

„Ich könnte einen neuen Kopf brauchen“

Erkranken Eltern oder Lebenspartner an Demenz, haben ihre pflegenden Angehörigen eine große Herausforderung vor sich. Kurse für Angehörige helfen da enorm.

SABINE TSCHALYJ

Brigitta Koruna ist eine der rund 10.000 Angehörigen von 3000 Demenzpatienten im Bundesland Salzburg. Ihr Alltag mit ihrer 85-jährigen Mutter zeigt, was auf den Angehörigen lastet. „Am schwierigsten ist das Einkaufengehen“, sagt die Salzburgerin. Die Mutter ist ihr halbes Leben lang immer in die gleichen zwei Geschäfte gegangen. Das tut sie bis heute. „Nur merkt sie sich nicht mehr, was sie im ersten Geschäft gekauft hat, und

kauft es im zweiten gleich noch einmal“, erzählt Koruna. Ist der 85-jährige Ehemann dabei und versucht ihr den Irrtum zu erklären, wird die alte Dame ärgerlich und laut. „Früher war sie eine ruhige Frau, jetzt ist sie ganz anders“, sagt die Tochter.

Unlängst hat die Mutter im Supermarkt zu schreien angefangen. Da waren schon zwei Mal fünf Kilo Kartoffeln zu Hause, das sah sie aber anders und wollte gleich wieder welche kaufen. Brigitta Koruna blieb ruhig und sagte den vom Lärm irritierten anderen Kunden: „Entschuldigung, aber meine Mutter hat Alzheimer.“

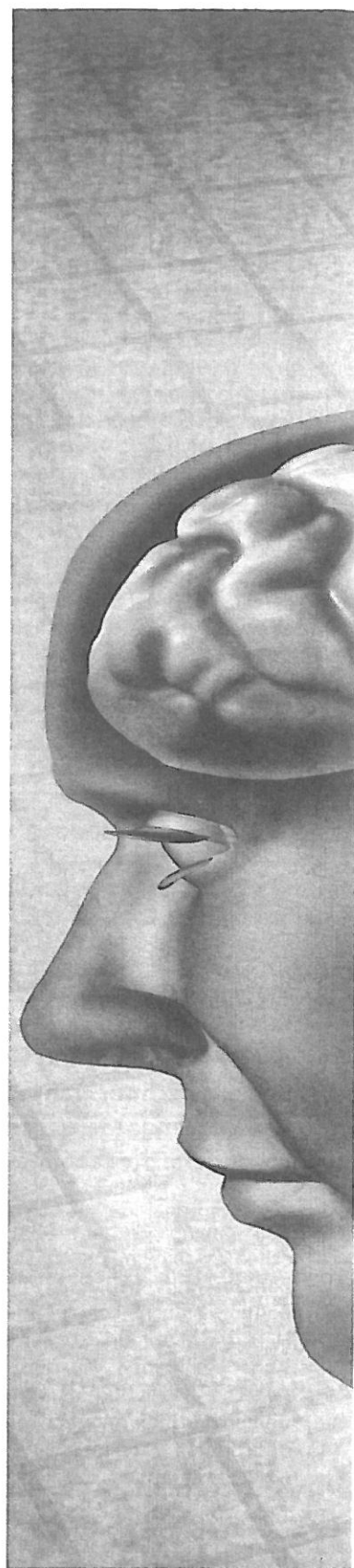
Das so offen zu sagen und leichter mit der Krankheit ihrer Mutter umzugehen, hat die Salzburgerin im Frühjahr in einem Kurs gelernt. Der richtete sich an Angehörige von Demenzpatienten und schulte diese im Umgang mit ihren Müttern, Vätern, Lebenspartnern oder Geschwistern. „Ich brauchte Hilfe“, erinnert sich Koruna an die Zeit vor dem Kurs. Man versuche eh alles, aber allein komme man nicht weit. Erst im Kurs habe sie gesehen: „Anderen geht es ge-

nauso wie mir.“ Das zu erkennen habe ihr eine große Last von den Schultern genommen.

„Mir fällt es jetzt leichter, mit meiner Mutter umzugehen“, sagt Koruna. In dem Kurs hat man Sorgen, aber auch praktische Tipps und Tricks ausgetauscht. Im Supermarkt schnappt sich Koruna jetzt unbemerkt alles doppelt Gekaufte und legt es schnell in ein Regal zurück. „Ich sage meiner Mutter einfach nichts darüber“, sagt sie und fügt hinzu: „An der Kasse hat sie es eh vergessen.“ Damit die Mutter, wenn sie allein spazieren gehen will, nicht verloren geht, ließ sich Koruna etwas Unkonventionelles einfallen. „Wir tracken die Mama jetzt“, sagt Koruna über das GPS-Band, das früher ihrem Kater gehört hat. Die Tochter hat das Ziffernblatt einer alten Armbanduhr draufgeklebt. Jetzt trägt es die alte Dame beim Ausgehen am Handgelenk, und zwar als „neue Uhr“.

Eine weitere Sorge hat sich ebenfalls in Luft aufgelöst: Die Mutter hatte plötzlich begonnen, spätabends zu kochen. Die in Nußdorf lebende Tochter sorgte sich, dass die Mutter in Salzburg vergesse, den Herd auszuschalten. Als sie erfuhr, dass man das Problem technisch lösen kann, schritt sie sofort zur Tat. Jetzt schaltet sich der E-Herd um 20 Uhr automatisch aus. Und keiner muss sich sorgen oder ärgern.

Die Aggressionen und Vorwürfe, die die demente Dame



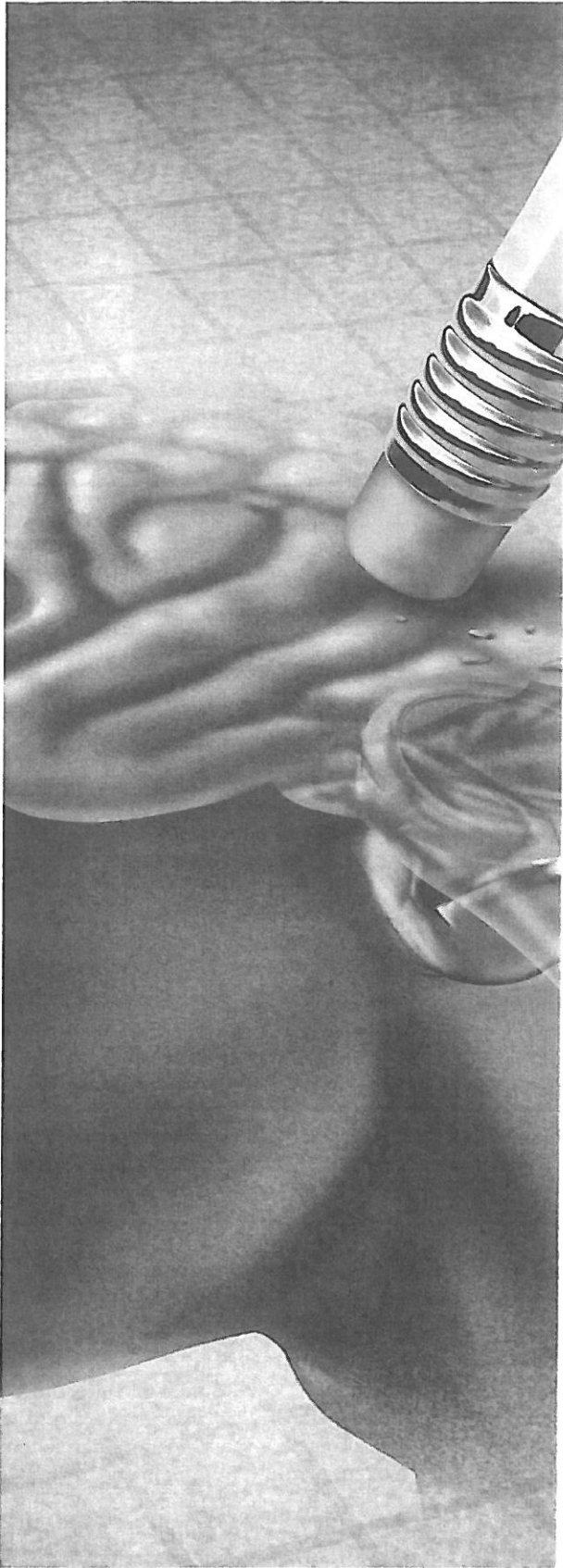
Der Umgang mit Demenzkranken



BILD: SNSABINE TSCHALYJ

„Wir als Gesellschaft müssen lernen, mit Demenzkranken richtig umzugehen.“

Andreas Zwettler
Stadt Salzburg



jetzt oft äußert, tun natürlich weh. „Sie wirft mir vor, ich will sie ins Heim stecken. Ich muss mir oft anhören, wie gemein ich bin“, erzählt die Tochter.

Dass sie, die nächsten Verwandten, immer die „Bösen“ seien, hört Karoline Radauer oft. Die Demenzreferentin der Caritas Salzburg leitet die Angehörigenkurse. Fast noch schwerer wögen die Vorwürfe weiterer Familienmitglieder. Es geht um jene, die den Demenzpatienten nicht betreuen, sondern nur dann erleben, wenn sie ihn besuchen. „Da wirken Demenzpatienten plötzlich normal. Dabei ist das nur eine Fassade, die sie sich antrainiert haben“, erklärt Radauer. Das dicke Ende kommt, wenn der Besuch die Tür hinter sich geschlossen hat. „Dann brechen die Erkrankten oft in sich zusammen, weil es sie so viel Kraft gekostet hat, diese Fassade aufrechtzuerhalten.“ Von den Verwandten aber hören die Betreuenden: „Was hast du denn, die Mutter ist doch eh normal.“ Eine extrem belastende Situation.

„Du kriegst alles ab“, bringt es Brigitta Koruna auf den Punkt. Erst als im Kurs alle anderen Frauen ganz ähnliche Erlebnisse schilderten, merkte sie: „Das ist gar nicht persönlich gemeint.“ Radauer: „Wir erklären den Teilnehmerinnen, dass demente Menschen ihren Angehörigen nicht absichtlich Vorwürfe machen, sondern diese Persönlichkeitsveränderung ein Teil des



Brigitta Koruna (r.) holte sich von Kursleiterin Karoline Radauer und den anderen Teilnehmerinnen wertvolle Tipps für den Umgang mit ihrer demenzen Mutter. BILD: SN/S TSCHALY

Krankheitsbildes ist.“ Von Demenzpatienten brauche man kein Danke zu erwarten. In den meisten Fällen sei es sinnvoll, nicht zu diskutieren. Brigitta Koruna bestätigt das. Ihre Mutter lebe jetzt in ihrer eigenen Welt. Sie realisiere die zunehmende Demenz nicht. Auch wenn sie manchmal sage: „Ich könnte einen neuen Kopf brauchen.“

Koruna übt sich in Gelassenheit. Zum Beispiel beim gemeinsamen Kaffeetrinken. Wenn die Mutter ihr Kaffee einschenkt und danach im Minutentakt immer wieder fragt: „Magst einen Kaffee?“ Oder wenn die Mutter am Geburtstag der Tochter keinerlei Anstalten macht, ihr zu gratulieren. Koruna kann inzwischen darüber hinwegsehen. Sie werkt im Stillen, von der Mutter unbemerkt. Wirft ein Jahr ▶

rint werden.

BILD: SN/SHUTTERSTOCK LIGHTSPRING



Menschen mit Demenz verändern sich grundlegend. Pflegenden Angehörigen helfen der Austausch untereinander und die Anleitung von Profis.

BILD: SN/MICHAEL HAGEDORN

alte Pralinen weg, die die Mutter den Enkeln schenken wollte. Findet das verschwundene Geschenk für die Enkelin in einer Lade, in der es niemand vermutet hätte. Räumt zehn abgelaufene Joghurts aus dem Kühlschrank der hochbetagten Eltern. Wissend, dass die Mutter in den nächsten Tagen wieder viel zu viele einkaufen wird, „weil ja keine mehr im Kühlschrank sind“. Nach den Besuchen braucht sie jedes Mal einen Ausgleich. Den findet sie im Wald. Sie geht dann eine halbe Stunde spazieren. „So kriege ich den Kopf wieder frei“, sagt Koruna. Ausgleich geben ihr auch die WhatsApp-Gruppe und die monatlichen Treffen mit ihren damaligen Kurskolleginnen. Das haben die Frauen selbst organisiert.

Sie können den Austausch gut gebrauchen. Demenz ist praktisch unheilbar, die Pati-

enten bauen mit der Zeit geistig immer mehr ab. Doch genau dann, wenn es um Unterstützung geht, hakt es oft. Ein Beispiel ist die Einstufung der Pflegebedürftigkeit. „Was will die Frau?“, und: „Ich brauche das nicht“, sagte auch Korunas Mutter, als die Gutachterin ins Haus kam. Auf die Frage, wer den Haushalt mache, hörte die Gutachterin: „Das mache ich alles allein.“ Der Ehemann verneinte. Koruna: „Die Mama hat ihn darauf ganz böse angeschaut.“ Da niemand die ganze Dimension ihrer Demenz schilderte und Demenz kaum die Einstufung erhöht, erhielt die Mutter nur Pflegestufe 1.

„So geht das ganz oft. Die Verwandten wollen ja den Patienten auch nicht bloßstellen und sagen, was er alles aufgrund seiner Demenz macht“, schildert Karoline Radauer. „Wenn das System ein Mal ei-

ne halbe Stunde draufschaut, kann man die Dimension ganz schwer erkennen“, gesteht auch Andreas Zwettler ein. Er ist Projektverantwortlicher für die „demenzfreundliche Stadt Salzburg“, die die Caritas-Kurse finanziert und auf der Plattform www.konfetti-im-kopf.at Informationen anbietet. „Wir wollen noch mehr tun“, kündigt Zwettler an. Die Gesellschaft als Ganzes müsse lernen, mit Demenzkranken richtig umzugehen. Deshalb ließ die Stadt bereits Apotheker schulen. Zwettler: „Damit sie wissen, wie sie reagieren sollen, wenn jemand vier Mal wegen desselben Medikaments kommt.“ Oder Busfahrer, wenn demente Fahrgäste drei Mal zahlen wollen. Auch für Ärztinnen und Ärzte ist das Thema schwierig. Die Erfahrung hat Brigitta Koruna gemacht. Nach einem Eklat

mit der dementen Mutter habe ihr die Ärztin gesagt: „Ihre Mutter gehört ins Heim.“ Für Koruna war das keine Option: „Die Mama wäre eingegangen wie ein Blümel ohne Wasser.“ Noch bewältigt die Tochter den Spagat zwischen eigener Familie, Berufstätigkeit und Betreuung der Mutter. Irgendwann werde das Heim aber nötig sein. Die Treffen der Ex-Kursteilnehmerinnen sind bis dahin ganz wichtig. Koruna: „Wir geben uns gegenseitig Energie. Auch wenn der Alltag ernst und schwer ist, wir lachen drüber, das tut gut.“

Kontakt und Info: Die Caritas Salzburg startet am 20. Jänner 2020 wieder einen zehnteiligen Kurs für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz. Kostenbeitrag: 20 Euro. Anmeldungen bei Karoline Radauer unter Tel.: 0676 / 848210-397.