



SPO Ratgeber
Informieren. Befähigen. Begleiten.
September 2026

Ratgeber: Demenz bei Krankheit oder Notfall gut begleiten

Orientierung für betreuende Angehörige

Ein Sturz, ein Spitalaufenthalt oder eine unklare Medikamentenumstellung: Wenn Sie einen Menschen mit Demenz begleiten, können solche Situationen eintreten. Und verunsichern.

Sie müssen Fragen nicht alleine klären. **Gute Absprachen, frühzeitige Unterstützung und Vorsorge entlasten Sie und helfen der betroffenen Person.**

SPO Patientenorganisation
Nordstrasse 31 | 8006 Zürich
Tel. 044 252 54 22
info@spo.ch | spo.ch

spo PATIENTENORGANISATION
osp ORGANISATION SUISSE
DES PATIENTS
osp ORGANIZZAZIONE SVIZZERA
DEI PAZIENTI

Demenz entwickelt sich meist über längere Zeit und verändert nicht nur das Leben der betroffenen Person. Angehörige organisieren (Arzt-) Termine, behalten Medikamente im Blick, organisieren Unterstützung und müssen manchmal medizinische Entscheidungen mittragen. Der grösste Teil der Menschen mit Demenz lebt in der Schweiz zu Hause. Angehörige und nahestehende Personen spielen deshalb eine zentrale Rolle in Betreuung und Pflege. Diese wenden sich oft dann an die SPO, wenn bei der medizinischen Versorgung der Betroffenen Fragen auftauchen oder Probleme mit der spitalexternen Pflege bestehen.

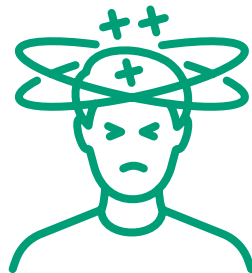
Nach einem medizinischen Zwischenfall

Zuerst die Gesundheit sichern.

Bei neuen oder zunehmenden Beschwerden: kontaktieren Sie ihren Hausarzt oder den Notfalldienst 144. Plötzlich stärkere Verwirrtheit, ungewöhnliche Schläfrigkeit oder Unruhe können auf ein **Delir** hinweisen. Das ist ein Verwirrheitszustand, der zeitnah abgeklärt werden muss. Schreiben Sie solche Veränderungen nicht einfach der Demenz zu.

Beobachtungen festhalten

Notieren Sie, was sich wann verändert hat, etwa nach einem Sturz oder einem neuen Medikament. Beschreiben Sie auch den Zustand davor. Ihre Beobachtungen helfen dem Behandlungsteam, Veränderungen einzuordnen.



Antworten sind wichtig

Bitten Sie die zuständige Ärztin, der zuständige Arzt oder Pflegefachperson um ein Gespräch. Fragen Sie zum Beispiel:

- Was wurde abgeklärt, und welche Fragen sind noch offen?
- Was ist das Ziel der Behandlung? Welche Alternativen gibt es?
- Wer übernimmt die nächsten Schritte, und wann sprechen wir wieder?

Halten Sie Abmachungen schriftlich fest. Bleiben Sorgen unbeantwortet, wenden Sie sich an die Stations- oder Heimleitung oder eine unabhängige Beratungsstelle.

Medikamente und Rückkehr ins häusliche Umfeld klären

Lassen Sie sich einen aktuellen Medikamentenplan geben: Was wurde geändert, warum und wer überprüft Wirkung und Nebenwirkungen? Ändern Sie Medikamente nicht eigenständig. Klären Sie **vor dem Spitalaustritt**, wer die Einnahme begleitet, Nachkontrolle organisiert und bei Problemen erreichbar ist. Was können Sie übernehmen und wo brauchen Sie Unterstützung. Sagen Sie offen, welche Betreuung Sie leisten können.

Den Alltag gemeinsam tragen

Zu Hause leben kann mit passender Unterstützung möglich bleiben. Prüfen Sie mit der Hausarztpraxis und Spitex, was nötig und sinnvoll ist. Verteilen Sie Aufgaben verbindlich: Spitex für Pflege und Medikamentenunterstützung; Familie, Haushilfe oder Nachbarschaft für Einkäufe, Mahlzeiten und Begleitung. Vertraute Abläufe und feste Zeiten können Orientierung geben. Vereinbaren Sie auch, **wer einspringt, wenn Sie ausfallen**.

Im Gespräch bleiben

Sprechen Sie mit ihrem betroffenen Familienmitglied ruhig und in kurzen Sätzen. Lassen Sie Zeit zum Antworten. Nehmen Sie Gefühle ernst, statt über falsche Aussagen zu streiten: «Du wirkst besorgt. Ich bin da.» Diese anerkennende Haltung wird auch Validation genannt.

Eigene Grenzen ernst nehmen

Warten Sie mit Hilfe nicht bis zur Erschöpfung. Dauernder Schlafmangel, Gereiztheit oder das Gefühl, nie abschalten zu können, sind Gründe, Unterstützung für sich selbst zu suchen. Planen Sie regelmässige Pausen ein und denken Sie an Ihre eigene Gesundheit.

Hilfe anzunehmen ist kein Versagen.

Tagesstätten oder Nachtbetreuung, Besuchsdienste und Ferienaufenthalte im Heim können entlasten. Ist die Versorgung zu Hause nicht mehr tragbar, lassen Sie sich zu anderen Betreuungsformen beraten.

Kosten vorher klären

Die Grundversicherung beteiligt sich an bestimmten Pflegeleistungen; allgemeine Betreuung und Haushaltshilfe bezahlt sie grundsätzlich nicht. Klären Sie Kosten mit Anbieter und Krankenkasse. Zu Ergänzungsleistungen oder Hilflosenentschädigung berät die Pro Senectute.

Hier finden Sie Unterstützung

Alzheimer Schweiz:

Demenzberatung, regionale Angebote und Angehörigengruppen.
058 058 80 00 | [↗ alz.ch](https://www.alz.ch)

Spitex vor Ort:

Pflegebedarf und Unterstützung zu Hause klären. [↗ spitex.ch](https://www.spitex.ch)

Pro Senectute:

Beratung im Alter, zu Entlastung und finanziellen Hilfen.
[↗ prosenectute.ch](https://www.prosenectute.ch)

Frühzeitig vorsorgen

Sprechen Sie früh über Behandlungswünsche und die Vertretung im Ernstfall. Eine Demenzdiagnose bedeutet nicht automatisch Urteilsunfähigkeit. Wer einen Entscheid verstehen und abwägen kann, entscheidet selbst. Im Falle einer Urteilsunfähigkeit ist eine Patientenverfügung entscheidend, damit die Wünsche der Betroffenen respektiert und ihr Wille umgesetzt wird. Zudem entlastet diese die Angehörige in einer Ausnahmesituation.

Wünsche und Vertretungen festhalten

In einer **Patientenverfügung** oder eine **Patientenverfügung nach ACP** (Advance Care Planning) hält die urteilsfähige Person fest, welche medizinischen Massnahmen sie bei Urteilsunfähigkeit wünscht oder ablehnt und wer sie vertreten soll. Die Verfügung muss datiert und eigenhändig unterschrieben sein. Kopien gehen an die vertretungsberechtigte Person und die Hausarztpraxis.

Ein **Vorsorgeauftrag** bestimmt, wer bei Urteilsunfähigkeit persönliche, finanzielle und rechtliche Angelegenheiten übernimmt. Er muss vollständig handschriftlich verfasst, datiert und unterschrieben oder öffentlich beurkundet werden.



Wenn Fragen offen bleiben

Die **SPO unterstützt Sie bei offenen Fragen zur Behandlung oder kritischen Behandlungserfahrungen**: Wir helfen, die Situation und medizinische Unterlagen einzuordnen und nächste Schritte zu klären. Diagnose und Behandlung von Demenz gehören in ärztliche Hände; Alzheimer Schweiz bietet demenzspezifische Beratung.

Bei der SPO können Sie auch eine **«Patientenverfügung plus»** nach Advance Care Planning (ACP) erstellen.

Kostenlose telefonische Erstberatung:

➔ spo.ch/angebot/beratung

SPO Patientenorganisation | 044 252 54 22 | info@spo.ch

Fazit

Demenz betrifft nie nur die Person mit der Diagnose. Angehörige übernehmen oft schrittweise mehr Verantwortung sei dies medizinisch, organisatorisch und im Alltag. Veränderungen ernst nehmen, Antworten suchen und Unterstützung früh organisieren: Sie dürfen Verantwortung teilen. Das hilft Ihrem Familienmitglied und schützt auch Sie.