

Wäschegestaltung für Menschen mit Demenz

Dr. Angelika Sennlaub



**Deutsche Gesellschaft für Hauswirtschaft (dgh) e.V.
Fachausschuss Haushalt und Wohnen**

Brauchen Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind, besondere Wäsche? In hygienischer Hinsicht sicherlich nicht. Vor der Überzeugung, dass denjenigen Personen, die an einer Demenz erkrankt sind, das Leben so weit wie möglich erleichtert werden sollte, sie angeregt und in ihrer Art wertgeschätzt werden sollten, ist es jedoch sinnvoll, auch die Potenziale zu nutzen, die in der Gestaltung von Wäsche liegen.

Insgesamt wird heute versucht, den Älteren auch in einem Pflegeheim ein so normales Leben wie möglich zu bieten. Während diese Sichtweise in der institutionellen Versorgung von behinderten Menschen oder Kindern und Jugendlichen schon seit längerem üblich ist, werden seit Ende des 20. Jahrhunderts auch für ältere Menschen neue Versorgungskonzepte und deren Auswirkungen auf die dazugehörigen Berufsbilder diskutiert.^{1, 2}

In einem Pflegeheim bestimmen soziale, organisatorische und räumliche Umweltfaktoren das Milieu. Wäsche ist Teil der räumlichen Umwelt. Hinsichtlich der Erfordernisse der Raumgestaltung für Menschen mit Demenz gibt es in der Fachwissenschaft inzwischen weitgehende Übereinstimmung, welche Umgebungsfaktoren den Betroffenen das Leben erleichtern³. Speziell für Wäsche sind bislang in Deutschland keine vergleichbaren Grundsätze formuliert: Da Wäsche zur räumlichen Umwelt zählt, sollten hier dieselben Grundsätze berücksichtigt werden, die aus der demenzgerechten Raumgestaltung bekannt sind. Das will dieser Beitrag leisten. Er ist nicht auf spezifische Wohnkonzepte abgestimmt, sondern greift Grundsätze auf, die sowohl von großen Wäschereien mit Leihwäsche wie auch von kleinen Häusern mit eigener Wäscherei genutzt werden können.

Grundsätze der Wäschegestaltung

Über die Auswahl und die Gestaltung der Wäsche haben Sie viele verschiedene Möglichkeiten, einen Teil zur gelungenen Milieugestaltung beizutragen. In der Wäsche gilt ebenso wie in der Raumgestaltung⁴: Wäsche kann dazu beitragen, verloren gegangene Fähigkeiten zu kompensieren (kompensatorische Wäschegestaltung), therapeutisch zu wirken (therapeutische Wäschegestaltung) und den unterstützungsbedürftigen Personen helfen, sich Zuhause zu fühlen (wohnliche Wäschegestaltung). Maßnahmen wirken oft in allen drei Bereichen; sie werden hier



trotzdem zur besseren Übersichtlichkeit getrennt dargestellt. Insgesamt darf nicht vergessen werden: Jeder Mensch ist anders – auch eine an einer Demenz erkrankte Person behält ihre Individualität. Bei jeder Maßnahme muss deshalb beobachtet werden: Wie reagiert die Person darauf? Ist eine Verbesserung des Zustands, eine Erleichterung oder Beruhigung, eine Anregung zu beobachten?

Kompensatorische Wäschegestaltung

Eine wesentliche Fähigkeit, die bei einer Demenz verloren geht, ist die Orientierung.

Nutzen Sie deshalb Kontraste: Menschen mit Demenz sind nicht nur kognitiv eingeschränkt, sondern zudem meist alt. In der Kombination heißt das: Sie sehen schlechter als jüngere, können blasse Farben (Pastellfarben) und Farben vom blauen Ende des Farbstrahls (blau, lila) schlecht erkennen. Satte Farben und Kontraste helfen, etwas deutlich wahrnehmen zu können.

1. Wenn ein Handtuch von den Betroffenen benutzt werden soll, muss es gut sichtbar und als Handtuch erkennbar sein. Ein weißes Handtuch in einem weiß gekachelten Bad ist unsinnig – es wird von vielen nicht wahrgenommen. Hängen Sie ein oranges oder satt gelbes Handtuch in einem weißen Bad auf.
2. Wenn bestimmte Wäschestücke nicht benutzt werden sollen, verstauen Sie sie in einem unauffälligen Schrank: Ideal ist ein Einbauschränk in Wandfarbe ohne auffällige Griffe – ein solcher Schrank wird ab einem gewissen Stadium der Erkrankung meist nicht mehr wahrgenommen, und die Belastung des Rüttelns an einer verschlossener Tür wird Ihnen und auch den Betroffenen erspart.

Viele an einer Demenz Erkrankten wännen sich im jungen Erwachsenenalter, also etwa 50-70 Jahre vor unserer Zeit. Wenn Sie den Betroffenen eine Umwelt bieten, die zu dieser Zeit passt, gibt ihnen das Sicherheit und beruhigt: Sie fühlen sich weniger desorientiert und verunsichert in einer „fremden“ Zeit, sondern finden eine Umgebung vor, die ihnen vertraut ist und die sie bewältigen können. Benutzen Sie deshalb Wäsche, die in der Welt, in der sich die Menschen mit Demenz wännen, gewohnt war (Biografieorientierung). Im Jahr 1940 beispielsweise gab es wenige vermögende Menschen; viele waren arm, zum Teil auch ausgebombt, und mussten mit dem Nötigsten zurechtkommen.

3. Übliche Wäsche war rau (Leinen, Baumwolle), möglicherweise verfügten einige im Winter über Biberbettwäsche, um das Bett im ungeheizten Schlafzimmer etwas wärmer zu bekommen. Nicht üblich waren



Satinbettwäsche oder Materialien, die glatt die Haut verwöhnen. Bettwäsche sollte deshalb die Haptik von Baumwolle oder Leinen aufweisen.

4. Übliche Wäsche roch nach Lavendel, 4711 oder Tosca oder auch nach Kernseife. Empfehlenswert sind aufgrund von Allergien nur natürliche Gerüche, etwa Lavendel (Lavendelsäckchen im Schrank).

Therapeutische Wäschegestaltung

Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind, benötigen darüber hinaus sehr viel weniger Reize als wir, um angeregt zu werden. Achten sie deshalb darauf, dass Wäsche nicht mit Reizen überladen ist. Einfarbige Wäsche oder Wäsche mit klaren, ruhigen Mustern ist sinnvoll.

5. Nutzen Sie etwa ein einfarbiges Handtuch oder eines mit breiten Streifen, beispielsweise orange-weiß.
6. Bettbezüge mit großen Blumen- oder Vögelmustern mögen viele Menschen; die meisten Menschen mit Demenz werden dadurch eher unruhig. Als Hauswäsche ist eine einfarbige Wäsche, die beispielsweise mit einem schlichten, eingewebten Muster verschönert ist, besser geeignet.

Dennoch benötigen auch demenziell Erkrankte einige Reize, um angeregt zu werden, um sich zu freuen oder Interesse an der Umgebung zu zeigen (Stimulation). Nutzen Sie deshalb Muster, die einerseits ruhig, andererseits gewohnt (biografieorientiert) sind.

7. Dazu zählt zum Beispiel eine Hohlsaumkante: Viele Frauen haben als junge Mädchen für ihre Aussteuer alte Betttücher zu Tischdecken o.ä. umgearbeitet. Sie werden das Muster wieder erkennen und sich erinnern.
8. Oder dazu zählen Knöpfe: Bis weit in die 1980er Jahre hinein waren Knöpfe an Bettwäsche üblich. Reißverschlüsse wurden erst später umfangreich eingesetzt, Bettwäsche mit Hotelverschluss ist in Institutionen (Krankenhaus, Pflegeheim) üblich, aber nicht im privaten Haushalt. Sie können Wäsche mit Hotelverschluss aus Zeitgründen benutzen und vielleicht zusätzlich einen einzelnen Knopf anbringen, beispielsweise einen mit Stoff bezogenen Wäscheknopf, wie er noch bis in die 1970er Jahre bei Kopfkissen und Bezügen üblich war.

Wertschätzung und Respekt sind Grundlage jeder therapeutischen Wirkung. Wertschätzung und Respekt entstehen nicht allein in der Kommunikation, sondern ebenso in Handlungsspielräumen und Entscheidungsmöglichkeiten, die den



Betroffenen geboten werden. Aus Zeitmangel und Kostengründen werden in Pflegeheimen vielfach Strategien verfolgt, die die demenziell Erkrankten in ihrer Würde verletzen.

9. Wenn Älteren, um ihre Oberbekleidung zu schonen, beim Essen „Lätzchen“ umgelegt werden, werden sie wie Kleinkinder behandelt. Die Bundesarbeitsgemeinschaft Hauswirtschaft⁵ empfiehlt deshalb, verschiedene Tücher zur Wahl anzubieten (große oder kleine Servietten, Küchentücher, Frotteetücher o.a.). In manchen Häusern werden Frauen Schürzen angeboten, die von ihnen mit Haushaltsarbeit assoziiert werden: Viele ältere Frauen tragen bei der Hausarbeit eine Schürze und legen sie beim Mittagessen nicht ab. In anderen Häusern wird ohne Kleiderschutz gegessen, was allerdings zu einem hohen Wäscheaufwand führt.

Wohnliche Wäschegestaltung

Nehmen wir „Wohnlichkeit“ wörtlich, heißt das, dass die demenziell Erkrankten in einer Pflegeeinrichtung wohnen. Das unterscheidet das Pflegeheim gravierend vom Krankenhaus, obwohl auch dort heute Wohnlichkeitsaspekte diskutiert werden. Das bedeutet: Viele Bewohnerinnen und Bewohner im Pflegeheim wünschen sich ein so normales Leben wie möglich trotz ihrer Einschränkungen.

10. In vielen stationären Einrichtungen ist es heute üblich, die Wohnbereiche farblich zu kennzeichnen. Beispielsweise werden in der „grünen Etage“ grüne Gardinen, grüne Sofas und grün gemusterte Tischdecken verwendet, im blauen Wohnbereich ist nicht nur der Fußboden blau, sondern auch ein Teil des Mobiliars und der Wäsche. Die Vor- und Nachteile einer solchen Gestaltungskonzeption sollten von den Verantwortlichen kritisch diskutiert werden: Gardinen, Tischwäsche, Teppiche und anderes farblich perfekt aufeinander abzustimmen, kann – zu konsequent verwirklicht – leicht zu einer anonymen Atmosphäre führen. Außerdem ist der Spielraum für die Schaffung eines privat-wohnlichen, „gewohnten“ Zuhauses bei einer farblichen Dominanz gering: Im privaten Zuhause käme kaum jemand auf die Idee, die gesamte Wohnumgebung durch eine einheitliche Farbe zu dominieren; statt dessen sind die meisten Wohnungen durch ein Sammelsurium an Erbstücken und schönen Einzelteilen geprägt.

Sowohl die Älteren wie auch ihre Angehörigen erwarten heute in stationären Einrichtungen das, was sie vom privaten Zuhause her gewohnt sind, soweit wie



möglich auch stationär leben zu können: Dazu gehören beispielsweise gewohnte Tätigkeiten ebenso wie gewohnte Speisen, gewohnte Rituale und gewohnte Wäsche.

Dass Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeheimen heute ihre gewohnte, private Wäsche mitbringen können, ist in den meisten Häusern selbstverständlich, stellt die Hauswirtschaft jedoch vor logistische Herausforderungen. Einige Schwierigkeiten sind bislang nicht befriedigend gelöst.

11. Die private Leibwäsche der Älteren wird heute gepatcht, um sie nach der Reinigung den jeweiligen Eigentümerinnen und Eigentümern wieder zuordnen zu können. Manche Ältere fühlen sich durch die kleinen Schildchen gestört, sie würden kratzen. Dazu kommt: Wie privat ist eine (Unter)Wäsche, in der der Name der Person steht? Wie wirkt sich das Beschriften der Wäsche auf die Betroffenen aus? Namensschilder oder Barcodes in der Wäsche Erwachsener sind weder „normal“ noch biografieorientiert – und für einige der an einer Demenz erkrankten Menschen sind sie ein negativer Reiz. Hier gibt es allerdings zurzeit noch keine Idee für eine andere, praktikable Lösung der Wäscheorganisation.

Für andere Maßnahmen gibt es gute Praxiserfahrungen, etwa für die Möglichkeit, nach Wunsch auch im Heim etwas tun zu können (hauswirtschaftliche Betreuung⁶). Wenn Menschen in ein Pflegeheim ziehen, beginnt für sie die Vollversorgung: In einer Institution muss niemand mehr für seine häusliche Versorgung sorgen, er oder sie muss nicht mehr waschen, kochen, putzen. Lange Jahre wurde nicht gesehen, dass viele Menschen unter diesem Nichtstun leiden: Etwas tun heißt für die meisten, zu etwas nütze zu sein, einen Sinn im Leben zu haben. Neuere Wohnkonzepte wie stationäre Hausgemeinschaften oder ambulant betreute Wohngruppen reagieren darauf und geben den dort Wohnenden verschiedene Möglichkeiten, mitzuhelfen und sich nützlich zu machen.

12. Nutzen Sie diesen Ansatz, indem Sie die Bewohnerinnen und Bewohner in der Alltagsversorgung helfen lassen: Gewaschene und getrocknete Wäsche wird gerne von einigen Bewohnerinnen zusammengelegt, wenn sie die Gelegenheit dazu bekommen, weil ein Wäschekorb im Gemeinschaftsraum steht.
13. Oder nutzen Sie diesen Ansatz, indem Sie den Bewohnerinnen und Bewohnern die gewohnte Arbeitskleidung bieten: Die Frauen, die heute in einem Heim leben, haben zum großen Teil Schürzen bei der Hausarbeit getragen. Bieten Sie beispielsweise zur Mittagszeit schlichte Schürzen an, die



auf dem Rücken gebunden, oder kleingemusterte Kittelschürzen (nicht zu unruhig: reizreduziert!), die vorne geknöpft werden. Die Schürzen können auch bei der Gartenarbeit getragen werden, wenn es in der Einrichtung zum Beispiel ein Kräuterbeet gibt. Für Männer bieten sich so genannte Blaumänner an, etwa für handwerkliche oder auch aktivierende Holzarbeiten, oder grüne Schürzen für die Gartenarbeit.

In der Summe ist es möglich, dass vor allem im Hinblick auf Wertschätzung und Respekt der Wäscheverbrauch steigen wird. Nutzen Sie die Wäscheversorgung dennoch als einen Beitrag zur Milieugestaltung, um Menschen mit Demenz ein möglichst stressfreies und doch anregendes Leben zu ermöglichen.

¹ z.B. Deutsche Gesellschaft für Hauswirtschaft (dgh e.V.) (Hrsg.): Die Potenziale der Hauswirtschaft nutzen. Leitlinie zur Sicherung der Zukunftsfähigkeit sozialer Einrichtungen. Wallenhorst: Eigenverlag, 2007

² z.B. Angelika Sennlaub: Vom Siechen über König Kunde zum normalen Menschen? Über sich wandelnde Aufgaben der Hauswirtschaft in der stationären Versorgung alter Menschen in Deutschland, in: Hauswirtschaft und Wissenschaft 2/2007, S. 69-80

³ Angelika Sennlaub: Wohnen – Besonderheiten von Planung und Gestaltung des Lebensraums, in: Leicht-Eckardt, Elisabeth (Hrsg.): Bewohnerorientierte Hauswirtschaft. Praktische Konzepte und ihre Umsetzung in der Altenhilfe. München: Verlag Neuer Merkur, 2006, S. 63-87

⁴ Sybille Heeg: Bauliches Milieu und Demenz, in: Wahl, Hans-Werner; Tesch-Römer, Clemens (Hrsg.): Angewandte Gerontologie in Schlüsselbegriffen. Stuttgart: Kohlhammer, 2000, S. 233-241; vgl. Endnote 3

⁵ Bundesarbeitsgemeinschaft Hauswirtschaft (BAG-HW) in der Deutschen Gesellschaft für Hauswirtschaft (dgh e.V.): Hauswirtschaft schafft Lebensqualität: Mit einem kritischen Blick auf den Kleiderschutz beim Essen. Verantwortlich für den Inhalt: Martina Feulner

⁶ vgl. Endnote 1