«Einen Menschen verlieren – auch wenn er noch da ist»

TEXT: URS HÖLTSCHI, FOTOS GESPRÄCH: JEANNETTE MACHOI / URS HÖLTSCHI, ERINNERUNGSFOTOS: ZVG

Irma B. (links) und Katharina W. (rechts) im Gespräch

Die Diagnose «demenzielle Entwicklung» ist für die Betroffenen ein Schock und eine grosse Herausforderung. Und auch das nächste Umfeld wird oftmals bis an die Grenzen des Machbaren belastet, wenn der Partner oder die Partnerin an einer demenziellen Entwicklung erkrankt. Im Gespräch mit INTERMEZZO geben zwei betroffene Angehörige Einblick in ihre Erlebnisse und Erfahrungen.

Irma und Arthur B. auf einer ihrer Reisen in Mittelamerika

Gerne erzählt Irma B. davon, wie sie ihren Mann Arthur kennen gelernt hat. Und wenn man ihr so zuhört, könnte der Eindruck entstehen, als sei dies erst kürzlich geschehen. Frisch und lebendig ist ihre Sprache, wenn Irma B. von ihrem Mann schwärmt. Doch weit gefehlt: Irma B. ist nicht frisch verliebt. Vielmehr sind Irma und Arthur B. bereits seit über 58 Jahren glücklich verheiratet.

Gemeinsam sind sie durchs Leben gegangen und haben – wie Irma B. immer wieder betont – viele schöne Jahre verbracht. Doch im Sommer 2012 hat sich etwas im Leben des Paares schlagartig verändert: Wie so oft ging Arthur B. an jenem August-Nachmittag für zwei Stunden in den nahe gelegenen Wald um Holz zu hacken. Mitten während der Arbeit erlitt Arthur B. einen Herzinfarkt. Ein zufällig vorbei gehender Wanderer entdeckte den am Boden liegenden und durch den Sturz verletzten Mann. Umgehend alarmierte er Ambulanz und Polizei.

Arthur B. hatte Glück im Unglück: Schon bald konnte er das Spital verlassen und die anschliessende Rehabilitation stimmte alle Beteiligten optimistisch. Doch etwas war seit diesem Sommer 2012 nicht mehr wie zuvor. «Erst später ist mir bewusst geworden, dass mit Arthur seit dem Herzinfarkt etwas nicht mehr gestimmt hat», erklärt Irma B. im Gespräch nachdenklich.

Eine verwirrende Reise

Dass etwas nicht mehr wie gewohnt war, ist auch Katharina W. erst rückblickend bewusst geworden. Katharina W.s Ehemann ist Mitte der 1990er Jahre verstorben. Seit 2000 sind sie und Fritz R. ein Paar. Gemeinsam haben sie eine Wohnung gekauft, um dort ihren Lebensabend

Katharina W. und Fritz R. auf ihrer Nordamerikareise 2009

zu verbringen. Katharina W.s Sohn wohnt mit seiner Familie in demselben Haus. Die Enkel haben Fritz R. als ihren «Grosspapi» ins Herz geschlossen.

Der pensionierte Ingenieur Fritz R. war sich gewohnt zu organisieren und auch die administrativen Aspekte unter Kontrolle zu halten. Doch 2009 während einer Reise durch Nordamerika überliess er immer mehr Aufgaben seiner Partnerin Katharina W.: «Wenn wir an einer unbedienten Tankstelle mit Kreditkarte bezahlen mussten, hat er plötzlich mich vorgeschoben; ich sollte das erledigen.»

Fritz R. fuhr wohl den Mietwagen. «Auch die einstündige Fahrt durch Los Angeles war kein Problem für ihn. Aber ich musste mich plötzlich darum kümmern, wo denn unser Hotelzimmer ist. Das war für mich völlig ungewohnt», erinnert sich Katharina W. Sie habe sich zwar über das Verhalten ihres Partners gewundert, doch angesprochen habe sie es nicht.

Einfach etwas vergesslich?

Es kann Verunsicherung auslösen, wenn man wahrnimmt, dass bei einem nahestehenden Menschen etwas nicht mehr ist wie zuvor. Ist etwas mit meiner eigenen Wahrnehmung nicht in Ordnung? Irre ich mich einfach? Ist es eine normale Lebensentwicklung, die mir da übermässig auffällt?

Weder Irma B. noch Katharina W. dachten an eine demenzielle Entwicklung, als sie bei ihren Partnern erste Veränderungen wahrnahmen. Wie denn auch? Arthur B. war zum Zeitpunkt seines Herzinfarkts 83 Jahre alt. Fritz R. hatte 2009 anlässlich der gemeinsamen Nordamerikareise das 75. Altersjahr erreicht. Ein gewisser Abbau ist in diesem Alter völlig natürlich und man darf auch einmal etwas vergessen!

Die Frühphase einer demenziellen Entwicklung ist nicht nur für Betroffene und ihre Angehörigen kaum wahrnehmbar. Auch für Fachärztinnen und -ärzte ist eine Diagnose im frühen Stadium nur schwierig und mit gewissen Unsicherheiten zu stellen.

Ein anderer Mensch

Arthur B. und seine Frau Irma freuten sich sehr, als er nach seinem Aufenthalt in der Rehabilitationsklinik im Oktober 2012 wieder heimkehren konnte. Doch das Verhalten ihres geliebten Mannes hatte sich verändert. Als sie ihn darauf ansprach, antwortete Arthur B. spontan: «Das bin nicht ich, das ist meine Krankheit.»

«Wir hatten Auseinandersetzungen, wie ich das in all unseren gemeinsamen Jahren nie gekannt habe», erzählt Irma B. Oft hätte ihr Mann dann um Entschuldigung gebeten, bestrebt danach, die Harmonie wiederherzustellen.

Im Dezember desselben Jahres stürzte Arthur B. nach dem Duschen aus der Badewanne. Seit jenem Tag hat Irma B. ihrem Mann bei der Körperpflege geholfen, hat ihn gewaschen und beim Duschen gestützt. Dennoch blieb es nicht bei diesem einen Sturz. Anfang 2013 stürzte Arthur B. beim Einkaufen, kurze Zeit später vom Fahrrad und weitere Stürze folgten.

«Diese Stürze waren für mich sehr schlimm. Ich war schockiert und irgendwie ratlos.» Irma B. erzählt präzise und sachlich. Dennoch ist ihr anzusehen, dass die Erin-

nerungen schmerzen. Die wiederholten Stürze führten schliesslich dazu, dass sich Arthur und Irma B. eine Alterswohnung suchten, die ohne Treppen erreichbar ist.

Weihnachten? Was Weihnachten?

Auch für Katharina W. wurde immer deutlicher, dass sich ihr Partner Fritz R. verändert hat. Dennoch buchten sie im Jahr 2012 eine Reise nach Indien, welche Fritz R. trotz eines kürzlich erlittenen ischämischen Schocks ein Herzensanliegen war. «Ich war unsicher, ob wir diese Reise wirklich noch machen sollten, habe dann aber zugestimmt. Während der Reise fühlte ich mich wie auf Nadeln. Als wir wieder in Zürich gelandet sind, war ich beinahe erleichtert.» Dennoch ist Katharina W. rückblickend froh, dass sie diese gemeinsame Reise noch unternommen haben.

Immer öfter fielen ihr nach der Rückkehr kleine Details auf, wie etwa das Ausbleiben der gewohnten kleinen Aufmerksamkeit an Weihnachten 2012. Fritz R.s Verfassung verschlechterte sich zusehends, bis er Anfang 2013 unter der Dusche stürzte. Die herbei gerufene Sanität brachte Fritz R. ins Spital, wo eine Lungenentzündung diagnostiziert wurde. Der anschliessende Rehabilitationsaufenthalt in Wald förderte die Genesung, doch plötzlich fand Fritz R. sein Zimmer nicht mehr.

Nach der Rückkehr in die gemeinsame Wohnung verdichteten sich dann bei Fritz R. die Anzeichen: Die Kaffeemaschine konnte er nicht mehr bedienen, beim gemeinsamen Einkauf konnte er das Gemüse nicht wägen und auch den Briefkasten fand er nicht mehr. Die folgenden Abklärungen bestätigten Katharina W.s Verdacht: Demenzielle Entwicklung.

Lange Zeit hat Katharina W. selber Gedächtnistrainings geleitet, mit demenzieller Entwicklung ist sie also bestens vertraut. Dennoch war es für sie keine Frage, dass sie ihren Partner Fritz R. selber pflegen und zu ihm schauen kann. Doch auch bei Fritz R. häuften sich die Stürze und die Unruhe in der Nacht. Der Pflegeaufwand stieg und stieg, Katharina W. kam an die Grenzen der Belastbarkeit.

Anfang 2015 musste Fritz R. erneut wegen einer Lungenentzündung hospitalisiert werden. «Nach zwei Jahren habe ich erstmals wieder eine Nacht lang durchgeschlafen», erzählt Katharina W. nachdenklich. Die zuständige Ärztin, der Pflegedienstleiter und die Sozialarbeiterin des Spitals überzeugten Katharina W. in einem Gespräch schliesslich, dass es Zeit sei, Hilfe anzunehmen.

Schlaflose Nächte

Arthur B. lenkte nach den vielen Stürzen ein, eine Abklärung in einer Klinik vorzunehmen. Nach diversen Untersuchungen und mehreren Gesprächen folgte schliesslich die Diagnose: Fortgeschrittene demenzielle Entwicklung.

Die fortwährenden Stürze und die unruhigen Nächte wurden auch für Irma B. immer mehr zur Belastung: «Ich konnte keine Nacht mehr durch schlafen und fand auch sonst kaum mehr Ruhe», erinnert sich Irma B. Anlässlich eines Gesprächs in der Klinik wurde ihr dann bewusst, dass sie Entlastung braucht.

Ab Herbst 2013 verbrachte Arthur B. einzelne Tage in einer spezialisierten Tagesklinik. «Der Fahrdienst hat meinen Mann jeweils abgeholt und am Nachmittag wieder nach Hause gebracht. Wenn ich tagsüber alleine war und im Radio gewisse Lieder gespielt wurden, konnte ich nur noch weinen. Es war so traurig für mich, Arthur nicht hier zu haben», erzählt Irma B. mit einem leichten Glanz in den Augen.

Immer öfter stand Arthur B. mitten in der Nacht auf – auch mehrmals. Einmal wollte er spazieren gehen, ein andermal rief die Arbeit oder er hatte einfach sonst grad etwas Dringendes zu erledigen. Eines morgens beim Frühstück blickte er Irma B. an und fragte, ob sie denn auch wirklich seine Ehefrau sei?

Für Irma B. wurde die Belastung immer grösser. Ihre eigenen Ressourcen waren zunehmend erschöpft. Die Situation brachte sie an den Rand der Belastbarkeit. Erste Kurzaufenthalte in einer spezialisierten Pflegeinstitution mit Übernachtung brachten eine gewisse Entlastung. Doch im Sommer 2015 wurde klar, dass der Eintritt in eine spezialisierte Institution wohl für alle die beste Lösung ist.

Wie weiter?

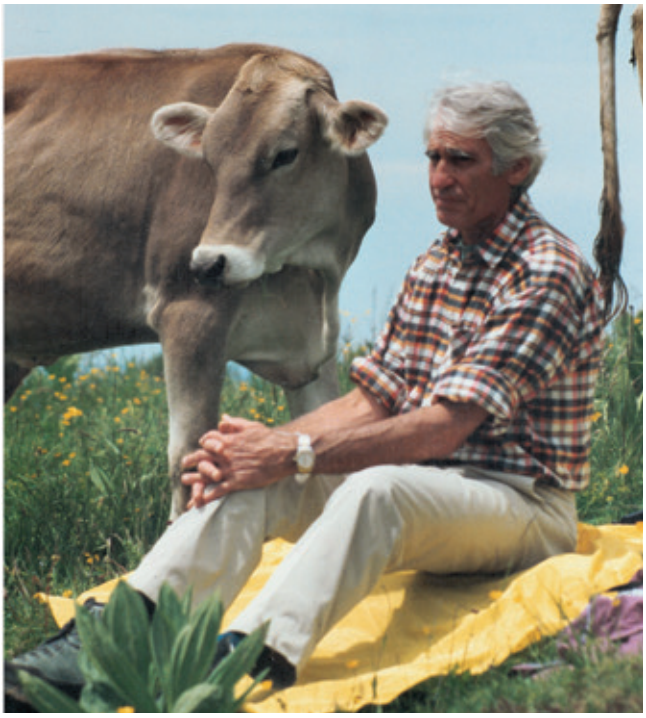
Die Entscheidung, einen geliebten Menschen zum Aufenthalt in einer Pflegeinstitution anzumelden, ist für die Angehörigen ausserordentlich belastend. Geht es denn wirklich nicht mehr zu hause? Muss das denn wirklich sein? Habe ich nicht versprochen, dass wir ewig zusammen bleiben? Oft regt sich ein schlechtes Gewissen. Und auch finanzielle Ängste können aufbrechen.

Irma B. und Katharina W. haben beide lange zugewartet, bis sie sich zu einem Entscheid durchringen konnten. Viele Fragen sind dabei abzuwägen: Welche Bedürfnisse hat die betroffene Person in ihrer demenziellen Entwicklung? Wie und wo können diese möglichst optimal erfüllt werden? Und ein weiterer wichtiger Aspekt wird auch heute noch oftmals unterschätzt: Ist die (Über-)Belastung dem pflegenden Umfeld überhaupt noch zuzumuten?

Der Sozialdienst des Spitals erläuterte Katharina W., dass im Pflegezentrum Im Grund auf der geschützten Abteilung zufällig ein Bett frei sei. Fritz R. könne, nachdem er von seiner Lungenentzündung genesen sei, auch erst einmal einen Monat zur Probe im Im Grund wohnen. Zögernd willigte Katharina W. ein und Fritz R. bezog am 2. Februar 2015 sein Zimmer.

Weitere Informationen zum Thema Demenz finden Sie auf der Site: **www.alz-zuerich.ch**

Für Angehörige von Bewohnerinnen und Bewohner der geschützten Abteilungen findet regelmässig ein Erfahrungsaustausch statt. Marianne Oberli, Abteilungsleiterin im Pflegezentrum Im Grund gibt Ihnen gerne weitere Auskünfte.
marianne.oberli@heime-uster.ch
Telefon: 044 905 11 06



Arthur B. hatte stets einen starken Bezug zur Natur und zu seiner bündnerischen Heimat

«Es war kein einfacher Schritt», gibt Katharina W. zu bedenken. «Auf dem Heimweg hatte ich oft geweint.» Doch das hat sich seither geändert: «Wenn ich heute das Im Grund nach meinen Besuchen bei Fritz verlasse, bin ich meist in einer zufriedeneren Stimmung, als ich gekommen bin.» Sie erlebt, dass ihr Partner ein Umfeld gefunden hat, wo er einfach so sein kann, wie er jetzt ist.

Auch bei Irma B. haben Gespräche mit den Kindern und mit Fachleuten schliesslich dazu geführt, dass sie sich an die Beratungs- und Aufnahmestelle der Heime Uster wandte. Einige Wochen später wurde dann auch für Arthur B. ein Bett frei.

«Natürlich vermisse ich Arthur zu Hause! Aber ich besuche ihn eigentlich täglich hier.» Auch Irma B. ist froh, dass ihr Mann im Im Grund ein neues Zuhause gefunden hat, wo es ihm wohl ergeht. «Und dann ist da ja auch die junge Frau von der Aktivierung, die manchmal Rätoromanisch mit Arthur spricht. Als Bündner liebt er das!» Wenn man Irma B. wenig später zu Besuch bei ihrem Mann Arthur beobachtet, strahlt sie ihn verliebt an wie vor 58 Jahren.