

Ein langer, schwerer Abschied

Von Dagmar Thiel

Was Angehörige von Alzheimer-Patienten für die Pflege wissen sollten und wo sie Hilfe finden.

Als Thea Kuhn eines Morgens in die Küche kam, begrüßte ihr Mann Walter sie erfreut: „Schön, dass Sie da sind. Meine Frau hat mich heute verlassen.“ Dass eben diese vor ihm stand und ihn seit langem pflegte, hatte er nach über 50 Ehejahren vergessen: Diagnose Alzheimer.

Zwei Drittel der Alzheimer-Patienten werden in der Familie betreut. Pflegende Angehörige sind überwiegend weiblich: Ehefrauen, Töchter und Schwiegertöchter. Sie werden hierbei extrem beansprucht, suchen sich aber viel zu selten professionelle oder private Unterstützung. „Ohne Hilfe geht es aber nicht“, sagt Helga Schneider-Schelte. Im Durchschnitt dauere die Pflegezeit eines Alzheimer-Patienten acht bis neun Jahre. Die Gefahr sei sehr groß, dass pflegende Angehörige wegen der starken seelischen und körperlichen Belastung selbst schwer erkranken. „Die häusliche Pflege wird auch als 36-Stunden-Tag bezeichnet“, sagt Schneider-Schelte.

Netzwerk in der Familie

Viele Angehörige tun sich schwer, offen mit Alzheimer umzugehen. Oft verzichten Pflegende aus Scham auf Hilfe. Dabei ist diese nach Erfahrung von Fachleuten unverzichtbar. „Keinem hilft es weiter, wenn sich Angehörige für die Pflege völlig aufreihen und jegliche persönlichen Bedürfnisse zurückstellen. Spätestens dann ist eine gesunde Portion Egoismus gefragt“, sagt Monika Wohlerl von der Deutschen Seniorenliga. „Hilfreich ist es, bereits zu Beginn der Erkrankung ein Netzwerk aus Familienmitgliedern und Freunden aufzubauen“, rät Wohlerl: Der Enkel, der oft den Kranken zu einem Spaziergang abholt, die Freundin, die einmal in der Woche für die Familie kocht, oder der Nachbar, der ab und zu die Einkäufe erledigt. Wohlerl rät: „Erstellen Sie am besten gemeinsam mit allen Beteiligten einen Pflege- und Betreuungsplan, der jedem Helfer Freiräume ermöglicht.“

In vielen Wohlfahrts-Organisationen bieten ehrenamtliche Mitarbeiter Hilfeleistungen und Besuchsdienste an. Ansprechpartner finden Betroffene auch in Selbsthilfe- und Angehörigengruppen von Alzheimer-Organisationen. „Sich Hilfe zu holen, ist oft auch ein finanzielles Problem“, sagt Helga Schneider-Schelte. Denn bislang zahlt die Pflegeversicherung nicht, wenn ein Erkrankter täglich weniger als 45 Minuten Hilfe bei der Grundpflege, also zum Beispiel beim Waschen oder Essen, benötigt. „Zwar ist ein Alzheimerpatient zu Beginn der Erkrankung meist in der Lage, die Grundpflege selbst zu leisten. Trotzdem müssen Angehörige rund um die Uhr nach ihm schauen und zum Beispiel aufpassen, dass er nicht einfach orientierungslos aus dem Haus läuft“, sagt Schneider-Schelte.

Hier setzt die Reform der Pflegeversicherung an. Ab 1. Juli 2008 erhalten auch Demenzzranke, denen noch keine Pflegestufe zuerkannt wurde, Leistungen von bis zu 200 Euro monatlich. Voraussetzung ist, dass ein Gutachter ihnen einen erhöhten Betreuungsbedarf bescheinigt hat. Für die Angehörigen bedeutet die Alzheimer-Erkrankung eines Familienmitgliedes eine Herausforderung. Pflegende brauchen viel Geduld, weil Demenzzranke in ihrer eigenen Welt leben.

Patentlösungen gibt es nicht, grundsätzlich sollte man weniger auf die Defizite des Kranken eingehen und Äußerungen vermeiden wie „Das kannst du nicht mehr“, rät Helga Schneider-Schelte: „Gucken Sie stärker auf die noch vorhandenen Fähigkeiten des Kranken und bestärken Sie ihn hier.“ Thea Kuhn reagierte auf die Aussage ihres Mannes, seine Frau habe ihn verlassen, souverän: „Na, dann mache ich Ihnen heute mal das Frühstück“, entgegnete sie ihm. „Es hätte nichts gebracht, ihm zu erklären, dass ich doch seine Frau bin. Da wäre er nur aggressiv geworden“, sagt die Seniorin.

Aggressiv aus Frustration

Orientierungslosigkeit kann zu Ängstlichkeit und zum ständigen Wiederholen von Fragen führen. Aggressivität kann aus Frustration oder Überforderung entstehen, Depression aus einem Mangel an Aktivität und Ermunterung. „Grundsätzlich hilfreich ist es, ruhig zu bleiben und auf den Gefühlszustand des Kranken einzugehen“, sagt Schneider-Schelte. Dass dies oftmals schwer falle, sei verständlich. Angehörige müssen verarbeiten, einen geliebten Menschen allmählich zu verlieren und ihm bei seinem Entschwinden zuzusehen.

Auch die Entscheidung für ein Pflegeheim kann für beide Seiten eine sinnvolle Lösung sein. „Jeder Pflegende hat das Recht zu sagen: ‚Ich kann nicht mehr.‘“, sagt Helga Schneider-Schelte. Zudem bedeute die Entscheidung für ein Pflegeheim nicht, den Angehörigen alleine zu lassen: „Man kann die Pflege abgeben, den Kranken aber auch im Heim weiter intensiv begleiten und für ihn da sein.“ (ddp)
