

Tagungsdokumentation
Zuhause wohnen trotz Demenz

4

expert+ / Zürich / 22. Juni 2015

Referat von Dr. ir. Joost van Hoof, Fontys University of Applied Sciences,
Centre for Healthcare and Technology, Eindhoven

Integration von Technologie in den Alltag

Der Niederländer Joost van Hoof arbeitet an technischen Lösungen, um selbstständiges Wohnen und Leben von Menschen mit Demenz zu vereinfachen. Im Gegensatz zu anderen Forschern macht er die Betroffenen zu Beteiligten: Er und seine Studierenden entwickeln neue Technologien und Wohnkonzepte zusammen mit älteren Menschen. «Das geht!», betonte er in Zürich. Eine weitere Erkenntnis: Lowtech ist wirkungsvoller als Hightech.

Technologie ist im Gesundheitswesen unverzichtbar. Sie kann für ältere Menschen – auch für Menschen mit Demenz – eine Rolle spielen, um unabhängig und aktiv zu bleiben und die Selbstständigkeit im Alltag zu erleichtern. von Technologie variiert in der älteren Bevölkerung erheblich», sagte Jost van Hoof, aus einer aktuellen Studie zitierend, an der er selbst beteiligt war. So benutzen in den Niederlanden 70 Prozent der 65- bis 74-Jährigen das Internet, und 33 Prozent in dieser Gruppe ist in sozialen Netzwerken aktiv. Von den über 75-Jährigen jedoch nutzen nur 30 Prozent das

Internet, und nur 18 Prozent sind in sozialen Netzwerken aktiv.

Mit «alten» Technologien – Telefon, Radio- und Fernsehapparat, Wasch- und Spülmaschine, Kochherd usw. – sind zwar ältere Generationen gleichermassen vertraut, aber: «Für Menschen mit Demenz kommt ein Zeitpunkt, an dem solche Geräte zur Gefahr werden können», so van Hoof. Ein nicht ausgeschalteter Kochherd ist ein potenzieller Brandherd, an einem heißen Bügeleisen kann man sich leicht verletzen.





Dr. ir. Joost van Hoof

Fontys Hochschule Eindhoven, Niederlande

Dr. ir. Joost van Hoof ist Leiter des Zentrums für Gesundheit und Technologie an der Fontys Universität für Angewandte Wissenschaften in Eindhoven, Niederlande. Er studierte Bau-Ingenieurwissenschaften an der Technologie-Universität von Eindhoven. Dort promovierte er 2010 mit einer Arbeit über das Altern zu Hause von Menschen mit Demenz. Er forscht über das Wohnen von Menschen im Alter, insbesondere von Menschen mit Demenz, und über die Inneneinrichtungen von Pflegeheimen. Zentrales Element seiner Arbeit ist eine Gestaltung, welche ältere Menschen miteinbezieht und sie partizipieren lässt, ebenso wie Technologien, welche auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten von Menschen ausgerichtet sind, nicht auf deren Einschränkungen.

→ fontys.nl/egt

iHomeLab der Hochschule Luzern

Im iHomeLab der Hochschule Luzern erforschen und testen Ingenieure ebenfalls Technologien, um das Leben im Alter zu erleichtern. Beispiele aus der Schweizer Forschungswerkstatt: Die Smartphone-App «Confidence» ermöglicht Menschen mit leichter Demenz, bei Orientierungsproblemen Kontakt mit einem Angehörigen aufzunehmen. In Entwicklung ist der Sensor «iSens», der bei längerem Ausbleiben von Bewegungen in der Wohnung einen Alarm auslöst. «Hearo» erforscht ein neuartiges System, um Hörgeräte in das häusliche Wohnumfeld zu integrieren. Star des iHomeLabs ist der «iWalkActive», ein intelligenter Rollator, der dank Elektromotor und eingebautem Navigationssystem für drinnen und draussen die Mobilität älterer Menschen unterstützt. Dieses Projekt wurde 2013 mit dem europäischen AAL Award für altersgerechte Assistenzsysteme ausgezeichnet.

→ hslu.ch

Smart Homes und Ambient Assisted Living

In den letzten Jahren wurden von der Industrie und an Hochschulen verschiedenste Technologien entwickelt, um das Altern zu Hause zu unterstützen: Notfall- und Überwachungssysteme, E-Health-Applikationen, Alarmgeräte für die Sturzprävention und vieles mehr. «Smart Home»-Technologien oder «Ambient Assisted Living» heissen diese technischen Trends. Sie alle haben zum Ziel, die Autonomie von Menschen im Alter unaufdringlich zu unterstützen und ihnen zu ermöglichen, länger in den eigenen vier Wänden zu leben; umgeben von einem Netz smarterer Dinge, die die Gesundheit überwachen und in tückischen Lebenslagen aushelfen. Nur: «Diese Technologien haben sich bei der älteren Bevölkerung bisher kaum durchgesetzt», so Joost van Hoof. Einer der Gründe: Die Leute finden, dass sie diese smarten Dinge gar nicht brauchen.

Was also können ältere Menschen brauchen? Joost van Hoof ist auf die Idee gekommen, neue Technologien nicht einfach für, sondern zusammen mit älteren Menschen zu entwickeln. Es ist eine Forschungsmethode, die auf direkter Gegenseitigkeit, auf unmittelbarem Geben und Nehmen beruht. «Ja, das geht!», bekräftigte der Referent vor dem erstaunten Publikum in Zürich. In Eindhoven haben er und seine Mitarbeitenden ein Pflegeheim für Demenzkranke sozusagen in ein grosses Testlabor umfunktioniert. Die Prototypen, die van Hoof und seine Studenten in Zusammenarbeit mit der Industrie entwickeln, werden in diesem Pflegeheim laufend getestet und verbessert.

Gute Technik macht Spass

«Für gute Technik gibt es ein paar grundsätzliche Kriterien», erklärte van Hoof. Gute Technik sollte intuitiv bedienbar sein und den Nutzern bekannt vorkommen; sie sollte die Kontrolle erleichtern (nicht zusätzlich erschweren), und sie sollte den Anwender beruhigen. Ob dies gelingt, erfahren die Forscher in Eindhoven unmittelbar und ungefiltert von ihren Testbenutzern im Pflegeheim. «Sie geben uns das bestmögliche Feedback»,



Hilft bei der Physiotherapie: Roboterhund.
Quelle: Fontys



Technologie: Die Zielgruppe testet und bewertet.
Quelle: Fontys

so van Hoof. Zum Beispiel der Gebrauch von Tablets und Apps: Es hat sich gezeigt, dass ältere Anwender gut mit den Geräten zurechtkommen und davon profitieren, wenn sie instruiert werden. Das ebnet ihnen etwa den Weg zu E-Banking – in den Niederlanden, wo es immer weniger Bankschalter gibt, ist dies elementar. Ein anderes Beispiel ist das Forschungsthema «Sitzen und Stühle»: Die Rückmeldungen der Bewohner halfen den Herstellern enorm, um neue Sitzmöglichkeiten für die Physiotherapie zu entwickeln.

Aber nicht nur die jungen Forscher, sondern auch die Bewohnerinnen und Bewohner profitieren. Van Hoof: «Erstens macht es vielen von ihnen Spass, diese neuen, smarten Dinge einfach zur Verfügung zu haben. Darüber hinaus aber freut es sie, sich zu engagieren, nach ihrer Meinung gefragt zu werden, für die Industrie interessant zu sein. Der Austausch mit den Studierenden ist für die Bewohner eine Abwechslung vom Alltag, sie fühlen sich gefordert und nützlich.» Allerdings seien die alten Menschen auch kritisch und beileibe nicht bereit, einfach alles gut zu finden. Gerade weil die Rückmeldungen so ehrlich seien, hätten diese für die Entwickler grossen Wert.

Ein wichtiger Aspekt von guter Technologie ist der Spassfaktor, wie van Hoof weiter ausführte. So können ansprechende Gesundheits-Apps ältere Menschen motivieren, den Umgang etwa mit einem chronischen Leiden wieder mehr in die eigenen Hände zu nehmen. In der Krankengymnastik macht es mehr Spass, wenn der Roboterdog die Übungen mitmacht, als wenn der Physiotherapeut sie einfach vorzeigt. «So bleibt dem Physiotherapeuten mehr Zeit, die ältere Person zu ermutigen», so van Hoof.

Der ganzheitliche Wert eines Regenschirms

Eine weitere Erkenntnis der niederländischen Forscher: Weniger ist oft mehr. «In vielen Entwicklungsabteilungen herrscht die Meinung vor, dass man für ältere Menschen möglichst viele Sensoren in die Umgebung einbauen müsse. Wir aber haben herausgefunden, dass eine Überlast an

Technologie nicht das Nonplusultra ist. Oft sind die simplen Lösungen viel wirkungsvoller.» Van Hoof sprach sich in der Quintessenz seiner Ausführungen für Lowtech statt Hightech aus, und er propagierte eine ganzheitliche Vorstellung des Themas Technologie und Altern. Dies erläuterte er an zwei Beispielen aus dem Eindhovenener Pflegeheim:

Im Projekt «Sich zu Hause fühlen» – einem Sozialprogramm – besteht die «Technologie» aus nichts anderem als einem bunten Regenschirm. Dieser wird von Zimmer zu Zimmer gereicht und soll die Bewohnerinnen und Bewohner dazu anregen, von ihrem Daheim und dessen Gegenständen zu erzählen. Die Idee funktioniert wunderbar, wie van Hoof darlegte. Mit einem simplen Regenschirm als verbindendem Element knüpften die Bewohner ein soziales Netzwerk und begannen, sich untereinander auszutauschen.

In einem anderen Projekt wurden Bewohner, die sich im Spätstadium von Demenz befanden, mit einer Wegwerfkamera ausgestattet. Die Forscher ermunterten sie, mit der Kamera Gegenstände und Ansichten festzuhalten, die ihnen das Gefühl von «zu Hause» vermittelten. Was verbal nicht (mehr) funktioniert hätte, gelang den Bewohnern über die Fotografie. «So konnten sie sich mitteilen, und dazu bereitete ihnen die Tätigkeit auch Freude.»

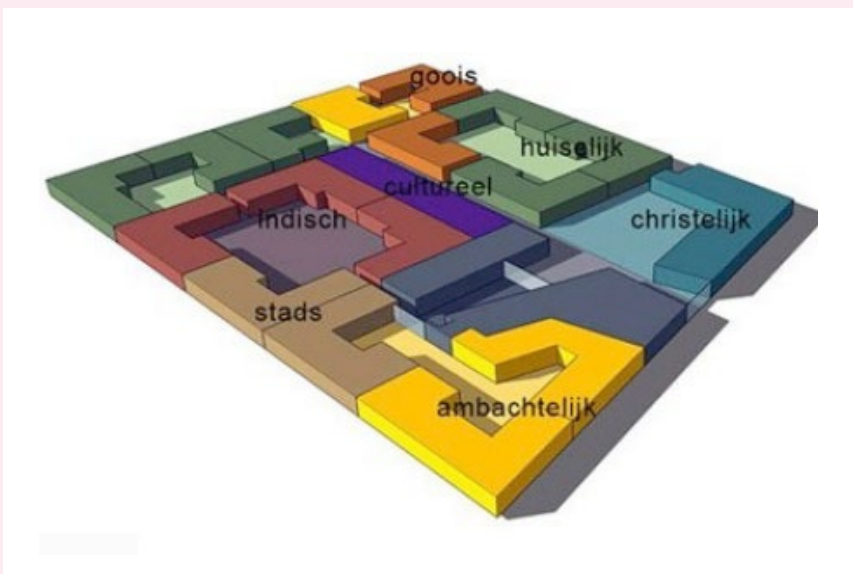
–

Das Demenzdorf Hogewey

Als Holländer war es Joost van Hoof vorbehalten, einen kurzen Exkurs zu Hogewey zu machen: Die holländische Siedlung Hogewey für schwer an Demenz Erkrankte gilt europaweit als Vorzeigemodell. Das geschützte Areal ist wie ein Dorf konzipiert; hier leben über 150 Menschen mit Demenz in 23 Wohngruppen. Die Siedlung mit integriertem Supermarkt, Restaurant, Coiffeursalon, Fitnessraum, Galerie und Vereinslokalen verschafft den Patientinnen und Patienten hohe Selbstständigkeit. Entlang den breiten Fusswegen und Vorgärten, die mit Gartenzweigen ausgestattet sind, können sie sich frei bewegen. Die Patientinnen und Patienten leben zu sechst in Wohngruppen, die jede durch einen bestimmten Lebensstil geprägt ist. Es gibt die städtische, ländliche, handwerkliche, kulturelle, gehobene, christliche und auch die exotische Variante. Wer vor Ausbruch der Krankheit Kunst und Musik liebte, lebt bei der Kulturgruppe. Wer sich in seinem früheren Leben Luxus gewöhnt war, zieht bei der Wohngruppe mit Kronleuchtern und Chemineezimmer ein.

In Hogewey besteht keine Gefahr des Weglaufens. Die Bewohnerinnen und Bewohner haben das Gefühl, sich frei bewegen zu können. Sie sind ausgeglichener und benötigen weniger Medikamente als Pflegebedürftige in traditionellen Heimen. Unter Fachleuten ist das Modell freilich umstritten: Wegsperrungen sei mit Blick auf die enorme Zunahme an Krankheitsfällen keine Lösung, sagen Gegner. Demenzkranke müssten vielmehr in die bestehenden Strukturen integriert werden. Van Hoof fand in Zürich lobende Worte für Hogewey, insbesondere für das Konzept der verschiedenen Lebensstile. Gleichzeitig sagte er, dass um die Siedlung aufgrund ihrer Nähe zu Amsterdam ein Medienhype entstanden sei. «Viele Heime in den Niederlanden setzen diese kleinteiligen Wohnformen ebensogut um wie Hogewey.»

→ hogeweyk.dementiavillage.com



De Hogeweyk: Siedlungsbereiche für verschiedene Lebensstile
Quelle: Fontys

Impressum

Tagungsdokumentation «Zuhause wohnen trotz Demenz» · Juni 2015
Text: Irène Dietschi,
«Really fine ideas»
Redaktion: Andreas Sidler
Titelbild: Veronique Hoegger
Bilder: Joost van Hoof,
Präsentation, Zürich 22. Juni 2015
Gestaltung: Büro4, Zürich

expert+

expert+ heisst die Veranstaltungsreihe von Wohnbaugenossenschaften Schweiz zum Thema Wohnen im Alter. Die Grundlage für den vorliegenden Beitrag bildet das Referat von Joost Van Hoof vom 22.6.2015. Leitung Fachtagung: Simone Gatti
→ expert-plus.ch

Fokusthemen der Age-Stiftung

Die Age-Stiftung legt ihren Fokus auf Wohnen und Älterwerden. Dafür fördert sie Wohn- und Betreuungsangebote in der deutschsprachigen Schweiz mit finanziellen Beiträgen. Sie engagiert sich für inspirierende zukunftsfähige Lösungen und informiert über gute Beispiele. Die Age-Stiftung fasst Informationen aus Projektpraxis und Forschung regelmässig in Fokusthemen zusammen. Der vorliegende Beitrag stammt aus dem Fokusthema «Zuhause wohnen mit Demenz».

→ age-stiftung.ch/fokusthemen