



KOMPETENZZENTRUM
Demenz in Schleswig-Holstein



AUTOFAHREN UND DEMENZ

**Was Betroffene, Angehörige
und Ärzte tun können!**

Liebe Lesende,

Mobilität ist für die Menschen ein Grundbedürfnis und auch im Alter von großer Bedeutung. Mobilität ist zudem eine wichtige Voraussetzung zum Ausleben individueller Freiheit und ein maßgeblicher Baustein zur gesellschaftlichen Teilhabe für ein selbstbestimmtes und unabhängiges Leben. Für viele ältere Menschen ist dabei das Auto elementar, egal ob es darum geht, Verwandte und Freunde zu besuchen, Besorgungen zu erledigen oder Arzttermine wahrzunehmen. Der Wunsch, sich diese Form der Mobilität so lange wie möglich zu erhalten, ist daher sehr gut nachvollziehbar. Mit der Teilnahme am Straßenverkehr geht allerdings auch eine große Verantwortung einher, insbesondere mit Blick auf die Verkehrssicherheit.

Was passiert aber, wenn mit zunehmendem Alter das Seh- und Hörvermögen abnimmt, die Reaktionsfähigkeit nachlässt und eine mögliche dementielle Veränderung die Fahrtauglichkeit zusätzlich einschränkt? Dieses Problem wird immer aktueller.

Insbesondere die Fahrtauglichkeit von Menschen mit einer Demenz stellt eine große Herausforderung für alle Beteiligten dar. Wie ist es möglich, Menschen mit einer Demenz ein möglichst unabhängiges und eigenständiges Leben, soziale Teilhabe zu erhalten, aber bei Bedarf auch eine verlässliche Unterstützung und Pflege zu sichern? Ab wann sollte ein an Demenz erkrankter Mensch nicht mehr Auto fahren? Diese Fragen sind oft nicht einfach zu beantworten und führen in vielen Bereichen zu kontroversen Diskussionen und zu Auseinandersetzungen in betroffenen Familien und Partnerschaften.

Die Befassung mit der Thematik „Autofahren und Demenz“ hat gezeigt, wie vielschichtig und individuell die Analyse, Beratung und Begleitung bei der Klärung der Frage, ob ein an Demenz erkrankter Mensch nicht mehr Auto fahren sollte, sein kann.

Mit dieser Broschüre möchten wir sowohl Menschen mit Demenz und deren Angehörigen als auch den professionell Handelnden in der medizinischen Versorgung, Beratung und Begleitung von Menschen mit Demenz erste hilfreiche Informationen an die Hand geben.

Aufgegriffen werden ganz konkrete Fragen: Welche Verpflichtungen hat der Fahrzeughalter? Was können Angehörige tun? Welche Verpflichtungen haben (Fach-) Ärzte, wenn sie Einschränkungen in der Fahrtauglichkeit feststellen?

Das Kompetenzzentrum Demenz leistet bereits seit vielen Jahren einen wichtigen Beitrag, unterschiedliche Facetten des Themas Demenz in Schleswig-Holstein aufzugreifen, Informationen zu erarbeiten und Demenz als gemeinsame Aufgabe im Lande zu verankern.

In der Zusammenarbeit mit dem Sozialministerium und den Pflegekassen ist es dem Kompetenzzentrum gelungen, in den letzten Jahren viele Entwicklungen anzustoßen, Ideen, Projekte und Broschüren zu erarbeiten und insgesamt die landesweiten Unterstützungsstrukturen deutlich zu verbessern.

Diese Broschüre ist ein weiteres Beispiel, wie eng sich das Kompetenzzentrum Demenz an den Fragen des Alltags orientiert. Wir freuen uns darüber, dass wir diese wichtige Fachkompetenz hier im Land haben.



Claus Ruhe Madsen
Minister für Wirtschaft, Verkehr, Arbeit,
Technologie und Tourismus
des Landes Schleswig-Holstein



Aminata Touré
Ministerin für Soziales, Jugend, Familie,
Senioren, Integration und Gleichstellung
des Landes Schleswig-Holstein



Liebe Leserinnen und Leser,

die Menschen in Schleswig-Holstein werden immer älter und der demografische Wandel wird immer deutlicher. Die Menschen werden aber nicht nur älter, sie erkranken auch häufiger an einer Demenz. In Deutschland leben rund 1,6 Millionen Menschen mit einer Demenz, in Schleswig-Holstein sind es etwa 53.000 Menschen. Auch angesichts der steigenden Prognosen ist Demenz kein Randthema mehr, sondern eine gesellschaftliche Herausforderung der kommenden Jahre.

Diese Entwicklung wird in vielen Lebensbereichen spürbar. Das Thema „Autofahren und Demenz“ ist für alle Beteiligten ein vielschichtiges und auch kontroverses: Die Frage, ab wann ein Mensch mit Demenz nicht mehr Auto fahren kann und sollte, aber auch die komplexe Situation der Angehörigen, wenn sie Veränderungen im Fahrverhalten erkennen und nicht zuletzt die Verantwortung von (Fach)ärzten bei der Diagnostik und Entscheidung zu diesem Thema greift diese Broschüre auf.

Auto zu fahren bedeutet für viele Menschen Freiheit und Unabhängigkeit. Besonders in der ländlichen Region ist das Autofahren oftmals erforderlich, um am Alltags- und gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können.

Auto zu fahren bedeutet aber auch eine große Verantwortung sich selbst, dem Beifahrer und den anderen Teilnehmern im Straßenverkehr gegenüber.

Was passiert aber, wenn mit zunehmendem Alter das Seh- und Hörvermögen abnimmt, die Reaktionsfähigkeit nachlässt und eine mögliche dementielle Veränderung die Fahrtauglichkeit zusätzlich einschränkt?

Welche Verpflichtungen hat der Fahrzeughalter? Was können Angehörige tun? Und welche Verpflichtungen haben (Fach-)Ärzte, wenn sie Einschränkungen in der Fahrtauglichkeit feststellen?

Mit der vorliegenden Broschüre möchten wir sowohl den Menschen mit Demenz und deren Angehörigen als auch den professionell Handelnden in der Beratung und Begleitung von Menschen mit Demenz und den (Fach-)Ärzten eine kompakte Information an die Hand geben.

Ein besonderer Dank gilt Frau Dr. med. Hannelore Hoffmann-Born vom Verkehrsmedizinischen Kompetenz-Zentrum Frankfurt für ihre fachliche Beratung und engagierte Unterstützung.

Ihre

Antje Holst

Kompetenzzentrum Demenz

A₁

Folgende Auffälligkeiten können - besonders beim Zutreffen von mehreren Aspekten - darauf hinweisen, dass ein Mensch mit Demenz nicht mehr ausreichend fahrsicher ist:

| | JA | NEIN |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| • Auffallend und mehrfach auftretendes verzögertes oder ausbleibendes Reagieren auf „normale“ Situationen im Straßenverkehr | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Anzeichen von Stress, Unsicherheit und / oder Angst beim Fahren | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ungewöhnlich lange Fahrtzeiten im Verhältnis zur Strecke | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Verfahren auch auf bekannten Strecken | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Keine Orientierung auf unbekanntem Strecken und bei Abweichungen auf bekannten Strecken (Umleitung, Baustelle) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Kein Wahrnehmen oder falsches Deuten von Verkehrszeichen, z.B. Anhalten an einer grünen Ampel, Missachten der Vorfahrt | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Unsichere und nicht angepasste Fahrweise, z.B. Bremsen ohne ersichtlichen Grund, auffallend langsames oder schnelles und aggressives Fahren | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Keine oder verspätete Wahrnehmung von anderen Verkehrsteilnehmern; längere Entscheidungszeiten | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Verwechseln von Brems- und Gaspedal oder gleichzeitiges Benutzen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Schwierigkeiten, verschiedene Dinge während des Fahrens gleichzeitig auszuführen, z.B. bremsen und blinken oder den Scheibenwischer bedienen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Keine nachvollziehbaren Erklärungen für kleinere Blebschäden oder Unfälle / Häufung von Ereignissen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Bagatellisieren von kleineren Schäden und Schuldzuweisung an andere | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ausbleibendes oder falsches Blinken beim Abbiegen oder Spurwechsel, kein Blick über die Schulter oder in den Rückspiegel | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Unterstützung oder Eingreifen des Beifahrers während der Fahrt nötig | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Auftreten weiterer Auffälligkeiten und Veränderungen im Alltag | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

A₁

Bei Menschen mit einer **frontotemporalen Demenz** liegen die Einschränkungen weniger in der Orientierung oder dem Bedienen des Fahrzeugs. Auffälligkeiten zeigen sich eher in:

- einem aggressiven Fahrverhalten
- einem risikofreudigen Fahren
- einer allgemeinen Unaufmerksamkeit
- Regelmissachtungen
- einer ausgeprägten Uneinsichtigkeit

Schon wenn Sie 1 x mit „Ja“ geantwortet haben, sollten Sie die Fahrkompetenz weiter im Auge behalten.

Diese Liste kann nur Hinweise auf eine eingeschränkte / fehlende Fahrtauglichkeit geben. Eine verbindliche Entscheidung kann nur ein (Fach-)Arzt nach entsprechenden Tests treffen.

(Quelle: Prof. Ingo Füsgen: „Verkehrssicherheit und Demenz“, Wiesbaden, 2011; Sylvia König / Oliver König: „Autofahren und Demenz“ in Alzheimer Aktuell Nr. 68, Dezember 2014)



A₂

Fragen zur Selbsteinschätzung

| | JA | NEIN |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Fällt mir das Fahren bei Nacht oder in der Dämmerung besonders schwer und blenden mich häufig entgegenkommende Fahrzeuge? (1 Punkt) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sind mir in der letzten Zeit nicht erklärbare Unfälle oder Beinahe-Unfälle passiert? (4 Punkte) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Verfahre ich mich manchmal oder sogar öfter? (1 Punkt) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Strengt mich das Autofahren – im Gegensatz zu früher – immer mehr an? (1 Punkt) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fällt es mir schwer, die Geschwindigkeit anderer Autos (z.B. auf der Autobahn) richtig einzuschätzen? (2 Punkte) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Hat mich jemand schon mal auf meinen Fahrstil angesprochen, oder habe ich festgestellt, dass andere nicht mehr gerne mit mir mitfahren? (2 Punkte) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fühle ich mich in fremder Umgebung oder im dichten Straßenverkehr zunehmend unsicher? (1 Punkt) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Habe ich das Gefühl, vor allem in kritischen Situationen langsamer als früher zu reagieren? (1 Punkt) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Bin ich unsicher oder nervös, wenn ich auf eine Hauptverkehrsstraße – ohne Ampelregelung – einbiegen will? (2 Punkte) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Bin ich tagsüber vermehrt müde – auch am Steuer? (2 Punkte) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kommt es öfter vor, dass andere ungeduldig hupen? (1 Punkt) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Gesamtpunktzahl | <input type="text"/> | |

Für jedes „Ja“ bekommen Sie die ausgewiesenen Punkte.
Ergebnis: **4 Punkte und mehr** weisen auf ein erhöhtes Risiko für die Verkehrssicherheit hin. Die Einbeziehung des Hausarztes ist stets anzuraten.



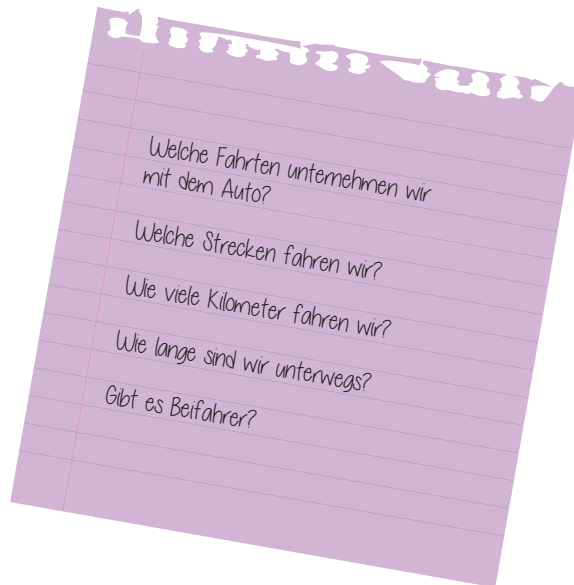
B

Auch ohne Auto mobil



Die Entscheidung, nicht mehr Auto zu fahren bedeutet für viele einen nicht zu unterschätzenden Einschnitt in ihr tägliches Leben. Um die richtige Alternative für sich zu finden, kann es hilfreich sein, sich zu überlegen, wann und wofür das Auto bisher gebraucht wurde. Ein Mobilitätsprofil, vielleicht sogar in Form einer Tabelle kann hilfreich sein.

Überlegen Sie sich:



Aus dieser Aufstellung können Sie nun Kompensationsmöglichkeiten und Alternativen entwickeln: vielleicht fahren Sie zu einer anderen Uhrzeit, wenn weniger Verkehr ist oder Sie suchen näher gelegene Ziele auf. Planen Sie bei längeren Strecken Ruhemomente und Pausen ein.



Wenn Sie zu dem Entschluss kommen, ganz auf das Auto zu verzichten bekommen Sie im folgenden Kasten einige Anregungen für Alternativen.

- Nutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel.
- Fahren Sie Rad oder gehen Sie zu Fuß – Bewegung hält gesund.
- Sprechen Sie mit anderen Menschen darüber, vielleicht ergibt sich eine Mitfahrgelegenheit / Fahrgemeinschaft.
- Bieten Sie dem Erkrankten Ihre Unterstützung als Begleiter oder „Chauffeur“ an, verteilen Sie diese Aufgabe auf mehrere Schultern.
- Nutzen Sie Lieferdienste oder lassen Sie sich Dinge mitbringen.
- Fahren Sie Taxi – die wegfallenden Unterhaltskosten des Autos ermöglichen viele Taxifahrten.
- Nutzen Sie spezielle Fahrdienste z.B. für Arztfahrten (sprechen Sie Ihre Krankenkasse bezüglich einer möglichen Kostenübernahme an).
- „Think positive“: ohne Auto sparen Sie Kosten, Sie haben keine Parkplatzprobleme mehr, Sie müssen sich nicht mehr um Inspektionen und Reparaturen kümmern.
-



1. PKW-Seniorentrainings und Mobilitätschecks:

ADAC ADAC FahrFitnessCheck mit ausgebildeten Fahrlehrern im eigenen Auto (bundesweit)
www.adac.de/fahrfitnesscheck
ADAC Generation Plus-Trainings (bundesweit) Tel. 0800 5 10 11 12

DEKRA Informationen zum angebotenen Mobilitätscheck unter
www.dekra.de/de/mobilitaets-check/

TÜV Nord Informationen zum angebotenen Fitnesscheck
www.tuev-nord.de/de/privatkunden/verkehr/psychologie-medizin-mpu/aeltere-kraftfahrerinnenkraftfahrer/
Tel. 0800 80 70 600

2. Fahreignungsbegutachtung

Bundesanstalt für Straßenwesen (bast):

Eine Liste zum Auffinden wohnortnaher anerkannter Begutachtungsstellen finden Sie unter
www.bast.de/DE/Verkehrssicherheit/Qualitaetsbewertung/Begutachtung/Unterseiten/Liste-PLZ.html

3. Polizeibehörden

- Polizeibehörden sind dazu verpflichtet, den Fahrerlaubnisbehörden grundsätzlich alle Informationen und Hinweise, die auf Nichteignung eines Fahrzeuglenkers hinweisen, zu übermitteln.
- Verfolgung von Ordnungswidrigkeiten und Straftaten im Straßenverkehr.
- Beschlagnahmung des Führerscheins und Sicherstellung von Fahrzeugen bei akuter Gefahr im Verzug.

4. Verkehrspsychologische und verkehrsmedizinische Beratung:

- Bundesverband Niedergelassener Verkehrspsychologen (BNV): eine Liste von Verkehrspsychologen in Deutschland findet sich unter www.bnv.de/Mitglist/mitglied.htm
- Ärzte mit verkehrsmedizinischer Qualifikation finden Sie bei der Landesärztekammer Schleswig-Holstein (www.aeksh.de/)



5. ADAC Schleswig Holstein e.V.

Abteilung Verkehr und Technik
Saarbrückenstraße 54
24114 Kiel-
Tel. 0431 66 02-127
www.adac-sh.de

Landesverkehrswacht Schleswig-Holstein

Steenbeker Weg 151
24106 Kiel
Tel. 0431 17 33-3
Fax 0431 17 33-4
info@lvw-sh.de • www.lvw-sh.de

6. Verkehrsmedizinisches Kompetenz-Centrum

Das VCC ist eine Beratungsplattform für Kraftfahrer, Arbeitgeber, niedergelassene Ärzte und Ärzte in Kliniken und Rehabilitationseinrichtungen, Berufsgenossenschaften, Versicherungsgesellschaften und Mitarbeiter von Führerscheinstellen in allen Fragen rund um die Verkehrsmedizin.

Georg-Speyer-Straße 21 • 60487 Frankfurt a.M.
Tel. 069 70 79 55-22 • www.street-ready.de

7. Landesverband Alzheimer Gesellschaft Schleswig-Holstein e.V. /Selbsthilfe Demenz Kompetenzzentrum Demenz Schleswig-Holstein

Hans-Böckler-Ring 23 c • 22851 Norderstedt
Tel. 040 2 38 30 44-20 • www.demenz-sh.de

8. Regionale Alzheimer Gesellschaften und Pflegestützpunkte

Hilfe und Beratung bei Fragen rund um die Themen Demenz und Pflege
Kontaktadressen über das Kompetenzzentrum Demenz in Schleswig-Holstein

Eine Information mit konkreten Hinweisen zur Aufklärung und Dokumentation speziell für Hausärzte hat das Institut für Allgemeinmedizin, Medizinische Fakultät der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf herausgegeben:

www.uniklinik-duesseldorf.de/unternehmen/institute/abteilung-fuer-allgemeinmedizin/forschung-publikationen/aktuelle-studien/autofahren-und-demenz/

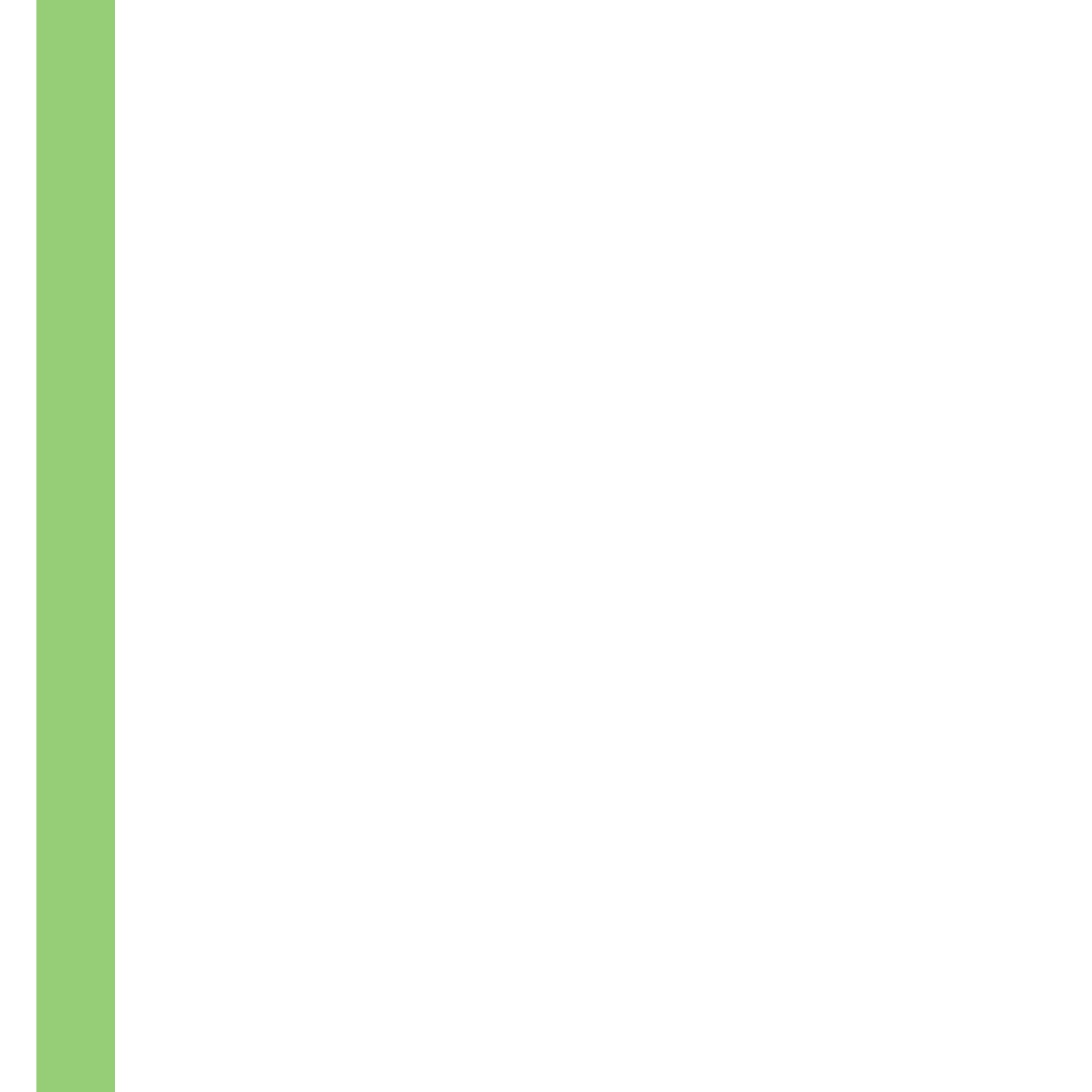
D

Bei den hier aufgelisteten Tipps und Hinweisen kann es nicht darum gehen, ein Patentrezept für Menschen mit Demenz und deren Angehörige zu liefern. Dinge, die in der einen Situation funktionieren, funktionieren nicht automatisch in allen anderen Situationen. Verstehen Sie diese daher bitte nur als Anregung und Impuls, um individuelle und für Sie passende Lösungen zu entwickeln.

Ebenso geht es nicht darum, Menschen mit Demenz bewusst zu täuschen oder gar zu belügen. Die folgenden exemplarisch genannten „Ausweichmanöver“ sollen vielmehr dazu beitragen, Situationen zu entschärfen und Konfrontationen zu vermeiden.

Überprüfen Sie im Einzelfall welches Vorgehen hilfreich ist, denn für eine Person kann z.B. das „Verstecken“ des Zündschlüssels Erleichterung schaffen, da sie nicht mehr an das Autofahren denkt, eine andere Person läuft vielleicht den ganzen Tag in der Wohnung verärgert herum, um den Schlüssel zu suchen.

- Versuchen Sie möglichst früh für das Thema zu sensibilisieren. Nutzen Sie dafür altersbezogene Checkups.
- Beobachten Sie das Fahrverhalten und fragen Sie nach Veränderungen: „Wie ist das Fahren heute?“, „Wie erlebst Du das Fahren bei Dunkelheit?“
- Finden Sie den richtigen Zeitpunkt für ein Gespräch in ruhiger Atmosphäre.
- Formulieren Sie klar und bestimmt Sicherheitsrisiken und mögliche Konsequenzen.
- Manchmal fällt es leichter das Auto fahren aufzugeben, wenn die „Schuld“ bei den neuen Medikamenten liegt, die ein Auto fahren ausschließen.
- Auto außer Sichtweite des Erkrankten parken.
- Auto stilllegen (Batterien oder Zündkerzen entfernen).
- Sichtbares Stilllegen des Autos über Wegfahrsperrn.
- Zündschlüssel „verstecken“.
- Auto z.B. an Enkel verleihen („...der braucht ihn dringender als wir...“).
- Manchmal ist es hilfreich und sinnvoll zu Ausweichmanövern zu greifen, z.B. dass das Auto kaputt ist und zur Reparatur muss.





KOMPETENZZENTRUM
Demenz in Schleswig-Holstein

Das Kompetenzzentrum Demenz ist ein Projekt der Alzheimer Gesellschaft Schleswig-Holstein e.V./ Selbsthilfe Demenz



Alzheimer Gesellschaft Schleswig-Holstein e.V.
Selbsthilfe Demenz, Landesverband

Gefördert wird das Kompetenzzentrum Demenz durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren des Landes Schleswig-Holstein und durch den Spitzenverband der Pflegekassen

SH



Schleswig-Holstein
Ministerium für Soziales, Jugend,
Familie, Senioren, Integration
und Gleichstellung



HERAUSGEBER

Kompetenzzentrum Demenz Schleswig-Holstein
Hans-Böckler-Ring 23 c
22851 Norderstedt
Telefon: 040 23 83 044-0
Fax: 040 23 83 044-99
info@demenz-sh.de
www.demenz-sh.de



de-de.facebook.com/KompetenzzentrumDemenz