Zeitschrift: Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

Herausgeber: Geriatrischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

Band: - (2004-2005)

Heft: 88

Artikel: Zu Hause sterben

Autor: K.F.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-789973

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Zu Hause sterben

Bericht eines Ehemannes über seine Erlebnisse beim Sterben seiner demenzkranken Frau. Er hatte an der Schulung von Angehörigen von Menschen mit Demenz im Rahmen des NFP 45 an der Memory Klinik Entlisberg teilgenommen und seine alzheimerkranke Frau bis zum Schluss zu Hause betreut, unterstützt von Spitex und vom Tageszentrum Entlisberg. Im Folgenden die gekürzte Wiedergabe des Begleitbriefes und der Tagebucheinträge:

Ganz besonders zu Dank verpflichtet verbleibe ich Ihnen allen, die sich so unendlich Mühe gaben und uns Teilnehmer mit Wissen und Hilfe zu erkennen ausrüsteten. Dies war mir eine sehr grosse Hilfe in der Pflege meiner Frau, insbesondere auch beim Eintreten von neuen, unbekannten Situationen. Sie treten ja meist am Wochenende auf, und da kann Hilfe rar sein. Die genossene Ausbildung half dann, den Kopf nicht zu verlieren. Für mich galt dies besonders auch beim unerwartet frühen Abschied meiner Frau. Ich versuchte, das dabei Erlebte in Worte zu fassen. Meine Schlussfolgerung ist, dass ich durch all die Hilfen viel mehr bekommen habe, als ich gab.

In der Ausbildung lernte ich, dass die Alzheimerkrankheit schon vor 30 Jahren und mehr begonnen haben kann, als sie handfest in Erscheinung trat. Heute ordne ich verschiedene Vorkommnisse und Verhaltensweisen meiner Frau, die ich mir vorher nicht erklären konnte, dieser Krankheit zu.

Mit freundlichen Grüssen

K. F.

Marie's letzte Lebenstage

Einleitung

Heute weiss man, dass es die letzten waren. Zu Beginn dieser Aufzeichnungen dachte niemand, ihr Abschied komme so schnell. Noch 5 Tage vor ihrem Tod sagte die Mitarbeiterin der Spitex beim Abschied zu mir: „Das geht aber noch lange."

Während des letzten Sommers hatte der Hausarzt die Risperdaldosis (beruhigendes Neuroleptikum) von 2 auf 1 und später auf eine halbe Tablette im Tag verkleinert. Daraufhin kam bei Marie manches zurück. Sie lebte auf und vermochte wieder aus früheren Zeiten zu berichten. Dies vor allem in dem ihr vertrauten Kreise des Tageszentrums. Doch gegen Ende November liessen vor allem ihre Körperkräfte nach. Anfangs Dezember war der Weg vom Schlafzimmer zum WC zuviel. Sie wurde nun zunehmend müder. Bis zum 23. Dezember besuchte sie aber noch das Tageszentrum. Ich sorgte mich jedes Mal, wie ich sie die 7 Treppenstufen vor der Haustür hinunter und wieder hinaufbringe. Doch es ging noch jedes Mal. Am 29. Dezember riet mir dann die Leiterin des Tageszentrums, Marie nicht mehr zu schicken, sie werde zu müde. Gleichtags kam die Pflegeexpertin von der Spitex, um abzuklären, ob man in der Wohnung einen Rollstuhl einsetzen könne. Tags darauf brachte sie einen Nachtstuhl mit Rädern. Diese sind viel schmaler als Rollstühle. Nun blieb Marie nur noch ein Schritt vom Bett zum Nachtstuhl und deren zwei bis drei von diesem zum WC. Tagsüber lag sie meist auf dem Liegestuhl in der Stube. Die Pflegerin von der Spitex riet mir, Marie nun einen Trainingsanzug anzuziehen. Dadurch kam nach vielen Jahren ihr roter Trainer wieder etwas zu Ehren. Ihre Augen hielt sie tagsüber meist geschlossen. Kam ich aber mit dem Essen, war sie sofort wach. Das auf den Liegestuhl angepasste Tischchen bewährte sich. In den Nächten schläft Marie sehr unruhig. Sie dreht sich oft im Bett, das heisst, der Oberkörper bewegt sich aus dem Bett, die Beine in mein Bett. Oft muss ich nachsehen und sie wieder zudecken und umdrehen. Tagsüber hingegen ist sie zwischen den Mahlzeiten ganz ruhig.

24. Januar: Marie erwacht nach einer ruhigen Nacht. Ich hatte am Abend die Ränder unserer beiden Bettdecken stark in die Grube zwischen den Matratzen gestossen. Dies scheint ihre Drehbewegungen gestoppt zu haben. Marie isst gut beim Frühstück. Am Mittag findet sie das pürierte Menü fein

und isst es restlos auf. Marie steht zum Wechseln der Einlagen gut still. Am Abend ist sie aber mit ihren Kräften am Ende und kann zum Wechseln der Einlagen nicht mehr stehen. Ich muss sie also im Bett hin- und herwälzen, um sie sauber zu legen.

25. Januar: Marie ist am Morgen nicht ansprechbar; um 10.00 und um 13.00 Uhr trinkt sie aus der Schnabeltasse etwas Ovomaltine. Um 13.30 Uhr kann ich ihr die Medikamente gegen den Diabetes geben. Auf Besuch reagiert sie nicht. Um 16.00 Uhr erbricht sie die Ovomaltine, die ich ihr gegeben habe. Ich gebe ihr etwas Tee und gegen Abend eine zerdrückte Banane. Später kommt noch mein Schwiegersohn, der Arzt ist, vorbei. Ich bin sehr froh, dass er mir bestätigt, richtig gehandelt zu haben, indem ich Marie im Bett behielt.

26. Januar: Marie ist den zweiten Tag im Bett. Die Pflegerin von der Spitex und ich wechseln die Einlagen und Wäsche und verabreichen ihr Ovomaltine. Ich wiederhole das allein um 10.30 Uhr und gebe ihr um 12.30 Uhr etwas Bouillon. Als sie am Abend die Augen öffnet gebe ich ihr zwei Glasteller voll Schokoladencreme mit Birnenstücklein.

27. Januar: Nach einer ruhigen Nacht isst Marie zum Frühstück ein Stück Zopf mit Konfitüre und trinkt drei Schnabeltassen Kaffee. Gegen den Durst gebe ich ihr Lindenblütentee. Die Pflegerin von der Spitex kontrolliert Maries Körper genau auf Druckstellen. Zum Mittagessen isst Marie pürierte Bohnen, Fleisch und Kartoffelstock. Marie zeigt Freude über den Besuch von Bekannten. Sie scheint sie noch zu kennen und zeigt dies mit leuchtenden Augen an. Zum Znacht isst sie etwa einen halben Liter Schokoladencreme, die sie sehr liebt und mit Genuss verzehrt.

28. und 29. Januar: Die Tage und Nächte verlaufen ruhig, ein grosses Geschenk für mich. Sie isst weiterhin gut.

30. Januar - 2. Februar: Die Pflegerin der Spitex und ich pflegen Marie gemeinsam, während sie durchschläft. Erst beim Abschied reagiert sie und schaut die Pflegerin gross an. Die Spitex bestellt in meinem Namen für Marie ein Pflegebett, das am 2. Februar eintrifft. Ich habe sie in mein Bett gerollt und ihr Bett auseinander genommen und in den Estrich getragen. Zwei Männer, die das Bett bringen, helfen mir, das Pflegebett zusammen zu setzen. Mit Herzklopfen drehe ich dann Marie in 1_ Umdrehungen um ihre

Längsachse hinüber in ihr neues Bett. Marie isst sowohl am Mittag als auch am Abend nur sehr wenig. Am Nachmittag kommt der Hausarzt auf Besuch. Marie öffnet erst zum Abschied die Augen und zeigt Erkennen. Er bespricht mit mir nochmals die Situation. Wir halten fest, was auch am Nationalfondskurs so besprochen wurde: „Keine lebensverlängernden Massnahmen mehr". Der Arzt rechnet mit einer späteren Lungenentzündung. Die Frage nach den Medikamenten beantwortet er wie folgt: „Wir geben ihr noch, was hier im Haus ist zum Frühstück auf ein Konfitürenbrot, zum Znacht mit der Schokoladencreme. Wenn Marie sie nicht mehr zu schlucken vermag, lassen wir sie weg".

3. Februar: Am Morgen isst Marie verhältnismässig gut und trinkt 7 dl Ovomaltine. Die Pflegerin von der Spitex reinigt den Mund sehr sorgfältig und lässt die Zahnprothese draussen. Nur mit grosser Mühe lassen sie sich vor Mittag an ihren Platz bringen, da sie den Mund nicht öffnen will. Sie isst wenig. Meist schläft sie und öffnet nur von Zeit zu Zeit die Augen gross. Sie versucht einige Male etwas zu sagen, bewegt schwach die Lippen und gibt leise Töne von sich. Ich kann weder ablesen, noch verstehen was sie meint. Sie bleibt aber ruhig und regt sich nicht auf, als ihre Botschaft nicht ankommt.

4. Februar: Kurz nach 07.00 Uhr hat Marie ihre Augen weit geöffnet. Sie versucht meinen Morgengruss zu erwidern. Sie gibt zu spüren, dass ihr das Hin- und Herrollen beim Wechseln der Einlage unangenehm ist. Ich spreche ruhig zu ihr: „Ich kann dies leider nicht anders, besser machen". Mit der neuen sauberen Einlage ist sie zufrieden. Ich sage zu ihr, es sei ihr jetzt bestimmt wieder wohler, worauf sie mich mit grossen Augen anschaut. Später isst sie nur ganz wenig, trinkt kaum. Die Pflegerin der Spitex holt fast alles wieder aus ihrem Mund, was sie zum Frühstück zu sich genommen hat. Sie hat also kaum etwas geschluckt. Die Zahnprothesen bleiben draussen, es sei besser so, sagt die Pflegerin. Um 10.00 Uhr kommt Frau W. zum Hüten, da ich an den Vortrag beim Businesslunch am neuen Ort gehe. Um 13.20 Uhr bin ich wieder zurück. Frau W. ist sehr beunruhigt, weil Marie gar nichts gegessen hat. Nicht einmal Bananen nahm sie. Tee kann man ihr ebenfalls nur noch mit dem Löffel eingeben. Aus ihrem Mund hört man ein röchelndes Geräusch. Um 15.30 Uhr ist ihr Körper heiss, sie schwitzt, sie hat 38,3 Grad Fieber. Eine Stunde später wieder normale Temperatur, das Röcheln lässt nach. Gegen Abend besucht sie eine pensionierte Krankenschwester auf meinen Wunsch. Sie spricht einige Worte zu ihr.

Beim Weggehen sagt sie mir: „Ich glaube nicht, dass Marie den Morgen noch erlebt". Ich sitze bei ihr und gebe ihr von Zeit zu Zeit einen Löffel Tee auf die Lippen. Marie liegt ganz ruhig da. Ihr Atem wird zunehmend leiser. Sie hält meine rechte Hand ganz fest in der ihren. Um 18.30 Uhr gehe ich kurz weg und sage „ich komme bald wieder". Nach wenigen Minuten bin ich wieder neben ihr und nehme ihre rechte Hand. Diese vermag sie nur noch schwach zu drücken. Der Atem lässt nach. Marie liegt nun schon seit Stunden unverändert da. Ihr Gesicht macht den Eindruck einer langsam verlöschenden Kerze. Um 18.50 Uhr merke ich keinen Atem mehr, und auch der Puls ist nicht mehr zu spüren. Unbewegt liegt Marie da, ihre Augen bleiben fest geschlossen. Ich glaube, Marie hat ihren Weg nach oben angetreten. Ohne Kampf, still und leise, hat Freund Hein es abgeholt. Eine tiefe Dankbarkeit erfüllt mich.

Ich rufe die Spitex an. Die Pflegefachfrau ist sehr überrascht über den unerwartet frühen Abschied von Marie. Sie rät mir, dem Arzt Bescheid zu geben und fragt; ob sie kommen solle, was ich verneine. Mit einer elastischen Binde, die ich nach ihrem Rat nass mache, ziehe ich Maries Unterkiefer nach oben und schliesse damit den Mund. Dies gelingt erst nach einigen Versuchen und Maries Gesicht ist ganz hinter ihren Haaren versteckt.

Der Hausarzt kommt nach 20.00 Uhr. Er betrachtet Marie sehr feinfühlig und streicht ihr die Haare aus dem Gesicht. Er dankt mir mit bewegenden Worten und einem herzhaften Händedruck für meinen Dienst, den er als beispielhaft einschätzt. Ich gebe noch drei Töchtern Bescheid und bin froh zu vernehmen, dass die Dritte mich Morgen begleiten werde.

Bald lege ich mich auf mein Bett. Ich bringe es nicht fertig, in ein anderes Zimmer zu gehen. Nach 21.00 Uhr habe ich den bestimmten Eindruck, Marie trete ihren Weg nach oben an, sie verlasse ihre irdische Hülle. In mir wird es nur langsam ruhig und gegen Mitternacht schlafe ich ein. Nach etwas über 4 Stunden erwache ich wieder, bleibe aber noch liegen. Um 08.00 Uhr gebe ich der Spitex Bescheid und auch dem Tageszentrum. Beide sind erstaunt über den raschen Abschied von Marie.

Durch die Pflege Maries durfte ich neue Mitmenschen kennen lernen, von denen ich viel lernte an Kenntnissen der Alzheimerkrankheit, vom Umgang

mit Demenzkranken und in pflegerischer Hinsicht. Ich lernte auch, dass nur noch ich Fehler machen konnte, Marie nicht mehr.

Ziehe ich Bilanz, so habe ich vielmehr bekommen als gegeben. Der Kontakt mit vielen lieben Mitmenschen machte mich reich. Insbesondere hat mir der persönliche Abschied von Marie, das Miterleben ihres Erlöschens einer Kerze gleich, eine ganz neue Sicht des Todes geschenkt. Es war alles ganz anders als ich mir im voraus vorgestellt hatte. Er verlor viel von seinem Schrecken. Dieser Abschied bedeutet mir eine grosse Hilfe für mein weiteres Leben.

ALTERSMYTHOS CXCIII

Die Mehrzahl der Betagten in der Schweiz lebt allein.

Wirklichkeit

Die Mehrzahl der Betagten lebt in Paarhaushalten, selbst im Alter von 80+ leben nur 42% allein.

Begründung

Die Schweizer Haushalt-Paneldaten für 2000 ergab:

- %-Anteil in Paarbeziehungen

Wohnende	Alter 60-69	Alter 70-79	Alter 80-89	Alter 90+
Männer	85%	78%	64%	43%
Frauen	66%	45%	20%	6%

- Die Wohnumfrage der Schweizer Age Stiftung (n=1000) im Jahr 2003 ergab folgende Haushaltsgrössen

	Alter 60-69	Alter 70-79	Alter 80+
Privat allein	21%	30%	42%
Paarhaushalt	65%	61%	32%
Privat zu dritt und mehr	12%	5%	4%
Alters- und Pflegeeinrichtungen	2%	4%	22%

François Höpflinger: Traditionelles und neues Wohnen im Alter. Age Report 2004, Seismo Verlag: S. 39-42, 2004