



Je älter wir Menschen werden, desto grösser ist die Wahrscheinlichkeit, von einer Sehbehinderung betroffen zu sein. In der Schweiz sind bei den 60 – 79 Jährigen knapp 9% betroffen, bei den über 80 Jährigen sind es bereits gut 20% und bei den über 90 Jährigen leben etwa 50% mit einer Sehbehinderung. Die meisten wohnen zu Hause (www.szb.ch).

Um den Alltag möglichst selbständig bewältigen und gestalten zu können, braucht es Anpassungen. Stolperfallen müssen entfernt (z.B. Teppichläufer) oder markiert (z.B. Schwellen und Stufen) werden, helles aber blendfreies Licht und Kontraste helfen bei der Orientierung, Hilfsmittel unterstützen z.B. beim Kochen, neue Strategien und Techniken (z.B. Handhabung des weissen Stocks) erhalten die Mobilität. Das Erlernen von neuen Strategien, Techniken und der Handhabung von neuen Hilfsmitteln braucht im hohen Alter viel Übung und somit viel Zeit und Energie.

Kommen zur Sehbehinderung weitere Beeinträchtigungen dazu, wird die Bewältigung des Alltags zu einer grossen Herausforderung und Belastung, ein Eintritt in eine Altersinstitution allenfalls unumgänglich. Die Orientierung am neuen Wohnort ist für Sehbehinderte eine grosse Herausforderung. Hier helfen eine angepasste Architektur, Kontraste und ein angepasstes Design der Alltagsgegenstände. Doch was für den einen hilfreich ist, kann für den anderen eine Einschränkung (z.B. gezogene Vorhänge als Blendschutz) oder gar verwirrend (z.B. Markierungen) sein. Oft heisst es, nach Kompromissen zu suchen.

Auch die Betreuenden müssen sich an die Bedürfnisse von Sehbehinderten anpassen. Verbale Anleitungen und Informationen werden wichtig. So nehmen z.B. Sehbehinderte meistens wahr, wenn jemand eintritt oder sich nähert, können aber nicht erkennen, wer es ist. Dies verunsichert. Deshalb soll bei der Begrüssung der eigene Name genannt, wenn jemand den Raum betritt oder verlässt, soll auch dessen Name genannt werden. Sehbehinderte können sich so orientieren und fühlen sich ernst genommen.

Oft wird gerade bei an Demenz Erkrankten eine Seh- oder auch Hörbehinderung nicht erkannt. Wichtig ist daher eine differenzierte Beobachtung durch die Betreuenden und eine genaue Abklärung. Denn erst wenn eine differenzierte Diagnose vorliegt, können erfolgsversprechende Massnahmen angegangen werden.

Freundliche Grüssen
Vera Uetz

Beratung

- [Die Altersinstitution im Wandel](#)
- [Kultursensibilität in der Altersinstitution](#)

Weiterbildung

- [Transkulturelle Kompetenz](#)
- [Alltagsgestaltung, aktivierende Begleitung und Betreuung](#)
- [Hörbehinderung - Auswirkungen auf das Leben in der Altersinstitution](#)
- Weitere gerontologische Themen auf Anfrage