

Publikation Münchener Merkur
Ausgabe 04.03.2026
Seite 10
Abo-Nr 126167
Treffer-Nr 5511219
Suchbegriff Desideria Care

Autor*in DÉSIRÉE VON BOHLEN*
Ressort Lokales
Verlag Münchener Zeitungsverlag GmbH ...
Medientyp Regional mit Vollredaktion
Branche Nicht branchenspezifisch
Bundesland Bayern

Reichweite 642796
Verbreitet 181228
Verkauft 162909
Gedruckt 133642
AÄW/€ 5879.85
Erscheint täglich

KOLUMNE ZUM THEMA DEMENZ

Über Körperpflege spricht kaum jemand gern. Schon gar nicht, wenn sie plötzlich Teil der Pflege eines nahestehenden Menschen wird. Mundhygiene, Duschen und Inkontinenz sind intime Themen und gehören für viele pflegende Angehörige zum Alltag. Was oft im Verborgenen bleibt, sind Gefühle wie Scham, Ekel und Überforderung.

In Gesprächen mit Angehörigen zeigt sich immer wieder: Körperpflege kann zum Konflikt werden, weil sie an persönliche Grenzen rührt – bei den Angehörigen ebenso wie bei den pflegebedürftigen Menschen. Letztere fühlen sich ihrer Autonomie und auch Würde beraubt. Während die Pflegenden Dinge tun müssen, die sie nicht möchten.

Auch wenn es unangenehm oder peinlich ist, es hilft, sich

dessen bewusst zu werden und die eigenen Gedanken zu thematisieren. In Angehörigen-Gruppen erlebe ich oft, wie entlastend es ist, das Unaus-sprechliche auszusprechen. Allein zu merken: Ich bin damit nicht allein, nimmt Druck heraus. Manchmal hilft es auch schon, besser zu verstehen, warum Hygiene für Menschen mit **Demenz** so schwierig werden kann.

Viele Betroffene empfinden zum Beispiel den Kontakt mit Wasser als bedrohlich. Duschen oder Waschen können Angst auslösen und dadurch zu Verweigerung führen. Was für Angehörige wie Sturheit wirkt, ist häufig ein Schutzmechanismus. Gleichzeitig geraten Pflegenden unter Druck. Sie machen sich Sorgen um Hygiene und gesundheitliche Folgen. Hinzu kommt die Sorge, „rich-



Konflikt Körperpflege

VON DÉSIRÉE VON BOHLEN*

tig“ handeln zu müssen, weil die Situation immer weniger eigenen Hygienevorstellungen entspricht.

Besonders belastend wird es, wenn unangenehme Gerüche oder Inkontinenz hinzukommen. Gefühle wie Ekel sind stark tabuisiert. Wer sie empfindet, schämt sich oft zusätz-

lich. Dabei sind diese Reaktionen menschlich. Entscheidend ist nicht, dass sie auftauchen, sondern wie wir mit ihnen umgehen.

Hier beginnt die Suche nach Lösungen, die allen gerecht werden. Eine Angehörige erzählte mir, dass sich ihr Mann strikt geweigert hatte, sich von ihr waschen zu lassen. Nach vielen Konflikten und erschöpfenden Diskussionen schaltete sie einen ambulanten Pflegedienst ein. Ein männlicher Pfleger übernahm die Körperpflege, und die Situation entspannte sich spürbar für beide.

Dieses Beispiel zeigt, wenn etwas dauerhaft überfordert, darf und sollte man Unterstützung annehmen. Das kann heißen, z. B. Ärzte oder Pflegedienste einzubeziehen. Es kann aber auch bedeuten, die eigenen Maßstäbe zu überprü-

fen. Muss wirklich alles immer perfekt sein? Einen Fleck auf dem Pulli kann man auch mal übersehen und sich damit eine belastende Diskussion ersparen.

Schwieriger wird es beim Thema Inkontinenz. Hier stoßen viele Angehörige an ihre persönlichen Grenzen. Für manche Familien ist das der Punkt, an dem Überlegungen zu einer anderen Wohn- oder Versorgungsform, etwa einem Pflegeheim, notwendig werden. Körperpflege bei **Demenz** ist kein Maßstab für Liebe oder Loyalität. Sie ist eine große Herausforderung. Es ist völlig in Ordnung zu sagen: Bis hierhin und nicht weiter. Für die eigenen Grenzen einzustehen ist kein Scheitern.

**Désirée von Bohlen und Halbach ist Gründerin und Vorstandsvorsitzende des Desideria e.V.*

Münchener Merkur

Publikation Münchener Merkur
Ausgabe 04.03.2026
Seite 10
Abo-Nr 126167
Treffer-Nr 5511219
Suchbegriff Desideria Care

Autor*in DÉSIRÉE VON BOHLEN*
Ressort Lokales
Verlag Münchener Zeitungsverlag GmbH ...
Medientyp Regional mit Vollredaktion
Branche Nicht branchenspezifisch
Bundesland Bayern

Reichweite 642796
Verbreitet 181228
Verkauft 162909
Gedruckt 133642
AÄW/€ 5879.85
Erscheint täglich

Publikation	verkauft	verbreitet	gedruckt	Reichweite Mio	Medien-Nr
ü Münchener Merkur	162909	181228	133642	0.642796	1116
Dorfener Anzeiger	7402	8178	5781	0.029006	92935
Ebersberger Zeitung	10400	11211	8100	0.039764	1037
Erdinger Anzeiger	7402	8178	5781	0.029006	1030
Freisinger Tagblatt	11014	11855	9061	0.042048	4732
Fürstenfeldbrucker Tagblatt	7027	7635	5695	0.02708	1498
Garmisch-Partenkirchner Tagblatt	6254	6972	5064	0.024728	1349
Geretsrieder Merkur	3576	4052	2981	0.014372	97179
Holzkirchner Merkur	4553	5114	3825	0.018138	7043
Isar-Loisachbote	3576	4052	2981	0.014372	1049
Miesbacher Merkur	4553	5114	3825	0.018138	1041
Murnauer Tagblatt	6254	6972	5064	0.024728	7566
Dachauer Nachrichten	12065	12853	9516	0.045588	1389
Münchener Merkur Ausgabe Würmtal	2979	3292	2381	0.011676	9904
Münchener Merkur Germeringer Zeitung	7027	7635	5695	0.02708	97185
Münchener Merkur LK München Nord	6478	7534	5254	0.026722	9902
Münchener Merkur LK München Süd	6478	7534	5254	0.026722	9903
Penzberger Merkur	5186	5865	4171	0.020802	1250
Schongauer Nachrichten	7593	8163	6154	0.028953	1233
Starnberger Merkur	8939	9876	7145	0.035029	1642
Tegernseer Zeitung	4553	5114	3825	0.018138	11059
Tölzer Kurier Ost (TK)	4332	5037	3430	0.017865	1459
Tölzer Kurier West (TL)	4332	5037	3430	0.017865	83182
Weilheimer Tagblatt	5186	5865	4171	0.020802	10106
1 Ausgabe/n mit der Meldung					
24 gelesene Ausgaben in der Gruppe					
Summen der Meldung	162909	181228	133642	0.642796	

© Copyright des Artikels liegt beim Verlag