

Demenz: Ein Garten gegen das Vergessen

Modellprojekt in Mülheim will auch für mehr soziale Kontakte der Kranken sorgen

DUISBURG/ESSEN – Sommer 2013: Die Rosen blühen, es riecht nach Lavendel, auf einer Holzbank, in die zwei Rasenflächen eingelassen sind, lässt sich im Sitzen Gras des Mülheimer Dorfes der Theodor Fiedler Stiftung wird alles getan, um bei Demenzkranken die Sinne zu aktivieren. Ob ein solcher Demenzgarten therapeutisch hilfreich ist, evaluiert eine begleitende Studie.

Bekanntes erkennen lassen und Interesse wecken – das sind Reize, die der Demenzgarten auf die Patienten ausüben soll. Regelmäßig werden deshalb demente Bewohner des Mülheimer Dorfes von ihren Betreuern in den Garten geführt. In die Grünanlage integriert sind mehrere bewegungstherapeutische und sensorische Übungsmodule, die die Sinne der Patienten aktivieren und ihre räumliche Orientierung unterstützen sollen. So weisen zum Beispiel große Milkadostäbe den Demenzkranken den Weg und naturbelassene Holzstangen auf einem kleinen begehbaren Hügel sollen die Hand-Fuß-Koordination fördern und den Gleichgewichtssinn trainieren.

Erfolgreiche „Koproduktion“ von vielen Partnern

Das Projekt steht unter dem Motto »Urbane Räume für ein gesundes Alter«, es wurde vom Institut für Stadtplanung und Städtebau der Universität Duisburg-Essen initiiert und von der Stadtplanerin Soma Teimann entworfen und geplant. Partner sind die Theodor Fiedler Stiftung, das Zentrum für Außenflächengestaltung für pflegebedürftige Personen (ZAPP) sowie die Ab-

teilung für Psychiatrie des IVR-Klinikums Essen, die das Modellprojekt wissenschaftlich begleitet.

Mehr Tageslicht sorgt für besseren Schlaf

„Wir untersuchen beispielsweise, ob der regelmäßige Besuch der Grünanlage Auswirkungen auf die Stimmung der Patienten, auf ihre Orientierungsfähigkeit, ihren Tag-Nacht-Rhythmus und ihre Alltagskompetenz hat“, erklärt Dr. Ute Fiedler vom IVR-Klinikum Essen. Ziel des Projektes sei es, ältere und vor allem demente Menschen zu motivieren, aktiver zu werden, in die Natur zu gehen und wieder soziale Kontakte aufzunehmen. »Wir wissen, dass Licht den Tag-Nacht-Rhythmus synchronisiert und das Schlafverhalten bessert und dass körperliche Aktivität nicht nur das Wohlbefinden steigert, sondern sogar die Regeneration von Nervenzellen fördern kann«, erläutert die Kollegin.



Falls sich positive Effekte nachweisen lassen, könne der Demenzgarten Vorbild für die Gestaltung von Grünanlagen im Stadtgebiet sein und dazu beitragen, dass Menschen mit Demenz sich wohlfühlen und sich besser in ihre Umgebung integrieren. »Was in dem Dorf am Rande Mülheims, in dem rund 600 alte und junge Menschen mit und ohne Behinderung zusammenleben, mög-

Bei Wind und Wetter raus in den Garten

lich ist, sollte sich auch in anderer Umgebung realisieren lassen“, sagt Dr. Fiedler.

Das Modellprojekt wurde 2012 mit der Anlage und Gestaltung des Gartens begonnen, von März bis Oktober 2013 lief die eigentliche Studienphase, in der Demenzpatienten regelmäßig den Garten besuchen haben. Zu Beginn der Studie, in deren Mitte und am Ende der Laufzeit wurden die Patienten eingehend untersucht – inklusive Gedächtnis- und Stimmungstest und Befragung der Betreuungspersonen. Noch ist die Auswertung nicht abgeschlossen, es gibt allerdings

erste Ergebnisse. »Der Garten ist mit Begeisterung von den Patienten und ebenso von deren Betreuungspersonen angenommen worden«, berichtet Dr. Fiedler. Die Inanspruchnahme war hoch, höher als ursprünglich erwartet. Die Patienten haben den Garten bei Wind und Wetter besucht – mehr als fünf Mal pro Woche für mindestens eine Stunde. Außerdem gibt es gute Hinweise, dass die Gartenbesuche das Stimmungsbild der Patienten positiv beeinflussen und deren soziale Integration fördern: »Dort kam es häufig zu sozialen Begegnungen und es wur-

den sogar immer wieder Feste gemeinsam gefeiert.«

Werden auch Affekt und Kognition gebessert?

Auszuwerten ist noch, wie die einzelnen ergonomischen Module angenommen wurden, wie sie sich auf das Befinden der Patienten ausgewirkt haben und ob die Aufenthalte im Demenzgarten die körperliche Aktivität der Patienten gesteigert haben. Außerdem werden Parameter zum Affekt und zur Kognition, zur sozialen Integration und zur Lebensqualität ausgewertet. »Das Ergebnis der Studie wird mit Spannung erwartet, erklärt Dr. Fiedler. Christine Vetter

Auch leichte Gartenarbeit und „Geräteurnen“ sind für die Patienten im Mülheimer Demenzgarten möglich.

