

Über die Herausforderung und das Geschenk, einen Demenzkranken zu begleiten – eine ganz persönliche, wahre Liebesgeschichte

Mein lieber, alter Freund

von Stefanie Breme-Breilmann

Wir sitzen auf der Bank vor dem Altersheim und schauen auf die alte Frau, die mühsam den Rollator vor sich herschiebt. „Die ist ja ziemlich alt geworden und paddelt ganz schön vor sich hin“, kommentiert mein Freund Anton und grinst mich wissend an. Anton ist 90 Jahre alt und leidet unter durchblutungsbedingter Demenz. Es sind nun schon fast anderthalb Jahre her, seit meine Freundin mich bat, ihn zu besuchen, da er, trotz guter Pflege, sehr unter Einsamkeit litt. Inzwischen bin ich fast jeden Tag ein paar Stunden bei ihm und kann sagen, dass ich noch nie so viel über das Leben lernen durfte wie in dieser Zeit.

Das erste Geschenk ist die Geduld

Anton steht vor der Tür, hält sich halb am Rollator fest, halb an der Tür. Der Schlüssel in seiner Hand trifft das Schloss nicht. Immer und immer wieder kreist er, verdreht die Zacken. Ich muss mich zusammenreißen, um nicht einzugreifen. Anton hat kein Problem mit der Zeit, aber ich mit meiner Ungeduld. „Dreimal tief durchatmen und beobachten“ habe ich mir angewöhnt und seltsamerweise geht es auf einmal: Anton steckt den Schlüssel rein und dreht um. Immer und immer wieder konfrontiert mich der „Nicht Perfekte“ mit meinem Perfektionismus. Sei es beim Mittagessen, wenn der Löffel falsch herum in den Teller sticht oder minutenlang auf der Tischdecke außerhalb des Tellers das nicht vorhandene Yoghurt sucht. Manchmal erkläre ich ihm zehnmals hintereinander, wo seine Kinder sind oder welcher Tag ist. Es ist fast wie in dem Film „Und täglich grüßt das Murmeltier“, alles wiederholt sich und doch kann ich jedes Mal anders reagieren. Wenn ich ungeduldig werde, habe ich verloren. Wenn ich akzeptiere, dann kehrt Ruhe ein, für uns beide.

Der Verstand ist nicht alles: Das Geschenk der Empathie

Der lateinische Begriff „Demenz“ bedeutet so viel wie „weg vom Geist“ oder „weg vom Verstand“. Und das hat auch sehr viel mit Sprache zu tun. Anton war einmal ein sehr erfolgreicher und anerkannter Arzt, kultiviert, gut erzogen und äußerst eloquent. Mein guter, alter Freund leidet immer wieder darunter, dass er seine Gedanken nicht in Worte fassen kann. Er rettet sich mit alten Redewendungen, kommentiert wie der Facharzt und macht Witze über die anderen, die ihn nicht verstehen. Zwischendurch kommen so wunderbare Momente, in denen er beschreibt, was in seinem Kopf passiert: „Da war irgendetwas – ich weiß nicht, was. Es hat sich dann verändert ...“ Anton macht eine Pause und grinst über seine Erkenntnis: „Es hat sich verändert, weil ich es vergessen habe!“ Dann spazieren wir weiter nebeneinander her. Um uns das Normale, während wir in einer eigenen Sprache Dinge anders benennen und uns verschwörerisch angrinsen. Ich habe mir angewöhnt, hinter seinen Worten die Botschaft zu lesen. Wenn er von Diebstahl oder nächtlichen Besuchen spricht, brauche ich jetzt nicht mehr – wie am



Anfang – zu widersprechen oder zu korrigieren. Ich bin einfach still und höre zu, höre die Angst hinter seinen Geschichten. Die Angst, dass mit dem Verlust seiner mentalen Fähigkeiten auch die Kontrolle über sein Leben, sein Geld und seine Sachen einhergeht. Und immer wieder passiert es, dass er von alleine aus seinem Gedankenkarussell aussteigt, wenn ich still bin und plötzlich sagt: „Oder vielleicht ist das nur in meinem Kopf ...“. Dann lächeln wir uns an und trinken Tee.

Jeder Tag ist neu: Das Geschenk der Akzeptanz

Es gibt viele Arten der Demenz und auch äußerst verschiedene Verläufe. Neben der bekannten Variante Alzheimer gibt es viele andere sogenannte primäre (direkt im Gehirn verursachte) oder sekundäre Formen. Z. B. auch die durchblutungsbedingte, die vaskuläre Demenz, die in einer Art Wellenbewegung oder Schüben wie viele kleine Schlaganfälle auftreten kann. Die hat Anton. Immer, wenn es ihm schlechter geht, beginnt das Rätselraten: ein neuer Schub oder Hitze, falsche Medikamente oder doch ein Virus? Oft sind es mehrere Ursachen. Oft ist es die Einsamkeit in der neuen Welt, die Angst vor Verlust der Familie oder die Angst vorm Sterben. Wenn ich vor der Tür meines alten Freundes stehe, weiß ich nie, was mich erwartet. Jeder Tag ist anders. An einem Tag können wir eine viertel Stunde spazieren gehen. Dann wieder ist alles düster und dunkel um ihn herum und wir reden übers Sterben. Ich muss aufpassen, nicht runtergezogen zu werden, positiv bleiben, auch wenn ich oft weinen könnte. Anton zeigt mir im Turbodurchlauf, wie das Leben in seiner ganz großen Bandbreite ist: Ich tanze mit ihm einen „angedeuteten Walzer“ oder streichle seine Wangen, wenn er wie ein Kind beim Mittagsschlaf Angst hat, nicht mehr aufzuwachen. Ich bin Mutter, Geliebte, Tochter und Freundin. Und immer wieder bin ich gezwungen, das zu akzeptieren, was gerade ist, weil ich nichts verändern kann.

Die andere Welt: Das Geschenk der Fantasie und Kindlichkeit

Dunkle Flecken sind Vögel, Blätter im Wind kleine Hunde, die Anton mit einem „Schnalzen“ zu sich ruft. Ich singe Kinderlieder und tauche in alte Tage ab. Wenn Anton erzählt, dass da jemand mit uns im Zimmer steht, dann lasse ich ihn. Woher soll ich wissen, was stimmt? Weiß ich, was Realität ist, wenn ich träume? Es gibt so viel Freude über einfache Dinge und ich darf lernen, dass jeder Moment mit meinem alten Freund ein Geschenk ist. Ohne Geschichte bleibt das JETZT. Und doch ich bin ganz ehrlich: Wenn Anton mich in nicht allzu ferner Zeit nicht mehr erkennen wird, wird es mir das Herz zerreißen. Aber auch das ist Leben.

Lesetipp:

Birgit Frohn & Swen Staack, Demenz – Leben mit dem Vergessen, Mankau Verlag 2012, 238 S., 14,95 Euro



UKSH

UNIVERSITÄTSKLINIKUM
Schleswig-Holstein



Gesundheitsforum

Wissen schafft Gesundheit

Programm

September 2014

Mittwoch, 3.9.

18-20 Uhr

Sexuelle Funktionsstörungen bei Männern und Frauen

UKSH, Institut f. Sexualmedizin, Forens. Psychiatrie & Psychotherapie, PD Dr. Dipl.-Psych. Ponseti

Mittwoch, 10.9.

18-20 Uhr

Kinderwunsch Was tun wenn der Storch streikt?

UKSH, Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe, PD Dr. von Otte

Donnerstag, 18.9.

18-20 Uhr

Husten Vielfältige Ursachen

UKSH, Klinik für Innere Medizin I, Prof. Dr. Bewig

Dienstag, 30.9.

18-20 Uhr

Jede Regel eine Qual Endometriose?

UKSH, Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe, PD Dr. Alkatout

Weitere Termine finden Sie unter: www.uksh.de

Teilnahme: Die Teilnahme ist kostenfrei, Spenden sind willkommen. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl bitten wir um Ihre rechtzeitige Anmeldung unter

**Tel. 0431 597-5212, oder
gesundheitsforum-kiel@uksh.de**

Veranstaltungsort: Das UKSH Gesundheitsforum finden Sie im CITTI-PARK Mühlendamm 1, 24113 Kiel im EG links (hinter CB Modemarkt, gegenüber dem Blutspendezentrum).