

Walter W. wird wunderbar – Teil 1 und 2

(Impulstage Projekt *Demenz und Kommune* 11 und 12.2017)

Walter W. wird wunderbar – Teil 1

Eines Tages im Frühjahr

Walter W. wird wunderbar – seine Frau Erna bemerkt es schon seit längerem. Er wird „schusselig“, vergisst immer mehr und kommt in seinem Alltag immer öfter nicht mehr so richtig klar. Früher hat Walter W. sich um alle Finanzen gekümmert und die ganze Gartenarbeit gemacht. Jetzt ist er schnell überfordert und wird ärgerlich, wenn die Steuererklärung ihm nicht mehr von der Hand geht und der Rasenmäher sich nicht mehr reparieren lassen will. Es gibt immer mehr Dinge, die einfach nicht mehr klappen und die früher so mühelos funktioniert haben.

Zum Stammtisch mag er nicht mehr, und den Sport hat er schon seit längerem an den Nagel gehängt. Freunde reagieren irritiert: Er weiß immer öfter ihre Namen nicht mehr und verwechselt sie auch schon mal. Sie stellen ihre Besuche ein und wechseln inzwischen peinlich berührt den Bürgersteig, wenn Walter W. ihnen entgegenkommt. Im Kirchenchor wird ihm bedeutet, dass er sich doch bitte zurückhalten oder vielleicht auch besser gar nicht mehr kommen soll – er stört.

Beim Einkaufen hat Walter W. letzthin etwas in seinem Einkaufswagen vergessen und es nicht bezahlt. Er wird „erwischt“ und bekommt ab sofort Hausverbot.

Die Kinder wohnen weit weg. Wenn sie – selten genug – zu Besuch kommen, wird rundum gute Miene zum bösen Spiel gemacht – es kann ja soo schlimm nicht sein.

Erna macht sich zwar Sorgen, aber sie hofft, dass sich das alles wieder bessert oder verliert. Der Hausarzt beruhigt: „Ach wissen Sie, er ist doch auch schon 75 – was wollen Sie da noch erwarten?“ Eine Diagnose wird nicht gestellt.

Zwei Jahre später

Konflikte und Streit häufen sich. Es läuft einfach nicht mehr rund, und die Stimmung ist gereizt. Erna konfrontiert Walter mit allen seinen „Fehlern“ und „Ver-säumenissen“ und verliert immer öfter die Nerven in den eskalierenden Auseinandersetzungen.

Erna W. kann sich keinen Reim darauf machen. Sie spricht auch mit niemandem über den Haussegen, der immer schiefher hängt. Was würden auch die Nachbarn denken? Selbst die Kinder machen ihr nur Vorwürfe: „Du schimpfst immer nur mit ihm. Papa ist doch für sein Alter noch ganz gut beieinander?!“ Erna weint immer öfter, wenn sie alleine ist.

Walter W. schwankt zwischen Aggression und Depression. Er spürt, dass er offensichtlich fast alles „falsch“ macht. Wenn er Nähe und Zärtlichkeit sucht, wird er meist entnervt zurückgewiesen.

Manchmal will er nicht mehr leben, sagt er.

Erna W. hat einen Nervenzusammenbruch. Aber das Angebot einer Erholungskur lehnt sie ab – wohin auch in der Zwischenzeit mit Walter? Erna W. nimmt Beruhigungsmittel und „teilt“ sie mit Walter, damit sie wenigstens nachts schlafen kann.

Aber sie macht auch einen erneuten Anlauf, um eine mögliche Erkrankung diagnostizieren zu lassen. Diesmal versucht sie es gleich beim Neurologen. Der Neurologe im übernächsten Ort hat den nächsten freien Termin in einem halben Jahr. Erna W. resigniert.

Zwei weitere Jahre später

Zuhause geht es inzwischen drunter und drüber: Der Haushalt nähert sich einer Messie-Wohnung, „normale“ gemeinsame Mahlzeiten gibt es kaum noch, die sozialen Kontakte sind weitgehend erloschen. Der Alltag ist nervlich und auch physisch sehr anstrengend geworden für Erna W. Sie fühlt sich entsetzlich alleine, matt und erschöpft.

Wenn Erna W. einkaufen geht, lässt sie Walter inzwischen zuhause und schließt die Türe ab. Schließlich kommt sie kaum vorwärts mit ihm und schämt sich auch für seine Verhaltensweisen, die immer auffälliger werden. Letztlich hat er mitten auf dem Marktplatz Wasser gelassen...

Und kurz darauf ist Walter in einem unbeobachteten Moment einfach wegge-
laufen – nach sieben Stunden wurde er stark unterkühlt wieder aufgefunden.

Aber Erna kann nicht mehr, und das meiste ist ihr nun egal – so auch die Stol-
perfallen in der Wohnung, die Walter W. eines Tages über die hochstehenden
Teppichkanten stürzen lassen. Er kommt mit einem Armbruch ins Krankenhaus.
Dort ist man auf breiter Front überfordert: Walter W. irrt orientierungslos um-
her, nimmt das angebotene Essen nicht wahr und klingelt ohne Unterlass nach
der Schwester. Nachts treibt er mit seinen Hilferufen die Mitpatienten im Zim-
mer zur Verzweiflung. Eine Verständigung mit den Ärzten und dem Pflegeper-
sonal ist kaum möglich. In der Folge wird er im Bett fixiert und erhält Sedativa.
Auch Erna W. kann sich nur begrenzt durchsetzen – sie hat keinerlei Vollmachten
von ihrem Mann, gerade wenn es um medizinische Entscheidungen geht.

Walter W.'s Zustand verschlechtert sich, eine Entlassung nachhause erscheint
wenig sinnvoll. Der Sozialdienst sucht einen Heimplatz, wohin Walter W. direkt
aus dem Krankenhaus gebracht wird.

Das Heim ist weit weg vom früheren Zuhause, sodass Erna nur mit Mühe zu Be-
such kommen kann – zumal sie keinen Führerschein hat.

Walter W. ist inzwischen immobil und verbringt den Großteil des Tages in sei-
nem Zimmer. Sich selbst beschäftigen kann er schon lange nicht mehr, die
Kommunikation mit anderen funktioniert nur bruchstückhaft. Längst kann er
sich weder zeitlich noch örtlich mehr orientieren und fühlt sich in seinem Um-
feld völlig verloren. Die Mitarbeiterinnen haben viel zu wenig Zeit für ihn. Be-
such bekommt er nur ganz selten.

Walter W. dämmert seinem Ende entgegen.

Und Erna kann nicht mehr weinen.

Walter W. wird wunderbarlich – Teil 2

Eines Tages im Frühjahr

Walter W. wird wunderbarlich – seine Frau Erna bemerkt es schon seit längerem, und auch er selbst stellt Veränderungen an sich fest. Auch die drei gemeinsamen Kinder sprechen ihn taktvoll darauf an und bieten ihre Unterstützung und Solidarität an.

Ein Besuch beim Neurologen wird vereinbart – er vermutet eine Demenzerkrankung, überweist aber für eine zuverlässige Differentialdiagnose in die Gedächtnissprechstunde des gerontopsychiatrischen Zentrums. Dort gibt es Gewissheit: Walter W. lebt mit einer beginnenden Demenz. Die Diagnose trifft ihn und seine Frau zunächst hart.

Aber der Arzt nimmt sich Zeit – nicht nur für die Diagnosestellung selbst, sondern auch für die Übermittlung. Er sagt: „Eine Demenzerkrankung ist kein Todesurteil, Herr W. – es gibt auch noch ein lebenswertes Leben mit einer Demenz.“ Und er entlässt die beiden mit gut verständlichen Broschüren zum Thema Demenz und der Adresse der nächsten Demenzberatungsstelle im Ort. Auch ein Antidementivum wird verordnet, das im besten Fall das Fortschreiten der Demenz ein wenig verzögern kann.

Nach dem ersten Schreck gehen Walter und Erna W. gemeinsam zur Demenzberatung im Stadtteil. Dort hört man geduldig zu, fragt nach und hat Verständnis für alle Ängste und Sorgen – schließlich wird sich das Leben gravierend und ganz anders als geplant weiterentwickeln. Walter und Erna W. gehen mit vielen guten Tipps und Anregungen nachhause, die sie in Ruhe angehen möchten.

Zunächst wird zuhause ein Familienrat einberufen. Es erleichtert und hilft allen, offen über die neue Herausforderung Demenz zu sprechen. Aufgaben werden neu verteilt. Und es ist allen klar, dass Walter W. vieles noch völlig selbstständig weitermachen kann wie bisher. Aber seine Tochter hilft ihm jetzt bei der Steuererklärung, seine Frau erinnert ihn an vereinbarte Arzttermine, und sein Sohn erklärt sich gern bereit, kleinere Reparaturarbeiten gemeinsam mit seinem Vater anzugehen.

Walter W. gibt als nächsten Schritt seiner Frau eine Generalvollmacht, die sie gründlich diskutieren und detailliert vereinbaren. Beide stellen fest, wie gut es

tut und wie wichtig es ist, grundlegende existentielle Fragen gemeinsam zu klären. Vieles hatte man bislang doch einfach vor sich her geschoben...

Beim nächsten Beratungstermin nach einem Vierteljahr wird besprochen, was die beiden umsetzen konnten und wie es ihnen unter den neuen Perspektiven geht. Und Walter W. erfährt von einer Gruppe Gleichbetroffener, die sich regelmäßig und gut begleitet zum Radfahren trifft. Hier schließt er sich gern an und fühlt sich schnell wohl – er war schon immer sportlich und hat wenig Lust auf ein Stubenhockerdasein.

Das Autofahren hat er nach Rücksprache mit seinem Arzt eingestellt. Die Kommune bietet ein vergünstigtes Abo für die öffentlichen Verkehrsmittel für die Senioren an, die freiwillig auf das Auto verzichten. Das Auto schenkt Walter W. seiner Tochter, die im Gegenzug gern immer wieder Besorgungen erledigt oder Walter und Erna W. zu ihrem Wunschziel chauffiert. Auch den von der Kommune geförderten Bürgerbus nutzen Walter und Erna W gern. Und Walter W. erhält zum nächsten Geburtstag Taxi-Gutscheine, damit er sich nicht allzu abhängig von den Kindern fühlt. Walter W. freut sich – ohne die Gutscheine hätte er sich vermutlich kein Taxi geleistet... Taxi- und Busfahrer im Ort sind übrigens längst geschult und wissen, wie man Menschen mit einer Demenz begegnet.

Freunde, Bekannte und Nachbarn werden nach und nach informiert. Viele reagieren zunächst bestürzt und unsicher. Aber Erna und Walter W. kommunizieren offen, wie wichtig ihnen die bisherigen Kontakte sind und dass das auch bitte so bleiben soll!

Viele Menschen in ihrem Umfeld haben sich auch längst informiert und wissen, was eine Demenz bedeutet. Einige haben eine Demenz Partner Schulung mitgemacht, die die Kommune in Zusammenarbeit mit dem Pflegestützpunkt und der Demenzberatungsstelle immer wieder einmal anbietet – schließlich kennen die Menschen das Thema auch aus der eigenen Familie. Und nicht zuletzt könnte es sie später auch selbst einmal treffen...

So besucht Walter W. weiter seinen Stammtisch – sein ältester Freund holt ihn nun ab und bringt ihn auch wieder nachhause. Auch im Kirchenchor, in dem Walter W. seit 30 Jahren mitsingt, hat man Verständnis und hilft, wo es nötig ist. So ruft eine Mitsängerin vor jeder Chorprobe an und bespricht noch einmal, welche Noten gerade dran sind. Fast überall spürt Walter W., dass er in seinem Umfeld weiterhin gern gesehen und ernst genommen wird.

Im Supermarkt kennt man Walter W. seit Jahren. Die Mitarbeitenden sind in Demenz geschult: Eine Mitarbeiterin hilft ihm nun bei Bedarf bei der Zusammenstellung seines Einkaufs, und den Kassierern ist klar, dass Walter W. nichts klauen möchte, wenn mal aus Versehen nicht sofort alles aufs Band gelegt wird. Und Erna W. freut sich über alles, was ihr Mann selbstständig erledigen kann, zumal wenn es ihr selbst die Arbeit im Alltag erleichtert.

Zwei Jahre später

Manchmal verläuft sich Walter W. nun bei seinen Unternehmungen, wenn er allein unterwegs ist – sein Demenzpate hat ja leider nicht immer Zeit. Gut, dass die örtlichen Apotheken sich hier als erste Anlaufstelle zur Verfügung stellen. Hier kann er schnell Hilfe finden: Seine Adressdaten hat er immer dabei, ebenso wie kleine Kärtchen, mit denen er diskret auf seine Situation hinweisen kann. Auch die örtliche Polizeistation ist längst informiert und hat eine konkrete Personenbeschreibung von Walter W. Aber noch war kein Sucheinsatz nötig, und Walter W. genießt seine Freiheit. Mit seinem Einverständnis trägt er seit geraumer Zeit eine Uhr mit einem GPS Tracker, sodass er im Bedarfsfall geortet werden kann.

Zuhause hat sich vieles verändert. Der Tagesablauf ist entschleunigt, gemeinsame Aktivitäten werden gut vorbereitet. Die Kinder kommen häufig zu Besuch, Nachbarn und Freunde tauchen immer mal wieder auf, bringen der Einfachheit halber das Essen gleich mit oder holen Walter W. zu einem Spaziergang ab. Dass nicht immer alles aufgeräumt und vorzeigbar ist, stört niemanden.

Zudem besucht Walter W. seit kurzem einmal im Monat den Möbelschuppen, wo er begeistert mitwerkelt und sich in der reinen Männerrunde ausgesprochen wohlfühlt.

Für Erna sind solche Angebote eine höchst willkommene Verschnaufpause – für vieles ist sie jetzt hauptverantwortlich, und der Alltag kostet sie zunehmend Kraft. Daher nimmt sie auch seit kurzem einen häuslichen Betreuungsdienst in Anspruch, der sich sehr individuell mit Walter beschäftigt. Schließlich sind Kinder, Nachbarn und Freunde nicht ständig abrufbar, und Erna braucht verlässliche Auszeiten für sich.

Sie hat übrigens vor kurzem eine Angehörigenschulung mit sieben Modulen besucht. Seitdem weiß sie, dass sie absolut nicht allein ist – und vieles in Walters

Verhalten versteht sie jetzt deutlich besser als zuvor. Mit den anderen betreuenden Angehörigen ist sie seitdem locker in Kontakt und freut sich über den sehr offenen Austausch untereinander. Vieles läuft zusätzlich über den Chatroom der Alzheimer Gesellschaft, in dem sich Erna W. gut angenommen und aufgehoben fühlt.

Besonderen Spaß haben Walter und Erna W. beim monatlichen Tanzcafé der örtlichen Tanzschule. Walter W. ist weiterhin ein hervorragender Tänzer – hier ist sein immer deutlicher nachlassendes Gedächtnis überhaupt kein Hemmschuh. Und er ist absolut nicht der einzige mit diesen Einschränkungen.

Sein Arzt zeigt sich bei den regelmäßigen Kontrollbesuchen den Umständen entsprechend zufrieden. Bereits seit einiger Zeit verschreibt er zusätzlich ergotherapeutische Maßnahmen, die Walter W. im Alltag gut unterstützen. Auch eine Reha-Maßnahme im Alzheimer Therapiezentrum wird von ihm befürwortet, die Kassen haben bereits zugestimmt – sie wissen längst, dass die häusliche Versorgung so viel länger aufrechterhalten werden kann. Im Alzheimer Therapiezentrum erfahren Erna und Walter beide viel Aufwertung und Anerkennung. Besonders Erna spürt, wie entlastend und stärkend die drei Reha-Wochen für sie sind.

Zwei weitere Jahre später

Zuhause hat Erna W. längst mit Hilfe der Wohnberatung dafür gesorgt, dass alle Stolperfallen entfernt werden und alle denkbaren Orientierungs- und Stabilisierungshilfen vorhanden sind. Mit der entsprechenden Technik wurde sie ausführlich vertraut gemacht und hat hier längst keine Berührungängste mehr.

Aber eines Tages im Winter passiert es dann doch: Walter W. rutscht bei einem Spaziergang auf dem Eis aus und bricht sich den Arm. Für den Fall einer Notaufnahme steht schon lange ein Köfferchen mit allen wichtigen Unterlagen und einem detailliert ausgefüllten Patienteninformationsbogen bereit, der sich als sehr reichhaltige Hilfe im Krankenhausalltag entpuppen wird.

Walter W. ist mittlerweile weit fortgeschritten in seiner Demenz. Er ist längst nicht mehr in der Lage, sich in einer fremden Umgebung zurechtzufinden und adäquat auf unvertraute Menschen zu reagieren. Daher ist man sich schnell einig, dass Erna eine willkommene Begleitperson ist, die selbstverständlich auch über Nacht bleiben kann. Sie sorgt dafür, dass die fremde Umgebung so wenig ängstigt wie möglich und Walter W. gut behandelt und versorgt werden kann.

Und sie freut sich über die zusätzliche Unterstützung der freiwilligen Helfer, die täglich im wohnzimmerähnlichen Aufenthaltsraum ein attraktives Beschäftigungsangebot gestalten. Hier wird gemeinsam gegessen, gespielt und gesungen – die Stimmung ist in aller Regel locker und angeregt.

Der Demenzbeauftragte des Krankenhauses lädt schließlich zu einem Beratungskonzil ein, an dem alle beteiligten Fachkräfte sowie natürlich auch Erna W. teilnehmen. Hier wird die Entlassung und weitere Versorgung von Walter W. ausführlich diskutiert und geplant. Seit der Einrichtung des „Runden Tisches Gerontopsychiatrie“ in der Kommune ist allen ambulanten und stationären Profis bewusst, wie wichtig eine gute Überleitung und ein Schnittstellenmanagement sind.

Walter W. besucht nach seiner Entlassung nun dreimal pro Woche die Tagespflege – selbstverständlich wird er abgeholt und auch wieder nachhause gebracht. So kann Erna ab und zu Luft holen und sich auch um sich selbst kümmern – und auch Walter bekommt neue Anregungen, die im privaten Alltag nicht mehr so selbstverständlich sind.

Aber Erna spürt auch, dass sie nicht mehr so viel Kraft wie früher hat und die oft unruhigen Nächte ihr doch sehr zusetzen. Bereits vor Jahren hat sie mit Walter Alternativen zum privaten Zuhause besucht und besprochen. Eine kleinteilige Einrichtung mit überschaubaren Wohngruppen ganz in ihrer Nähe hat es beiden besonders angetan – hier ist Walter W. schon länger vorgemerkt. Auch die ambulant betreute Wohngemeinschaft wäre ein attraktives Angebot. Aber Erna fühlt sich dem dort erforderlichen Engagement gesundheitlich nicht mehr ausreichend gewachsen.

Und so nutzt Erna die Gelegenheit, ihr längst viel zu groß gewordenes Haus aufzugeben und zieht in die dem Heim angegliederte betreute Wohnung. Wann immer sie Kraft, Zeit und Lust hat, ist sie nun bei Walter – und auf der Wohngruppe herzlich willkommen. Aber auch wenn sie in Urlaub geht, weiß sie ihn gut aufgehoben und versorgt – er genießt sowohl die liebevolle individuelle Betreuung als auch die zahlreichen, nach außen offenen Gemeinschaftsangebote, die nicht zuletzt dank vieler freiwilliger Helfer möglich sind.

Walter W. hat sich hervorragend eingelebt. Und Erna ist zufrieden.

Sylvia Kern, GF Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg, November 2017