

Orientierung geben

EINE DEMENZSENSIBLE ARCHITEKTUR vermittelt Sicherheit, stärkt das Kompetenzgefühl der Gäste und entlastet die Mitarbeiter. Wie mit leicht umzusetzenden Maßnahmen die Raumgestaltung an die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz angepasst werden kann, zeigt das Beispiel der Visit Tagespflege in Bamberg.

TEXT: BIRGIT DIETZ UND JUDITH WEINGART

Immer mehr Menschen werden immer älter. In der Folge wird auch der Anteil von Menschen, die an Demenz erkrankt sind, steigen. Für Deutschland gibt die Deutsche Alzheimer Gesellschaft die Zahl der an Demenz erkrankten Menschen derzeit mit 1,7 Millionen an (Stand: Oktober 2019). Diese demographische Entwicklung bedeutet eine enorme Herausforderung für die Gesellschaft, den Gesundheitssektor und insbesondere für den Pflegebereich.

Deshalb ist es wichtig, dass die von Demenz Betroffenen und deren Angehörige, sowie Pflegekräfte, Mediziner, Verantwortliche in der Pflege und Verwaltung, Planer und Architekten über die Möglichkeiten zur Unterstützung durch eine besonders sorgfältige Umgebungsgestaltung gut informiert sind. Nur dann können diese Anforderungen an den Lebensraum aber auch an die Arbeitsumgebung gleichermaßen Berücksichtigung finden.

Für ein Forschungsprojekt in Bayern wurde unter anderem eine Tagespflege eingeladen, zu prüfen, ob ihr Gebäude, die Räumlichkeiten und die Freibereiche „fit“ für die Bedürfnisse ihrer Gäste sind. Nach einer Schulung zu „Soll“-Anforderungen und einer „Ist“-Analyse wurden Einzelmaßnahmen empfohlen und umgesetzt. Es stellte sich heraus, dass bereits einfach umzusetzende kleinere



DR. ING. BIRGIT DIETZ
Architektin AKG und Leiterin des Bayerischen Instituts für alters- und demenzsensible Architektur (Bifada) in Bamberg, info@bifada.de



JUDITH WEINGART
Mitarbeiterin beim Bayerischen Institut für alters- und demenzsensible Architektur (Bifada) in Bamberg, info@bifada.de

Maßnahmen eine große Verbesserung für alle Beteiligten bewirkten.

Ein Ziel: die Autonomie erhalten

Architektur für ältere Menschen und Menschen mit Demenz berücksichtigt alters- und krankheitsbedingte Beeinträchtigungen von Körper, Sinnen und Geist mit dem Ziel, Sicherheit, Orientierung und Wohnlichkeit zu bieten. Es ist wichtig, in dem Maß, in dem die Anpassungsfähigkeit des Menschen an unterschiedliche Umgebungen abnimmt, die gebaute Umwelt zunehmend unterstützend und ausgleichend zu planen und zu gestalten. Bis zu einem gewissen Grad können so Defizite kompensiert, Hilfestellungen geschaffen und Autonomie erhalten werden.

Besonders wirksam kann Architektur zur Unterstützung der Sinne beitragen. Zu den altersbedingten Veränderungen des Sehens gehören zum Beispiel der Verlust der Sehschärfe, eine reduzierte Kontrastwahrnehmung und ein höhe-

rer Lichtbedarf. Deshalb ist es wichtig in Gebäuden für ältere Menschen unter anderem für ausreichende und passende Beleuchtung und Belichtung zu sorgen.

Auch das Nachlassen des Hörvermögens gehört zum natürlichen Alterungsprozess und führt oft zu sozialer Isolation. Studien zeigen, dass der soziale Rückzug eine Erkrankung an Demenz begünstigen und deren Verlauf negativ beeinflussen kann. Schon in leichtgradigen Stadien einer neurodegenerativ bedingten Demenz wurden alltägliche Geräusche wie Staubsauger und Kirchenglocken deutlich schlechter erkannt oder fehlinterpretiert. Für die Gestaltung von Räumen und für den Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen ist es also wichtig, Lärm zu begrenzen und gleichzeitig die Sprachverständlichkeit zu erhöhen.

Teilhabe, Selbstbestimmung und Inklusion sind wesentliche Ziele einer barrierefreien Gestaltung, die alle Lebens-



bereiche einschließt. Vorschriften und Regeln, wie zum Beispiel die DIN 18040 „Barrierefreies Bauen“, zielen darauf ab, dass „alle baulichen und sonstigen Anlagen ohne besondere Erschwernis und grundsätzlich ohne fremde Hilfe auffindbar, zugänglich und nutzbar sind“.

Umfeld demenzsensibel gestalten

Aus einer Projektidee der Demenzinitiative von Stadt und Landkreis Bamberg startete 2017 unter Federführung der

Technischen Universität München (TUM), das Forschungsprojekt „Demenzsensible Gestaltung des räumlichen Umfelds in der Pflege“. Zehn ausgewählte Pflegeeinrichtungen erhielten Grundlagenschu-

Wird den Gästen eine bessere Orientierung und die eigenständige Nutzung der Räumlichkeiten ermöglicht, erhöht das deren Selbstständigkeit und Selbstwertgefühl.

lungen und Begleitung in der Umsetzung von alters- und demenzsensibler Architektur. Als einzige Tagespflegeeinrichtung nahm die Visit Tagespflege aus Bamberg an dem vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege geförderten Forschungsprojekt teil. Das Haus mit 18 Plätzen wurde 2012 bezogen. Der durchschnittliche Anteil der Tagesgäste, die an einer Demenz erkrankt sind, liegt derzeit bei 64 Prozent.

Ziel der Projektteilnahme für die Visit Gruppe war es, das bestehende Haus unter dem Aspekt der Demenzsensibilität zu betrachten und gegebenenfalls zu optimieren, um auch bei der baulichen Planung von neuen Standorten diese Erkenntnisse von Anfang an einfließen lassen zu können. Als besonders hilfreich schätzt Sabine König, Geschäftsführerin und Verantwortliche für die Pflege bei der Visit Gruppe, die Sensibilisierung zu alters- und demenzsensibler Gestaltung des räumlichen Umfelds und wünscht sich eine jährliche Auffrischung: „Es ist wirklich erstaunlich, wie sich der Blick schärft, wenn man so ein Projekt durchlaufen hat, man hätte danach quasi eine ‚demenzsensible Brille‘ auf.“

Nach einer Hausbegehung wurden vom Bayerischen Institut für alters- und demenzsensible Architektur Maßnahmenempfehlungen formuliert, die dann

Merkzettel alters- und demenzgerechter Stuhl:

- Hohe Lehne als Stütze für Kopf/ Nacken
- Armlehnen mit vorderem Übergriff (erhöhen die Sicherheit und unterstützen beim Setzen und Aufstehen)
- Ausreichend Abstand zwischen Armlehne und Tischzarge (Quetschgefahr)
- Gepolsterte Sitzfläche
- Hohe Leuchtdichtekontraste von Fläche und Gestell zum Boden
- Griffleiste oder Griffloch in Lehne zum leichteren Verrücken
- Gut zu reinigende Materialien
- Auf Stabilität achten

bei weiteren zwei Ortsterminen in der Umsetzung begleitet wurden. Neben den allgemeinen für alle Pflegeeinrichtungen gültigen Maßnahmenempfehlungen bezüglich der Themen Barrierefreiheit, Licht, Akustik, Raumklima und Orientierung/Wayfinding, gab es individuelle gebäudebezogene Empfehlungen. Diese betrafen hier besonders die Aspekte Farbe und Leuchtdichte-Kontraste, die Möblierung, unterstützende Blickverbindungen zu Menschen und Dingen und den Freibereich:

- Ein besonderes Plus der Visit Tagespflegeeinrichtung in Bamberg ist der große Garten mit einer Streuobstwiese. Freibereiche, im Idealfall ein Garten, aber auch ein Balkon oder Ähnliches spielen für eine alters- und demenzsensible Gestaltung grundsätzlich eine wichtige Rolle. So wird zum Beispiel mit Tages- und Sonnenlicht der Schlafrythmus gestärkt und die Vitamin D-Bildung unterstützt. Für die Wege im Garten war bislang nur wasserdurchlässi-

ger Kiesbelag erlaubt worden, nun gibt es einen Kompromiss, der sich zum Spazieren, Schieben und Fahren besser eignet. Zusätzlich gab es Unterstützung bei der Beantragung von Fördermitteln.

- Für einen bislang selten belegten Nebenraum hat das Team der Visit Tagespflege in Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Institut für alters- und demenzsensible Architektur (BlifadA) ein Nutzungskonzept entwickelt. Entsprechend umgestaltet und eingerichtet wird der Raum heute häufig für Einzelbetreuung, Angehörigengespräche und als Rückzugsort zum Beispiel für Spielerunden genutzt.
- Große Aufmerksamkeit sollte bei der Neuplanung einer Pflegeeinrichtung der Raumakustik geschenkt werden. Bereits mit einer umsichtigen Grundstückwahl und Gebäudesituierung werden erste Weichen gestellt. Hohe Hintergrundgeräuschpegel und reflexionsintensive Räume wirken auf

Mitarbeiter und Gäste negativ. Wenn Menschen nicht nur die altersüblichen Funktionsverluste zu beklagen haben, sondern mit kognitiven Einschränkungen leben, kommt es besonders rasch zu Verunsicherung und Angst, weil Geräusche nicht richtig eingeordnet werden können. Trennelemente können Räume zonieren und Sprachverständlichkeit erhöhen, Deckenpaneele reduzieren Nachhallzeiten.

- Diese Maßnahmen sind bei Visit Tagespflege im Wohn-Essbereich gut gelungen. Der Fernseher bleibt nun in der Regel ausgeschaltet. Die Wirkung der eingebrachten Decken- und Wandpaneele wird als angenehm beschrieben.
- Eine hohe Reizdichte konnte durch die Wegnahme von Dekoelementen und die vermehrte Nutzung von geschlossenen Aufbewahrungsmöglichkeiten zum Wohle von Personal und Besuchern reduziert werden.
- Die Tagespflegegäste „verlaufen“ sich nach Umsetzung der Empfehlungen weniger in den Arbeitsbereich des Personals, weil durch mehr Ordnung, wie zum Beispiel durch einen Rollatorparkplatz, die Blickverbindung freigeräumt wurde. Gleichzeitig ist die Tagespflege offen und zugänglich geblieben, was wichtig für das Sicherheitsgefühl gerade der an Demenz erkrankten Tagesgäste ist. Mit einer weißen Folierung der bis dahin nach außen durchsichtigen Eingangstür wurde zudem deren Hinlaufenreiz deutlich reduziert.
- Eine analoge Uhr im Sichtbereich der Gäste und sieben Wandtafeln mit tagesaktuellen Informationen, wie dem Datum, dem Tag, der Jahreszeit und den angebotenen Aktivitäten, ermöglichen den Gästen eine deutlich bessere zeitliche Orientierung.
- Außerdem wurde empfohlen, die Leuchtdichte-Kaskade zu optimieren. Wenn die Raumkanten definiert sind und dadurch die Raumgröße deutlich wird, können beispielsweise Entfernungen besser eingeschätzt werden.

Merkzettel:

Alters- und demenzgerechte Uhr



- *Ausreichende Größe zur guten Lesbarkeit*
- *Analoge Uhren (Zeitanzeige mit Zeiger auf Zifferblatt) mit arabischen Ziffern werden besser erkannt und verstanden als digitale Uhren*
- *Die Zeiger sollten in der Mitte befestigt sein und sich mit dem Zeitverlauf sichtbar drehen*
- *Ein guter Leuchtdichtekontrast zwischen Ziffern, Minutenmarkierungen, Zeigern und Zifferblatt ist wichtig*
- *Uhren in Augenhöhe älterer Menschen anbringen – also nicht an der Decke oder in Deckennähe*
- *Eine Datumsanzeige mit ausgeschriebenen Monaten und schon ist die zeitliche Orientierung besser!*



Merkzettel:

Sicher unterwegs – Tipps zu Bodenbelägen!



- Dunkle Flächen wirken tiefer liegend als helle, deshalb großflächige Muster und kontrastreiche Farbwechsel vermeiden.
- Ein geringer Kontrast bei Bodenbelagswechseln vermeidet Unsicherheiten und ermöglicht trotzdem, den Gang anzupassen.
- Seitlich angeordnete Fenster in Fluren, indirekte Beleuchtung und semitransparenter Blendschutz verhindert Blendungen, Schlagschatten und Spiegelungen.
- Keine schimmernden blauen Böden einbauen, denn sie können als Wasser bzw. als nass fehlinterpretiert werden.
- Stolperfallen, wie Fußmatten, Teppiche, Kabel, Schwellen etc., möglichst vermeiden.

„Was von den Mitarbeitern als optimal beschrieben wird, ist auf jeden Fall die Gestaltung und Beschilderung der Toiletten. Wir haben auf den Toiletten- und Pflegebadtüren außen speziell von Blfada entwickelte WC-Aufkleber angebracht und Toilettensitze, Haltegriffe, Papierhalter und Waschbecken farbig markiert. Regale wurden aus- und aufgeräumt“, sagt Sabine König. Das sei tatsächlich eine große Erleichterung, weil die Tagesgäste die Toilette gut fin-

den und selbstständig nutzen könnten. „Und seitdem der Luftbefeuchter im Einsatz ist, gibt es auch keine trockenen und tränenden Augen mehr. Das Raumklima ist einfach besser.“

Lebensraum wird aufgewertet

Insgesamt wurde das Forschungsprojekt „Demenzsensible Gestaltung des räumlichen Umfelds in der Pflege“ von allen teilnehmenden Einrichtungen als sehr förderlich bewertet und gut angenom-

men, insbesondere die Schulungsmaßnahme. Die Resultate aus den empfohlenen Einzelmaßnahmen zur Verbesserung der Lichtverhältnisse, der Akustik vor allem durch die Reduzierung der Geräuschkulisse, die Erhöhung der Luftfeuchtigkeit, die Vermeidung von Reizüberflutung und die Implementierung von Leitsystemen und Beschilderungen, wurden von den Verantwortlichen als besonders positiv bewertet.

Es lohnt sich für alle Beteiligten, die Zeit zu investieren. Denn, wenn den Gästen bessere Orientierung und die eigenständige Nutzung der Räumlichkeiten ermöglicht wird, erhöht das nicht nur die Selbstständigkeit und stärkt das Selbstwertgefühl, sondern vermittelt auch mehr das Gefühl Zuhause zu sein. Beides, Lebensraum und Arbeitsumgebung, werden also aufgewertet. ☀

visit-gruppe.de

Buch: „Demenzsensible Architektur: Planen und Gestalten für alle Sinne“ von Birgit Dietz, Fraunhofer IRB Verlag 2018

bifada.de