

Gartentherapie für Menschen mit Demenz – eine Auswahl wissenschaftlicher Studien

Für Menschen mit Demenz, die in stationärer Betreuung leben, konnten durch folgende Studien positive Wirkungen der Gartentherapie bestätigt werden. Zum Beispiel wurden von **Jarrot & Gigliotti 2010** <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21131672> die Auswirkungen von gärtnerisch Therapie-basierten Programmen im Vergleich zu anderen Tätigkeiten untersucht. Die Ergebnisse zeigen, dass gärtnerisch therapiebasierte Tätigkeiten positiven Einfluss auf das adaptive Verhalten haben. Sie konnten auch eine Zunahme an Engagement feststellen. Zu einem ähnlichen Ergebnis kamen bereits die Wissenschaftler um **Professorin Diane Relf 2002** <http://horttech.ashspublications.org/content/12/3/403.abstract>. Auch während dieser Untersuchung wurden herkömmliche Tätigkeiten wie Malen oder Basteln mit Aktivitäten im Garten verglichen. Es stellte sich heraus, dass sich die gärtnerisch tätigen Personen häufiger produktiv verhalten, das Gespräch mit anderen suchen und weniger einschlafen oder Erschöpfung zeigen.

Ebenso zeigen Studien von **Cohen-Mansfield & Werner 1998**

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9573664>, welche positiven Wirkungen von einer „grünen“ Gestaltung des Umfeldes ausgehen können. Ihre Untersuchungen belegen, dass ein sinnlich erfahrbares und naturnahes Umfeld, reduzierende Wirkung auf Verhaltensauffälligkeiten zeigt, sowie das Wohlbefinden signifikant steigert.

Eine Buchempfehlung dazu: **Demenzkranke in Wohngruppen betreuen und fördern**

https://books.google.de/books?id=L8lpDwAAQBAJ&dq=vgl.+Cohen-Mansfield+%26+Werner+1998&hl=de&source=gbs_navlinks_s

In einer anderen Studie von **Kuo et al.1998**

<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.465.1174&rep=rep1&type=pdf>

, mit Bewohnern einer Altenhilfeeinrichtung im Alter von 64 bis 91 Jahren wurde die soziale Dimension von Gärten untersucht. Diese Gärten förderten die soziale Integration der Menschen in der Gemeinschaft. Mehr soziale Kontakte können indirekt zu einer Verbesserung der Gesundheit führen. Dies geht ebenso aus dem Bericht der niederländischen Gesundheitsbehörde aus dem Jahr 2004 hervor. Es wird das Gefühl der Einsamkeit verringert und einer Depression vorgebeugt. Außerdem sinkt die Wahrscheinlichkeit kognitive Fähigkeiten zu verlieren und das Leben wird sogar verlängert. (vgl. **Health Council of the Netherlands and Dutch Advisory Council for Research on Spatial Planning, Nature and the Environment, 2004** <https://www.gezondheidsraad.nl/en/task-and-procedure/areas-of-activity/environmental-health/nature-and-health-the-influence-of-nature>

Auch in Krankenhäusern wären Pflanzen ein wichtiger Beitrag, um die Sterilität in den Räumen zu verdecken und das Wohlbefinden zu erhöhen. Zum Beispiel führten **Mooney & Milstein 1994** <http://www.hort.vt.edu/HUMAN/Abstract%20Links/mooney-milstein94.htm> eine 6-monatige Studie mit 40 älteren Menschen durch: eine Beobachtungsgruppe nahm wöchentlich an zwei Therapieeinheiten teil. Eine Kontrollgruppe erhielt im gleichen Zeitraum lediglich eine Zimmerpflanze. Es wurde das Befinden mithilfe eines standardisierten Fragebogens bei allen beteiligten Personen untersucht. Es zeigte sich, dass die positiven Effekte wie eine verbesserte räumliche und zeitliche Orientierung, erhöhte Aufmerksamkeitsspanne und verbesserte soziale Interaktionen innerhalb und außerhalb des Gartentherapie-Programms, bei der Beobachtungsgruppe signifikant zunahm. Auch das physische Befinden, die Motivation und Eigeninitiative bei Aktivitäten steigerten sich.



Ulrike Kreuer

Dipl.Ing. Gartenbau (FH)

Gartentherapeutin
nach IGGT

Engelgauer Weg 22
53947 Nettersheim

Tel.: 02486 - 802 88 61
mobil: 0163 - 290 91 23

kreuer@drittefruehling.de
www.drittefruehling.de