

ICH LEBE
MIT EINER
DEMENZ

Autofahren und Demenz

Tipps für Menschen mit einer beginnenden Demenz



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Autofahren und Demenz

Für viele Menschen bedeutet Autofahren Freiheit und Unabhängigkeit. Menschen mit einer Demenz haben nach der Diagnose oft Angst, diese Unabhängigkeit zu verlieren. Das ist verständlich. Aber es ist wichtig, sich klarzumachen: Eine Demenz verschlechtert die Fahrtauglichkeit und führt im Verlauf der Erkrankung immer zum Verlust der Fahreignung. Deshalb bedeutet die Diagnose Demenz, dass Sie nicht mehr Auto fahren sollten.

Auch ohne Auto können Sie mobil bleiben!



1 | Wenn Sie Auto fahren, tragen Sie Verantwortung

Wer Auto fährt, trägt eine große Verantwortung für sich selbst, für Mitfahrende und gegenüber anderen Teilnehmenden am Straßenverkehr. Als Fahrer oder Fahrerin sind Sie verantwortlich für Ihre Fahrtauglichkeit. Sie selbst und andere Menschen dürfen nicht gefährdet werden. Eine Delle im Auto kann repariert werden – ein Mensch, der zu Schaden gekommen ist, wird vielleicht nicht mehr gesund.

WICHTIG

Bedenken Sie auch: Sollten Sie einen Unfall verursachen, kann es sein, dass Ihre Versicherung die Kosten für den Schaden von Ihnen zurückfordert und den Vertrag kündigt.

2 | Wodurch wird die Fahrtauglichkeit beeinträchtigt?

Eine Demenzerkrankung bedeutet, dass Dinge, die Ihnen bislang leichtgefallen sind, zunehmend schwieriger werden. Dazu gehört auch das Autofahren. Beeinträchtigungen durch die Demenz können im Straßenverkehr zu Überforderung und gefährlichen Situationen führen. Das gilt vor allem für folgende Bereiche:

WICHTIG

- Ihre Orientierung wird schlechter.
- Sie können sich nicht mehr so gut konzentrieren.
- Ihre Aufmerksamkeit nimmt ab.
- Es fällt Ihnen schwerer, vieles gleichzeitig wahrzunehmen und richtig einzuschätzen.
- Sie brauchen mehr Zeit, um zu reagieren.

Sie können Ihre Fahrtauglichkeit überprüfen lassen. Der TÜV Süd bietet dazu einen Fitness-Check an. Dieser besteht aus einem Reaktionstest sowie einem Gespräch mit einem Psychologen und einem Arzt. Der Test kostet rund 200 €.

Sie können Ihre Fahrfähigkeiten auch bei privaten Fahrschulen oder beim ADAC durch eine praktische Fahrstunde prüfen lassen. Damit haben Sie eine Beurteilung durch Fachleute.

Bedenken Sie aber: Diese Prüfung ist nur eine Momentaufnahme! Die Fahrtauglichkeit nimmt im Laufe Ihrer Demenzerkrankung immer mehr ab.

3 | Entscheiden Sie jetzt, auf das Autofahren zu verzichten

Wenn bei Ihnen eine Demenz festgestellt wurde, entscheiden Sie am besten möglichst bald selbst, das Fahren aufzugeben. Sonst wird es im Laufe der Erkrankung nötig werden, dass eine andere Person für Sie entscheidet.

Besprechen Sie mit Ihren Angehörigen oder guten Freunden, wie Sie Ihren Alltag auch ohne Auto organisieren können. Suchen Sie gemeinsam nach Lösungen.

„Ich hatte jedenfalls noch ’n Erlebnis an einer Kreuzung, wo ich mir gesagt habe, das ist schon recht: Gedächtnis ist die eine Seite, Reagieren im Verkehr ist die andere Seite, wo man auch nicht mehr voll Herr der Situation ist. Sodass man das also einsieht, dass einem das nicht mehr ermöglicht wird.“

Markus Ebert, 47 Jahre*

* Name geändert

ICH LEBE
MIT EINER
DEMENZ

4 | So bleiben Sie auch ohne Auto mobil

Es ist sicherlich nicht leicht, auf das Autofahren zu verzichten. Finden Sie heraus, welche Alternativen es in Ihrem Wohnort gibt.

TIPPS

- Nutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel, zum Beispiel den Bus, die Straßenbahn oder die S-Bahn. Vielleicht kann Sie jemand bei den ersten Fahrten begleiten und unterstützen, zum Beispiel beim Kauf der Fahrkarte.
- Erkundigen Sie sich, ob es in Ihrer Region einen Bürgerbus oder ein Bürgerrufauto gibt. Sie sind eine gute Alternative auf kurzen Strecken.
- Fahren Sie Fahrrad oder gehen Sie zu Fuß. Bewegung hält fit!
- Fragen Sie Angehörige, Freunde oder Nachbarn, ob jemand Sie fahren oder zum Beispiel zum Einkaufen mitnehmen kann. Das ist für niemanden eine Belastung!
- Nutzen Sie den preiswerten oder kostenlosen Lieferservice, den viele Supermärkte, Getränkemärkte und Apotheken anbieten.
- Fahren Sie mit dem Taxi, wenn es keine andere Möglichkeit gibt. Ohne Auto können Sie sich das besser leisten. Oder lassen Sie sich zum Geburtstag Taxigutscheine schenken. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse, ob eine Taxifahrt zum Arzt übernommen wird.

Bildnachweis

Titelseite: [istock.com/margotpics](https://www.istock.com/margotpics), Seite 3: [istock.com/olaser](https://www.istock.com/olaser),
Seite 7: [istock.com/ozanuysal](https://www.istock.com/ozanuysal)



ICH LEBE
MIT EINER
DEMENZ

In dieser Reihe sind erschienen:

- Diagnose Demenz – Was nun?
- Vorausschauen und planen
- Den Alltag erleichtern und aktiv bleiben
- Autofahren und Demenz
- Schwerbehindertenausweis bei Demenz



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Friedrichstraße 10
70174 Stuttgart
Telefon 07 11/24 84 96-60
info@alzheimer-bw.de
www.alzheimer-bw.de



GEFÖRDERT
DURCH DIE
GEMEINNÜTZIGE

**Hertie
Stiftung**



Mit freundlicher
Unterstützung der
Techniker Krankenkasse
Baden-Württemberg

Die Broschüre wurde überreicht von: