

GEFAHREN IM ALLTAG



Ein gleich bleibender, gewohnter Tagesablauf reduziert die Entscheidungen, die die Kranken selbst treffen müssen: Dadurch verringern sich ihre Angstzustände, und es steigt die Sicherheit, den Alltag bewältigen zu können.

In jedem Fall ist es aber wichtig, dass sie so lang wie nur möglich selbständig bleiben, daher sollte man ihnen helfen, ihre eigenen, wenn auch verminderten, Fertigkeiten zu nützen, Fehler, die ihnen dabei unterlaufen, übersehen und ihre Tätigkeiten möglichst erleichtern.

Die **WOHNUNG** sollte nach Möglichkeit umgestaltet werden, um optimale Sicherheit zu garantieren; also sind Hindernisse, die die Bewegung beeinträchtigen, zu entfernen, dasselbe gilt für scharfe Kanten.

Die **HAUSTÜR** sollte abgesperrt sein und keinen unbeobachteten Ausgang erlauben; am besten wäre ihre „Tarnung“. Die Kranken sollten aber jedenfalls immer einen Zettel mit Telefonnummer, Namen und Adresse bei sich tragen.

Die **ANDEREN TÜREN** der Wohnung sollten mit Erkennungssymbolen versehen sein, besonders die Tür zum Badezimmer. Auf keinen Fall den Schlüssel innen stecken lassen!

Das **BADEZIMMER/WC** sollte natürlich am leichtesten auffindbar und erkennbar sein; nachts könnte dort evtl. ein Licht brennen. Badewanne und Dusche (letztere ist vorzuziehen!) sollten mit Haltegriffen und rutschfesten Unterlagen ausgestattet sein; ratsam wäre auch ein Hocker, und die Wassertemperatur sollte auf maximal 40 Grad eingestellt werden, um Verbrühungen zu vermeiden.

In der **KÜCHE** sind Sicherheitsvorrichtungen für den Gasherd bzw. Elektroherd einzubauen; Zündhölzer und spitze Gegenstände sowie scharfe Messer sollten entfernt werden.

Das **BETT** darf nicht zu hoch sein; auf Bettvorleger wäre besser zu verzichten. Auch bewährt sich eine schwache Nachtlampe (manche Kranke haben Angst vor der Dunkelheit).

FENSTER und BALKONTÜREN sollten mit Schlössern versehen und abgesperrt werden können.

Für Drinnen und Draußen sind **SCHUHE** mit Gummisohlen anzuraten.

Höchste Vorsicht bei Rauchern/Raucherinnen: **ZIGARETTEN** können Brände verursachen - Kranke also nie ohne Aufsicht rauchen lassen!

GIFTIGE und GEFÄHRLICHE SUBSTANZEN wie Putzmittel, Medikamente usw.

müssen auf jeden Fall an einem sicheren Ort verwahrt werden.

Wenn die Wohnung über eine **INNENTREPPE** verfügt, sollte diese auf beiden Seiten mit Handläufen, rutschfesten Stufenbelägen und einer Beleuchtung versehen sein; die erste und die letzte Stufe wären evtl. besonders zu kennzeichnen.