



DEMENZ



Demenz: zu Beginn der Erkrankung

Für ein besseres Leben: Die Neurogenese ankurbeln

Auch mit einer Diagnose Demenz ist das Leben lebenswert.

Es ist nie zu spät, etwas am eigenen Lebensstil zu ändern und zu versuchen, den Verlauf der Erkrankung dadurch aufzuhalten!

Neurogenese ist in jedem Alter möglich und kann durch eine neurostimulierende Lebensweise unterstützt werden.

Forschungen zu diesem Thema mehren sich und es gibt begründete Hoffnung, dass auf diese Art und Weise ein Fortschreiten der Demenz verhindert werden kann.

Ich biete Ihnen eine Begleitung auf diesem Weg an:

- Sie bestimmen, in welchen Bereichen und mit welchen konkreten Maßnahmen Sie eine Veränderung hin zu einer neurostimulierenden Lebensweise anstreben möchten: Körper, Herz, Geist und Bewusstsein.
- Ich biete Ihnen begleitend regelmäßige „Follow-Ups“ an, also Verlaufskontrollen, bei denen wir in Ruhe anschauen, was Sie brauchen, was sich verändert hat etc.
- Durch Homöopathie und Fußreflexzonenmassage kann sich Ihr Wohlbefinden zusätzlich verbessern.



Therapieplan AKVIMO

Was können Sie erwarten?

Grundlage des Konzeptes ist, dass ich stets ausreichend Zeit für Sie habe. Ich höre Ihnen zu und nehme Sie Ernst. Dadurch ist die Voraussetzung für ein besseres Lebensgefühl und ein vertrauensvolles Therapeut - Patienten-Verhältnis gegeben.

Ich hoffe, dass sich dank meines Wissens, Ihr tägliches Erleben und Wohlbefinden verbessern wird. Gemeinsam versuchen wir, den Verlauf der Erkrankung aufzuhalten . Vielleicht muss es auch gar nicht erst so weit kommen.



DEMENZ

Die Bausteine des Programms: Therapieplan AKVIMO

1. Körper

- **Bewegung:** gemeinsame Erstellung eines Bewegungsplans, mit Unterstützung bei der Umsetzung und regelmäßiger Kontrolle
- **Ernährung:** Anpassung, Gewichtsreduzierung / Appetitanregung, evtl. Ergänzung fehlender Bestandteile
- **Schlaf:** im Schlaf findet Verarbeitung und Neurogenese im Hippocampus statt – Tiefschlafphasen sind wichtig!
- **Begegnung mit der Natur**

2. Herz

- **soziale Aktivitäten, Sinn des Lebens:** soziales Miteinander, gebraucht werden, anerkannt sein, wichtig für andere zu sein, sinnvolle Dinge tun... wie kann man das (wieder) erreichen?
- **Liebe, Freundschaften**

3. Geist

- **kognitives Training**
- **geistige Fitness**

4. Bewusstsein

- **allgemeines Wohlbefinden:** wir finden gemeinsam heraus, was Sie brauchen, um sich wohl zu fühlen: Yoga, Massage, Entspannungsmethoden, ...
- **Meditation**
- **Achtsamkeit**

ergänzend bei Bedarf:

- **Behandlung von Begleiterscheinungen** durch klassische Homöopathie, Fußreflexzonenmassage, Bachblütentherapie...
- **Wellness-Angebote** in der Praxis: Klangcode-Balance, Emmet-Technique, klassische Massagen
- externe **psychotherapeutische Unterstützung;** Familienstellen, Trauma-Behandlung, NLP,...



DEMENZ



Wie läuft die Behandlung ab?

- 1. Erstkontakt** per Telefon, per E-mail oder ...wir kennen uns bereits
- 2. Erstes kostenloses Kennenlertreffen**, wenn gewünscht, gerne mit Ihrem Angehörigen: ich stelle Ihnen das Konzept vor (45 Min.). Sie entscheiden anschließend in Ruhe, ob Sie eine Behandlung nach dem Therapiefahrplan Demenz ausprobieren möchten.
- 3. Therapieplan** AKVIMO ist die Grundlage, die ich Ihnen schriftlich zur Verfügung stelle, allerdings werden Schwerpunkte und Reihenfolge individuell nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen angepasst.
- 4. Ablauf:**
 1. Anamnese/ Bestandsaufnahme zu Beginn der Behandlung.
 2. Es finden monatliche / regelmäßige Follow-ups zur Verlaufskontrolle und Anpassung der Absprachen statt.
 3. Alle 4 Bereiche (Körper, Herz, Geist, Bewusstsein) werden regelmäßig angesprochen und Angebote zur Umsetzung gemacht, bzw. ein individueller Fahrplan entwickelt. Natürlich bleibt es Ihnen überlassen, in welchen Bereichen Sie Veränderung in Ihr Leben integrieren möchten. Eine ganzheitliche, an vielen Punkten ansetzende Vorgehensweise ist erfahrungsgemäß am effektivsten.
 4. Während der Dauer der Behandlung nehmen Sie die Medikamente, die Ihnen Ihr behandelnder Arzt verschreibt, selbstverständlich weiter ein. Um die Wirkung des Therapiefahrplans Demenz beurteilen zu können, ist es aber notwendig, dass Sie uns mitteilen, um welche Medikamente es sich handelt und auch, wenn Änderungen vorgenommen werden.
- 5. Die Kosten:** Die Therapiegespräche werden nach Zeit abgerechnet . Eine Stunde kostet 60 €. I.d.R. wird für die regelmäßigen Gespräche eine Stunde pro Monat angesetzt,. Das Anamnesegespräch dauert länger. Wenn weitere therapeutische Interventionen gewünscht sind, wird das jeweils mit Ihnen (und Ihren Angehörigen) im Vorfeld besprochen. Kursangebote oder z.B. Einzel-Bewegungscoachings können vermittelt werden, dann entstehen weitere Kosten, die über den Entlastungsbetrag der Pflegekasse abgerechnet werden können.



DEMENZ



Was kann mein Angehöriger tun?

Es ist natürlich ideal, wenn Sie einen Angehörigen oder Freund haben, der das Programm unterstützt, indem er ebenfalls seine Lebensweise im Sinne präventiven Verhaltens verändert. Erfahrungsgemäß macht alles gemeinsam mehr Freude, und es geht auch einfach leichter: Bewegung, Ernährungsumstellung, Entspannung etc...



Bekommt mein Angehöriger auch Unterstützung?

Neben der Möglichkeit, präventiv selber seine Lebensweise zu verändern bieten wir in unseren Räumen auch spezielle Entspannungsprogramme für Angehörige an, sowie Wellnessmassagen während der Behandlung des Betroffenen, Bewegungskurse für Paare und Vorträge.



Mit Demenz nicht allein sein

Im Verlauf der Erkrankung treten immer wieder Probleme auf. Die Homöopathie hat viele verschiedene Mittel – als Kügelchen oder Tropfen – die auch Verhaltensauffälligkeiten wie Schreien, Inkontinenz, sexuell auffälliges Verhalten, Schamlosigkeit, Apathie, Redseligkeit etc. abdecken. Wichtig ist es, genau hin zu schauen, um das passende Mittel auszuwählen. Versuch macht klug... vielleicht hilft es ja auch Ihnen.



Unterstützung für Angehörige

Für pflegende Angehörige kann durch entspannende Fußreflexzonenmassage, Bachblüten oder das passende homöopathische Mittel das Wohlbefinden verbessert werden. Auch das Erlernen der Achtsamkeitsmeditation, einer Entspannungsmethode wie z.B. Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen oder Autogenes Training oder eine regelmäßige Yogapraxis können Kraft für die herausfordernde Aufgabe geben.

Wir bieten in der Praxis auch parallele Angebote an:

- Betreuung oder Bewegungscoaching für Menschen mit Demenz während der Behandlung von Angehörigen
- Wellness-oder Entspannungsangebot für Angehörige während der Behandlung der Betroffenen

Sprechen Sie uns an!