige erzählen Geschichten, die berühren, aufklären und Mut machen. Von Freitag, 13. bis Dienstag, 17. März wird täglich eine Sendung um jeweils 13 und 18 Uhr ausgestrahlt. Alle Sendungen sind ab März im Online-Archiv: <https://cba.media/podcast/demenz-und-du>

Demenz verändert das Leben – für Betroffene ebenso wie für Angehörige. In der Sendereihe „Demenz und Du“ zeigen spezialisierte Demenzfachkräfte und pflegende Angehörige gemeinsam mit Caritas-Mitarbeiterin Stefanie Weigerstorfer auf, wie das Leben mit Demenz gut bewältigt werden kann. Hildegard Nachum aus Lasberg ist als Validationsmasterin auf die Kommunikation und Betreuung von desorientierten, alten Menschen spezialisiert. Sie erklärt: „Wenn eine Frau immer wieder sagt: ‚Ich muss nach Hause‘, obwohl sie längst daheim ist, dann spricht sie nicht von einem Ort. Sie kommuniziert ihr Gefühl, dass sie in einem seelischen Ungleichgewicht ist. Hinter solchen Aussagen steht die Suche nach drei wesentlichen Bedürfnissen – nach dem, was Liebe, Schutz und Sinn gegeben hat.“

In Österreich leben rund 170.000 Menschen mit einer Form von Demenz, in Oberösterreich etwa 28.000. Angehörige sind dabei gefordert, kreative und liebevolle Wege des Umgangs zu finden. „Jede Aufregung, jeder Stress überträgt sich unmittelbar. Deshalb ist die eigene Haltung so wichtig“, betont Nachum. „Hineinfühlen, akzeptieren, authentisch bleiben.“

Die Kommunikationsmethode der Validation unterstützt diese Haltung: Sie lädt dazu ein, Betroffene in ihrer Lebenswelt ernst zu nehmen, statt ihnen ihre Wahrnehmung abzusprechen. Oft genügt eine kurze Wiederholung – „Die Mama suchst du?“ – um zu zeigen: Ich höre dich. Dadurch entsteht ein Moment der Orientierung, der Konflikte entschärfen kann. Wer Menschen mit Demenz begleitet, bewegt sich zwischen diesen Polen:

den Verlust zu akzeptieren und zugleich immer wieder Anknüpfungspunkte zu finden, die Verbindung schaffen.

### **Warum eine frühzeitige Diagnose wichtig ist**

In der Sendereihe erklären Dr.in Doris Lieba-Samal und Dr. Stefan Iglseder von der NeuroWerkstatt Gallneukirchen, warum eine frühzeitige Diagnose wichtig ist: dadurch eröffnen sich deutlich mehr Behandlungsmöglichkeiten. Außerdem kann Vergesslichkeit auch durch andere, gut behandelbare Erkrankungen verursacht sein, wo es Chance auf Heilung gibt. Eine frühzeitige Diagnose hat auch finanzielle Aspekte wie z.B. das Beantragen des Pflegegelds.

### **Inhalte**

**Episode 1:** Wie die Caritas-Servicestelle pflegenden Angehörigen hilft

**Episode 2:** Nur Vergesslichkeit oder schon Demenz? Wie eine medizinische Demenzabklärung abläuft & Alltagstipps

**Episode 3:** Zwischen Liebe, Last und Loslassen – wann ein Heimeinzug zum Thema wird

**Episode 4:** Konflikte entschärfen – wertschätzende Kommunikation mittels Validation

**Episode 5:** Erfahrungsberichte aus erster Hand von pflegenden Angehörigen

### **Freies Radio Freistadt hören:**

Auf den Frequenzen 107,6 / 107,1 / 103,1 / 100,0 / 88,4 MHz

Live-Stream auf [www.frf.at](http://www.frf.at)