

Eingesandt 13. März 2018

Leben mit Demenz

Rolf Hauser leidet an Alzheimer im Anfangsstadium. Der 75-jährige lebt zu Hause mit seiner um 5 Jahre jüngeren Ehefrau Margrit. Körperlich ist er noch rüstig, aber er vergisst immer häufiger, was er gerade getan hat. Personen aus dem Bekanntenkreis oder der Nachbarschaft erkennt er häufig nicht mehr und er kann sich kaum noch auf Gespräche konzentrieren. Es fällt ihm schwer, neue Informationen zu behalten, dagegen kann er sich gut an länger zurückliegende Ereignisse erinnern.*

Rolf und Margrit Hauser sind seit mehr als 40 Jahren verheiratet. Früher waren sie ein eingespieltes Team mit klarer Rollenteilung. Die Diagnose Alzheimer veränderte jedoch zusehends ihren Alltag und auch ihre Beziehung. Margrit Hauser findet sich immer häufiger in der Rolle der Betreuenden. Sie erinnert ihren Mann beispielsweise daran, sich zu rasieren und seine Medikamente einzunehmen. Sie begleitet ihn auf seinen Spaziergängen, denn er reagiert auf Verkehrslärm und fremde Menschen verunsichert und würde sich ohne seine Frau verlaufen. Immer seltener werden Freunde zum Essen eingeladen. Rolf kann den Gesprächen bei Tisch nicht mehr folgen und er verliert zunehmend seine ehemals tadellosen Tischmanieren. Margrit ist es peinlich, wenn Rolf seine Suppe verschüttet und beim Essen laut schmatzt und sie möchte ihren Freunden solche Situationen ersparen. Trotzdem leidet sie oft unter der fehlenden Geselligkeit und dem Austausch mit anderen.

Margrit achtet jedoch auch darauf, mit Rolf im Alltag möglichst viel Schönes und Verbindendes zu erleben. Sie hören zusammen Musik, zu der sie früher getanzt haben oder schauen Fotos ihrer gemeinsamen Reisen an. Rolf war früher ein begeisterter Hobbykoch und Margrit weiss diese Fähigkeiten zu nutzen, indem sie Rolf bei der Zubereitung der Mahlzeiten einbezieht und ihm so das Gefühl gibt, gebraucht zu werden.

Die intensive Betreuung von Rolf fordert aber von Margrit viel Kraft. Da Rolf nachts oft unruhig ist, leidet auch der Schlaf seiner Ehefrau darunter. Margrit fühlt sich zunehmend überfordert und wünscht sich, mehr Zeit für sich zu haben. Sie erhält einmal pro Woche Unterstützung von einer Freundin, die sich jeweils für ein paar Stunden um ihren Mann kümmert. So ist es Margrit möglich, Besorgungen zu erledigen oder einen Termin beim Coiffeur wahrzunehmen.

Margrit möchte Rolf so lange als möglich zu Hause in seiner vertrauten Umgebung betreuen. Es ist ihr aber klar, dass sie auf Dauer mehr Unterstützung bei der Bewältigung ihres Alltags benötigen wird.

**Name und Geschichte entsprechen keiner wahren Begebenheit*

Nach aktuellen Zahlen leben in der Schweiz etwa 120'000 Menschen mit einer demenziellen Erkrankung, davon leben etwa 60% zu Hause. Mehr als die Hälfte der Erkrankten lebt also mitten unter uns. Häufig begegnen wir ihnen ohne zu wissen, dass sie eine demenzielle Erkrankung haben.

Die Demenz-Symptome lassen sich nicht immer steuern und dies kann zu Missverständnissen führen. Nicht selten wird unangemessenes Verhalten vom Demenzerkrankten selber nicht als solches erkannt und verstanden. Fehlendes Wissen über das Krankheitsbild und die damit verbundenen Symptome können verunsichern. Menschen mit Demenz ziehen sich dann oft zurück – einerseits, weil sie Bedenken und Unsicherheiten haben an der Gesellschaft teilzunehmen, andererseits wegen des fehlenden Verständnisses in ihrem Umfeld. Sich in der Öffentlichkeit frei zu bewegen, fällt sowohl den Betroffenen als auch den pflegenden Angehörigen mit der Zeit immer schwerer. Sie ziehen sich dann vermehrt zurück und sind nicht mehr in der Gesellschaft integriert.

Menschen mit Demenz haben die gleichen Bedürfnisse wie Menschen ohne Demenz. Sie möchten selbständig, aktiv, akzeptiert und integriert sein. Ein von Demenz betroffener Mensch soll nicht nur auf seine Krankheit reduziert und isoliert werden. Er soll vielmehr auch an seinem Wohnort Verständnis und Toleranz erfahren. Grundvoraussetzung ist eine solidarische, verständnis- und respektvolle Haltung im Umgang mit den Betroffenen und deren Angehörigen. Eine solche Haltung verlangt von unserer Gesellschaft Offenheit gegenüber demenzkranken Mitmenschen, damit sie und ihre Angehörigen nicht länger mit Scham und Unsicherheit zu kämpfen haben. Für betroffene Familien gibt es inzwischen zahlreiche Entlastungsmöglichkeiten, wie Angebote der Spitex, Tagesbetreuungsstätten, Betreuungsangebote durch private Anbieter, Fahrdienste, Entlastungsferien usw.

Die Herausforderungen an unsere Gesellschaft im Zusammenhang mit Demenz sind dennoch gross.

Eine demenzfreundliche Gesellschaft ist eine Gesellschaft, die sich solidarisch und offen zeigt, die Bedingungen schafft, die ältere und demenzkranke Menschen im Alltag integriert. Mehr Wissen und Verständnis für die Situation der Betroffenen und ihrer Angehörigen hilft unter anderem Tabus abzubauen, schafft Solidarität und ermöglicht eine bessere Integration von Menschen mit Demenz in ihrem gewohnten Umfeld.

Angelehnt an die Umsetzung der nationalen Demenzstrategie hat die Stadt Wädenswil bereits im letzten Jahr das Projekt „Demenzfreundliche Gesellschaft“, eine Sensibilisierungs- und Informationskampagne, ins Leben gerufen.

Kerninhalte des Projekts sind Informationsveranstaltungen und kostenlose Schulungen für pflegende und betreuende Angehörige und Mitarbeiter der öffentlichen Dienste und aus der Privatwirtschaft sowie Aktionswochen mit Detailhändlern oder Gedächtnistraining für alle. Das gesamte Angebot zielt auf das bessere Verständnis von Demenzerkrankung in unserer Gesellschaft.

Das Programm für das Jahr 2018 beinhaltet als Schwerpunkt zum Thema Demenz kulturelle Veranstaltungen, wie eine Buchlesung der Lesegesellschaft Wädenswil, eine Filmvorführung während des Sommerkinos im Rosenmattpark oder spontanes Musizieren miteinander am Seeplatz (DrumCircle). Die Veranstaltungen werden laufend in den Medien und auf den Webseiten der Stadt Wädenswil und der Alzheimervereinigung Kanton Zürich publiziert.

Getragen wird das Projekt von der Stadt Wädenswil, der Alzheimervereinigung Kanton Zürich, der Pro Senectute, der Präventionsabteilung der Kantonspolizei Zürich, vom Spitex Verein Wädenswil, vom Alterszentrum Frohmatt und der privaten Seniorenbetreuung Home Instead.

Für Fragen steht gerne zur Verfügung:

Sandra Schäppi
Stadt Wädenswil, Infostelle Betreuung und Pflege
044 789 74 90