

«Ich muss jetzt gehen»

Einblick in die Welt der Demenz

BERICHT/ FOTO: JEANNETTE MACHOI

Ungeduldig steht Frau M. vor der Ausgangstüre. Sie geht hin und her, drückt wiederholt die Türklinke – erfolglos. Sie beginnt gegen die Türe zu hämmern und ruft: «Ich muss jetzt nach Hause gehen. Ich muss das Mittagessen für meine Kinder kochen!» Die Pflegefachfrau nimmt einfühlsam Kontakt mit Frau M. auf und lädt sie ein: «Kommen Sie Frau M., gehen wir gemeinsam einen Kaffee trinken.» Sie bietet ihren Arm an und Frau M. willigt ein.

Eine Szene, wie sie oft auf einer geschützten Abteilung für demenzerkrankte Menschen anzutreffen ist. Vielleicht denken Sie jetzt, «es ist ja schrecklich, dass man diese Menschen einfach weg sperrt.»

Was früher als «senil» oder als «Arterienverkalkung» betitelt wurde, wird heute als Demenz bezeichnet. Medizinisch betrachtet ist Demenz eine Erkrankung des Gehirns. Die Folge ist eine Beeinträchtigung der Denkprozesse. Wir wissen heute schon recht viel über die pathologischen und medizinischen Aspekte von Demenz; aber was bedeutet die Krankheit für die Betroffenen und ihr Umfeld? Demenz ist weit mehr als eine Krankheit.

Nach Schätzungen der Alzheimervereinigung sind in der Schweiz rund 119'000 Personen von einer Demenzerkrankung betroffen – Tendenz massiv steigend. Direkt oder indirekt sind die meisten von uns mit dem Thema konfrontiert. Aber seien wir mal ehrlich, wenn wir nicht direkt

betroffen sind, möchten wir auch lieber nichts damit zu tun haben. Und wenn wir direkt betroffen sind, führt die Situation vielleicht zu Hilflosigkeit und Überforderung.

«Demenz ist in unserer Gesellschaft ein Schreckgespenst», betont Marianne Oberli, Abteilungsleiterin der geschützten Abteilung für demenzerkrankte Menschen im Im Grund. «Dabei sind diese Menschen sehr liebenswürdig». Sie bedauert, dass Demenz noch immer ein Tabuthema ist.

«Vor Jahren habe ich eine Besucherin sagen gehört, es sei ja schrecklich, wie diese Menschen dahin vegetieren müssten. Das hat mich mitten ins Herz getroffen. Solche Aussagen machen wütend und traurig», erzählt Eva Touili. Sie führt die geschützte Abteilung für demenzerkrankte Menschen im Dietersrain. Oftmals fehlt es an Wissen über Demenz. Daraus folgt Hilflosigkeit und Angst gegenüber dem Thema.

Die Medien berichten über Zahlen, Fakten und Kosten von Demenzerkrankungen. Wie aber geht es den Betroffenen und den Angehörigen? Die beiden Abteilungsleiterinnen sind sich einig: Es braucht Toleranz! Sie wünschen sich, dass demenzerkrankte Menschen besser in die Gesellschaft integriert werden. Dass man ihnen mehr Verständnis und «Wohllollen» entgegen bringt.



Dieses Ziel verfolgt auch die nationale Demenzstrategie, welche eine Enttabuisierung des Themas anstrebt. Die Bevölkerung soll aufmerksam werden, wenn ein betagter Mensch am gleichen Tag zum dritten Mal sein Brot in der Bäckerei kauft. Dabei geht es nicht um Kontrolle sondern um wohlwollende Unterstützung.

Herr K. hat seinen Mantel über dem Arm, in der anderen Hand seine Aktentasche. «Ich muss jetzt gehen, ich muss an die Sitzung, die anderen warten». Er ist sehr unruhig und klopft an die geschlossene Tür.

Im Gegensatz zu Frau M. lässt sich Herr K. aber nicht zum Kaffee bewegen. «Es gibt kein Erfolgsrezept», erklärt Eva Touilli. «Die Gefühle der Betroffenen sind echt und in diesem Moment real. Sie reagieren nicht



aus dem Kopf sondern spontan aus dem Bauch.»

Sie geht auf Herrn K. zu und bietet ihm an, ihn an die Sitzung zu begleiten. Gemeinsam gehen sie den Gang entlang. Er bleibt stehen und fragt: «Wo sind denn die anderen?» Sie sagt: «Vielleicht haben wir uns im Datum geirrt? Ist die Sitzung an einem anderen Tag?» Herr K. willigt ein und meint: «Ja dann gehen wir besser zurück.» Herr K. war den ganzen Nachmittag zufrieden.

Menschen mit Demenz leben in einer eigenen Welt. Dies zu erkennen und zu verstehen ist wichtig. Es ist sinnlos, sie in unsere Realität zurückholen zu wollen, da es für sie unmöglich ist. Solche Versuche führen zu Überforderung, Rückzug oder auch Wut. Der Umgang mit

demenzkranken Menschen erfordert viel Einfühlungsvermögen und Kreativität.

Mit fortschreitender Erkrankung sind die Betroffenen oft auf einen geschützten Rahmen angewiesen. Diesen Rahmen bietet eine geschützte Abteilung, in welcher diese Menschen in ihrer Welt leben dürfen und dort «abgeholt» werden.

Eine Demenzerkrankung bringt viele Defizite mit sich. Die Betroffenen verfügen aber auch über Ressourcen. Diese sind auf der emotionalen Ebene zu finden. Die Betroffenen leben nicht mehr in unserer Realität sondern in eigenen Erinnerungen. Oft sind diese Erinnerungen mit starken Gefühlen verbunden. Es sind Momente im Leben, in welchen man tief berührt wurde. Das Wissen über die Biografie und Vorlieben ist

«TimeSlips, eine Methode, wobei das Vergessen vergessen wird.»

Marceline Ingenhoest (oben links) ist Kunsthistorikerin und Kunstvermittlerin. Sie engagiert sich freiwillig als TimeSlipsmoderatorin in den Heimen Uster und entlockt den Bewohnern der geschützten Abteilung Woche für Woche die phantasievollsten Geschichten.

Mit der Timeslipsmethode werden anhand von mehrdeutigen Bildern die Teilnehmer mit offenen Fragen zum Erfinden von kreativen Geschichten angeregt. Weniger das Gedächtnis sondern vielmehr die Fantasie wird angesprochen. Das Vergessen wird vergessen, statt dessen stehen Kreativität, die Kommunikation und die Wertschätzung im Vordergrund.

deshalb ein wesentlicher Bestandteil im professionellen Umgang mit demenzerkrankten Menschen.

Menschen über diese tief liegenden Erinnerungen zu erreichen, ist eines der Ziele in der Biografiearbeit in der Aktivierungstherapie. Sinneserfahrungen wie Musik, Bilder oder Düfte helfen den Betroffenen, an solche Erinnerungen anzuknüpfen. Musik hat die Kraft, an längst vergangene Gemütsregungen zu erinnern. «In meiner Arbeit als Aktivierungsfachfrau erlebe ich oft, dass in sich gekehrte Bewohnende plötzlich Lieder mitsingen, sich bewegen und manchmal

auch spontan zur Musik tanzen», erzählt Letizia Strimer. Musik ist in der Lage, eine positive Verbindung zur Vergangenheit herzustellen und die Gefühle von einst hier und jetzt aufblühen zu lassen.

Als die Italienerin Frau P. auf der geschützten Abteilung einzog, fühlte sie sich sehr fremd und verloren. Die Pflegefachpersonen hatten dann die Idee, ab und zu einen italienischen Sender im Fernseher auszuwählen. Frau P. vermittelte dies ein vertrautes Gefühl. Interessant war auch, wie Herr Z. darauf reagierte. Er hörte die italienische Sendung

etwas weiter hinten im Esszimmer. In seiner Welt war er plötzlich auf einem Kreuzfahrtschiff in Italien. Darauf angesprochen, erzählte er ganz klar von seinen vielen Reisen, die er in früheren Jahren unternommen hatte.»

Je intensiver die Gefühle bei einem Erlebnis sind, desto stärker ist die Erinnerung. «Wenn ich nach dem Mittagessen den Teller abräume und Frau K. frage, was sie gegessen habe, sagt sie: Es war gut. Sie kann sich nicht erinnern. Aber als ich Frau K. einen Tag nach dem Ausflug auf den Greifensee antraf, erzählte sie mir, wie schön der Ausflug war und wie köstlich dieser Streuselkuchen schmeckte», erzählt Eva Touili.

Menschen mit Demenz sind sehr feinfühlig und sensibel für das «Gegenüber». Die Beziehung spielt eine wesentliche Rolle im Umgang mit Betroffenen. Sie bietet den sicheren Rahmen für Vertrauen und Orientierung.

Ein achtsamer, verständnis- und würdevoller Umgang ist bei Menschen mit Demenz besonders wichtig. Diese Haltung ermöglicht eine Begegnung von Herz zu Herz.

Buchtipp!

«Das Herz wird nicht dement», ein wunderbares Buch von Udo Bear und Gabi Schotte-Lange. Es ist ein hilfreicher Ratgeber für Angehörige und Pflegende von demenzbetroffenen Menschen. Erschienen ist es im Beltz Verlag.



«Die Liebe bleibt - trotz Demenz»

Die Geschichte von Sofia und Rolf (Namen von der Redaktion geändert)

TEXT: GERHARD ZIMMERMANN, BILD: JEANNETTE MACHOI

Gerhard Zimmermann ist freiwilliger Mitarbeiter im Spital Uster. Er kennt Sofia (Name von der Redaktion geändert) schon viele Jahre und hat ihre Geschichte für das «Intermezzo» aufgezeichnet.

So nah und doch so fern, anwesend und doch abwesend, dies rund um die Uhr. Menschen mit Demenz leben in ihrer Welt und wir, die Ausstehenden, begeben uns in ihre Welt. Ein geliebter Mensch ist da und doch ist er nicht wirklich da; das ist auch für die Angehörigen verwirrend. Der Umgang mit dieser Krankheit ist sicher für den Partner am schwierigsten, dies musste auch Sofia feststellen. Das Zusammenleben mit Rolf wurde immer schwieriger für beide.

Sofia versorgte und begleitete Rolf so gut es ging. Wegen dieser schweren und verantwortungsvollen Aufgabe zitterte Sofia manchmal am ganzen Körper, das Herz raste, in den Ohren hämmerte der Puls. «Auch wenn er nicht da ist, er ist trotzdem da! Man fühlt ihn, spürt ihn, betrachtet ihn, küsst ihn, tupft Schweiss von seiner Stirn, redet mit ihm, hält seine Hand, gibt ihm Wärme und ‚schmüüset‘ mit ihm.»

Diese spürbare Liebe vermittelt Geborgenheit und beide können die Schönheit der Zärtlichkeit wieder neu entdecken. Ja, manchmal braucht es mehr als medizinische Hilfe; es braucht Berührungen und Zärtlichkeit, die geht spürbar über die Haut direkt zur Seele.



Sofia und Rolf haben grosses Glück, dass sie zusammen im Im Grund Unterschlupf gefunden haben: Sofia lebt im Wohnheim und Rolf auf der Demenzabteilung. So können sie Freud und Leid teilen. Es gibt doch nichts Schöneres, als das Leben des Partners zu umarmen, den Tag mit einem Gutenmorgenkuss zu beginnen und den Tag mit einem Gutenachtkuss zu beenden, Liebe geben und nehmen.

Als mir Sofia ihre Liebesgeschichte erzählte, sass Rolf am Tisch. Er sprach viel, aber ich konnte ihn nicht verstehen. Er lachte oft, war fröhlich, sympathisch und hatte eine unheimlich tolle und charmante Ausstrahlung. Trotzdem reagierte er nicht auf uns, er starrte nur gegen das Licht und lächelte zufrieden. «Er ist mein Ein und Alles, mit seiner Herzlichkeit bringt er mich zum Lachen und rührt mich zu Tränen», sagte Sofia liebevoll und ihre Augäpfel bewegten

sich schnell hin und her, obwohl ihre Augen geschlossen waren. Dann schlug sie plötzlich die Hände vors Gesicht, als wollte sie die Tränen zurückhalten, vor Glück, dass sie ihren Rolf noch bei sich hat.

Fazit einer wunderbaren, jahrelangen Liebe: Man kann vieles kaufen, aber das Glück, das kann man nicht kaufen. Kaufen kann man ein Schloss, aber nicht ein vertrautes Heim, wie das Heim Im Grund. Kaufen kann man eine teure Uhr, aber keine Zeit. Kaufen kann man auch ein seidenes Himmelbett, aber keine Ruhe. Kaufen kann man den besten Chirurgen, aber keine Gesundheit. Sogar Blut kann man kaufen, aber kein Leben. Kaufen kann man vieles, aber eben nur das Glück nicht!

Sofia und Rolf haben es trotz der schweren Krankheit gefunden: das GLÜCK.