

Langsamer Abschied

Wenn Angehörige Demenzkranke pflegen

In Deutschland leben nach Angaben von Experten mehr als eine Million Demenzkranke. Bis zu dem Jahr 2050 werden es vier Millionen sein. Viele sind rund um die Uhr auf Pflege angewiesen. Zwei Drittel von ihnen leiden an Alzheimer, der häufigsten Form von Demenz. Die Angehörigen sind bei der Pflege Demenzkranker oft enorm belastet.

Die Krankheit kam schleichend. Im Alter wird schließlich jeder etwas tüddelig, deutete Inga Tönnies die ersten Anzeichen. Doch als sich ihre heute 86-jährige Mutter in ein willen- und antriebsloses Wesen verwandelte, war die Diagnose "Demenz" klar.

Dauereinsatz in der Pflege

Seit nunmehr sechs Jahren pflegt Inga Tönnies ihre Mutter in Bremen. Oft hat sie das Gefühl, dass sie einen Abschied zu Lebzeiten bewältigen muss, der sie schwer belastet. Bundesweit werden 80 Prozent der Kranken in der Familie versorgt - selbst dann noch, wenn sie ihre Angehörigen nicht mehr erkennen, geschweige denn, ihren Namen nennen können. Vor allem die Wesensänderungen gingen an die Substanz, berichtet Tönnies. "Sie vermitteln mir das Gefühl, dem langsamen Sterben meiner Mutter zuzusehen. Das, was sie einmal ausmachte, löst sich auf."

Früher war ihre Mutter eine starke Frau: aktiv, kontaktfreudig, einfühlsam. Heute achtet sie weder auf sich noch auf die Dinge um sie herum. "Ohne Aufforderung würde sie den ganzen Tag im Bett liegen oder auf ihrem Stuhl sitzen. Und essen würde sie zwischendurch mal ein paar Löffel Marmelade, Kekse oder was gerade zu finden wäre", sagt die Sozialwissenschaftlerin Tönnies.

Gespräche mit Betroffenen

Um Trost zu finden, hat die 53-Jährige nach Büchern gesucht, in denen es um die Leidensgeschichte der pflegenden Angehörigen geht. Doch sie fand außer Fachliteratur aus pflegerischer und medizinischer Perspektive nichts. Deshalb führte sie selbst Interviews und stellte sie zu dem Buch "Abschied zu Lebzeiten" zusammen. "Die offenen Gespräche haben mich entlastet", sagt sie heute.

Suche nach Hilfsangeboten

Für den Demenzforscher Elmar Gräbel von der Universität Erlangen-Nürnberg ist das nicht überraschend. Obwohl 40 Prozent der Pflegenden unter körperlichen und seelischen Beschwerden litten, verzichteten die allermeisten oft aus falscher Scham auf Unterstützung. Auch Unkenntnis von Hilfsangeboten - etwa Tages- und Nachtpflege oder eine stundenweise Betreuung in einem so genannten "Demenzcafé" - spiele eine Rolle.

In allen Interviews wurde deutlich, dass es bei der Demenz immer mindestens zwei gibt, die Hilfe brauchen: den Kranken und den Menschen, der ihn pflegt. Die körperlichen und seelischen Belastungen sind enorm und führen die Pflegenden an ihre Grenzen, nicht selten auch darüber hinaus. Und trotzdem wünscht sich nur ein kleiner Teil Entlastung, hat Tönnies festgestellt.

Viele Pflegende müssten erst lernen, den Kranken auch mal loszulassen. Tönnies selbst hat in einer Psychotherapie das Loslassen gelernt. Jetzt erkennt sie ihre Belastungsgrenzen. Und trotzdem gibt es noch immer so etwas wie einen inneren Zwang, der ihr Leben bestimmt: Es geht ihr nur gut, wenn sie weiß, dass es auch

ihrer Mutter gut geht. Doch sie und ihre jüngere Schwester werden durch einen Pflegedienst und engagierte Freundinnen unterstützt. In einer Selbsthilfegruppe findet sie Halt.

"Dampf ablassen" in der Gruppe

Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft weiß um die stützende Kraft dieser Gruppen und hat dazu eine Broschüre herausgegeben. Ihre Vorsitzende Heike von Lützu-Hohlbein betont, die Angehörigen bekämen das Gefühl, nicht mehr allein mit den Problemen zu sein und könnten "Dampf ablassen". Praktische Tipps zum Umgang mit den Demenzen und den Behörden erleichterten den Alltag.

Trotz der Krankheit gibt es zwischen Inga Tönnies und ihrer Mutter beglückende Momente, wenn sie beispielsweise gemeinsam in der Küche sitzen und Gemüse putzen oder Kartoffeln schälen. Doch mittlerweile hat die Tochter die innere Stärke gewonnen, um sich offen zu meist tabuisierten Gefühlen wie Wut, Trauer, Schuldgefühlen und Ekel zu bekennen. Zur Überlastung müsse es nicht kommen, wenn Angehörige die Möglichkeit hätten, "die Betreuung der Kranken stunden- oder tageweise an liebevolle Menschen abzugeben".

Dieter Sell, epd

Mit Material von epd

Dieser Artikel ist entnommen : heute.de/ZDFheute v. 21.09.07

Literaturempfehlung:

Abschied zu Lebzeiten - Wie Angehörige mit Demenzkranken leben
von Inga Tönnies
Broschiert - 240 Seiten
Psychiatrie-Verlag (2006)
13,90 Euro

Gruppen für Angehörige von Demenzkranken
Praxisreihe der Deutschen Alzheimer Gesellschaft Band 7
3 Euro