

## Sonnenlicht wird vorgegaukelt

### „Haus im Park“ testet Wirkung von Lichtdecken auf Demenzkranke – Patienten sind am Tag wacher und ausgeglichener

*Geestemünde (ps) Wenn die Sonne scheint, bleibt man länger wach. Diese Beobachtung macht sich das „Haus im Park“, Bremerhavens Heim für Demenzkranke, zu Nutze. Mit speziellen Lichtwänden soll die biologische Uhr der Patienten beeinflusst und so ihre Lebensqualität verbessert werden. Die Technologie könnte auch zu Hause wirken.*

Prof. Dr. Wolfgang Ehrenstein, der das Pilotprojekt betreut, erklärt: „Die meisten Körperfunktionen, nicht zuletzt Schlafen und Wachen, werden von der biologischen Uhr (siehe unser Stichwort) im Zwischenhirn gesteuert und beeinflusst.“ Die biologische Uhr wiederum wird vom Licht beeinflusst und sozusagen nachgestellt. Deshalb gelte: „Um die biologische Uhr zu stärken, muss ich geeignetes Licht auf die Netzhaut bringen.“ Wir können aber die Sonne nicht nach Belieben an- und ausknipsen, auch die Wolken und die Jahreszeiten mit ihren ungleichen Tages- und Nachtlängen sind nicht in unserer Gewalt.

Lichtdecken ersetzen Sonne

Im „Haus im Park“ sollen deshalb Lichtdecken das fehlende Sonnenlicht ersetzen. In vier Aufenthaltsräumen befinden sich unter der Zimmerdecke hinter Milchglasscheiben zahlreiche unterschiedliche Leuchtstoffröhren, die computergesteuert kaltes oder warmes, helleres oder schwächeres Licht abstrahlen. So werden verschiedene Tageszeiten simuliert. Im Winter etwa sorgt das Deckenlicht dafür, dass die Senioren länger wach bleiben.

Das schwache natürliche Tageslicht und das normale Lampenlicht machen die Menschen zu dieser Jahreszeit zu früh müde. Sie gehen dann früh zu Bett, liegen aber in der Nacht oft lange wach oder geistern verwirrt über die Flure. Am Tag sind sie schläfriger, depressiver und verwirrter. Dadurch wird im Heim die Arbeit der Pflegekräfte erschwert. Bei zu Hause lebenden Demenzkranken werden die pflegenden Angehörigen unnötig stark beansprucht.

Ehrenstein geht davon aus, dass etwa jeder Dritte über 90-Jährige dement wird, und immer mehr Menschen erreichten dieses Alter.

So sorgen die Lichtdecken für bessere Nachtruhe und mehr Lebensqualität. Pflegedienstleiterin Annegret de Vries hat in den letzten Monaten die Erfahrung gemacht: „Die Leute sind am Tag wacher und viel ausgeglichener. Der Unterschied ist immens.“

Die Lichtwände in Bremerhaven sind ein Pilotprojekt. Daher fördert sie der Hersteller der Leuchtröhren. Dennoch kosten sie schon in der Anschaffung zehntausende Euro, hinzu kommt der Betrieb. Heimleiterin Jenny Sauerwald würde gern weitere Lichtdecken in Betrieb nehmen. „Aber momentan können wir uns das wegen der hohen Stromkosten nicht leisten.“ Ehrenstein kennt die Zwangslage, in der sich die Heime angesichts knapper Pflegesätze befinden, meint aber: „Viele Familien würden ihre dementen Angehörigen gern zu Hause pflegen. Doch sie sind überfordert, wenn zur geistigen Verwirrung am Tage die Störung der Nachtruhe hinzukommt.“

Könnte man eine geeignete Lichttechnologie für Privathaushalte zur Verfügung stellen, würden ihre Kosten durch die Einsparung der Heimkosten mehr als aufgewogen.“