

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 83 (2005)
Heft: 4

Artikel: Abschied - Schritt um Schritt, Tag für Tag
Autor: Vollenwyder, Usch / Favre, Martha
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-723746>

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: 11.04.2026

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

Abschied – Schritt um Schritt, Tag für Tag

ILLUSTRATIONEN: IRENE MEIER

Immer mehr versinkt Kurt Brunner in einer eigenen Welt. Seit acht Jahren leidet er nun an der Alzheimer-Krankheit. Seine Frau Anna* begleitet ihn. Tagebuchschreiben hilft ihr, mit dem veränderten Leben umzugehen. Der Zeitlupe stellte sie ihre berührenden Notizen zur Verfügung.*



BILD: RENATE WERNLI

Ein anderes Leben: Von der Alzheimer-Krankheit Betroffene werden immer hilfloser. Ihre Angehörigen sind besonders stark gefordert.

VON USCH VOLLENWYDER

Was ist mit Kurt? Mein erster Gedanke: Kurt verlässt mich, seelisch und geistig, er ist krank. Weil ich alles aufschreiben möchte, schenkt mir unsere Tochter ein Tagebuch. Auch sie spürt: Mit Papi stimmt etwas nicht. Kurt fragt: «Wer sind denn diese Leute?» Kurt kennt Nachbarn nicht mehr, die seit fünfzig Jahren neben uns wohnen. Leute nicht mehr kennen, die man eigentlich kennen sollte... O Gott, das darf doch nicht wahr sein! Kurt sieht sich im Spiegel. Er erschrickt: «Was ist das für ein Mensch?» Er spricht mich mit SIE

*Namen von der Redaktion geändert

an. Wir machen Ferien am Thunersee und Kurt fragt: «Was ist das für ein See, Anna?» Er vergisst, dass die Rechnungen bezahlt werden müssen. «Mach du es», sagt er zu mir. Ich bitte ihn, die Zeitungen zu bündeln. Er sagt: «Anna, ich weiss nicht mehr, wie man das macht.» Er fragt: «Bist du Anna?» Und sagt: «Dann bin ich Kurt.» Kurt, wo ist deine Welt? Sie wird kleiner. Ich kann nicht daran teilnehmen, nicht hineinsehen. Du entschwindest mir, und ich kann dir nicht folgen. Wir sprechen auf einmal verschiedene Sprachen.

«Ein Wellenbad der Gefühle» – so überschreibt Anna Brunner ihre Tagebuchnotizen. Sie beginnen 1995, als sich Kurt

nach 45-jähriger Ehe zu verändern beginnt. Langsam erst, so langsam, dass Anna Brunner zunächst an normale Alterserscheinungen denkt. Seine Vergesslichkeit empfindet sie lange nicht als belastend. Ihr Mann ist doch mit seinen 75 Jahren einiges älter als sie. Doch mit der Zeit sind die Zeichen nicht mehr zu übersehen. Die Krankheit schreitet voran.

Freunde und Nachbarn sagen, von Kurt höre man keine lustigen Sprüche mehr, er mache auch so kleine Schritte. Kurt spricht nicht mehr viel, immer weniger. «Er hat ja nie viel gesprochen», sagt die Verwandtschaft. Wir gehen zum Arzt. Dort fällt das Wort: «Alzheimer». Kurt reagiert nicht darauf. Der Arzt hilft, begleitet uns, mit Medikamenten, hat Verständnis, gibt Ratschläge. Er kennt uns nun schon seit mehr als zwanzig Jahren, ein guter Diagnostiker, er tut alles, was in seiner Macht steht.

Kurt Brunner ist einer der rund 90 000 Menschen in der Schweiz, die an einer Demenz – einer fortschreitenden Erkrankung des Gehirns – leiden. Jährlich kommen über 20 000 Neuerkrankungen dazu. Rund fünfzig verschiedene Demenzformen sind bekannt, nur ein kleiner Teil davon ist heilbar. Mehr als die Hälfte der Patientinnen und Patienten ist von Alzheimer betroffen, jener Krankheit, die den Namen ihres Entdeckers Alois Alzheimer trägt. Alzheimer erfasst Männer und Frauen gleichermassen, sie trifft kul-



turunabhängig Menschen aller Gesellschaftsschichten. Das grösste Risiko, an Alzheimer zu erkranken, ist das Alter: Etwa fünf Prozent der 70- bis 80-Jährigen und fast zwanzig Prozent der über Achtzigjährigen sind betroffen. Bei den über Neunzigjährigen ist es rund ein Drittel.

Alzheimer ist eine krankhafte Veränderung des Gehirns. Auf Nervenzellen lagert sich Eiweiss ab, das so genannte Beta-Amyloid, und lässt sie absterben. Ganze Gruppen von Nervenzellen in den verschiedenen Hirnregionen verlieren ihre Leistungsfähigkeit. Es kommt zu einem langsamen Versagen des Gehirns: Die Persönlichkeit des Kranken verändert sich. Gedächtnis und Sprache, die Fähigkeit zu planen und zu handeln, die räumliche und die zeitliche Orientierung gehen verloren. Die Krankheitsdauer be-

trägt durchschnittlich acht bis neun Jahre. Die Patienten sterben an einer Infektion, an Organversagen, an Schwäche.

Mittel, welche die Krankheit heilen, stoppen oder auch nur entscheidend verlangsamen können, gibt es keine. Es sind keine Impfung und keine Prävention bekannt. Trotzdem ist eine frühe Diagnose wichtig: Medikamente, Gedächtnistraining und aktivierende Therapien können die Krankheit über einen gewissen Zeitraum verlangsamen und Lebensqualität und Unabhängigkeit länger erhalten. Martha Favre, beratende Pflegefachfrau am Telefon der Schweizerischen Alzheimervereinigung, rät allen Betroffenen und Angehörigen, diese Zeit zu nutzen: «Macht alles, was ihr noch möchtet. Profitiert davon, dass es noch einige Zeit gut geht. Hortet Erinnerungen. Bringt die fi-

nanziellen Dinge in Ordnung. Regelt Vollmachten. Und vor allem: Sagt einander die Dinge, die ihr noch sagen möchtet.» (Siehe Interview auf Seite 10.)

Ich will unser Leben noch so gut wie möglich interessant und angenehm gestalten. Im Winter Schach spielen, Jassen, Puzzlen, Mikado – auch wenn es immer weniger geht. Wir nehmen Einladungen an, das Leben soll weitergehen. Jeden Samstag gehen wir ins Nachbardorf mit dem Auto und essen auswärts Frühstück. Eine jahrelange Tradition. Daran halten wir fest. Ich helfe Kurt diskret beim Essen. Ich geniesse diese Stunden des Zusammenseins, jede Stunde, die wir noch zusammen etwas unterneh-

TIPPS FÜR ANGEHÖRIGE

- Machen Sie sich Ihren Hausarzt zum Verbündeten! Reden Sie mit ihm, damit er den Patienten genauer untersucht – vielleicht bei einer Routinekontrolle. Zwei Drittel aller Demenzerkrankten haben keine Diagnose! Wertvolle Zeit, die bewusst genutzt werden könnte, geht so verloren.
- Sie haben Anspruch auf jede Art von Unterstützung und Beratung, auch in finanzieller Hinsicht. Melden Sie sich bei der Alzheimer-Vereinigung oder Ihrer Pro-Senectute-Stelle. Zögern Sie nicht, Hilfe anzunehmen!
- Informieren Sie sich! Je grösser das Wissen um die Krankheit und den Krankheitsverlauf ist, umso besser lässt sich damit umgehen und für die Zukunft vorsorgen. Beachten Sie die Tipps für die Alltagsgestaltung mit Demenzerkrankten, herausgegeben von der Schweizerischen Alzheimer-Vereinigung.
- Nehmen Sie Angebote wie Angehörigen-Gruppentreffen oder Ferien für Betroffene und ihre Betreuenden in Anspruch. Dort können Sie Informationen austauschen und auftanken.
- Was auch immer Sie entscheiden in Bezug auf den Übertritt in ein Pflegeheim: Sie allein entscheiden! Niemand hat das Recht, Ihre Entscheidung zu kritisieren oder zu werten.
- Beziehen Sie Ihre Familie und Freunde in den Krankheitsprozess ein. Regelmässige Familientreffen helfen, Abmachungen zu treffen, Standpunkte zu klären und die Situation immer wieder neu zu analysieren.

HILFE FÜR BETROFFENE

Die Schweizerische Alzheimer-Vereinigung mit ihren 18 Sektionen unterstützt mit verschiedensten Angeboten Demenzerkrankte und ihre Angehörigen. Sie ist die kompetente Anlaufstelle für alle, die sich mit der Krankheit auseinandersetzen müssen. Seit dem ersten November betreibt sie das Alzheimer-Telefon 024 426 06 06.

Schweizerische Alzheimer-Vereinigung, Rue des Pêcheurs 8 E, 1400 Yverdon-les-Bains, Telefon 024 426 20 00, Fax 024 426 21 67, Mail alz@bluewin.ch, Internet www.alz.ch

men können – im Bewusstsein, dass sich immer mehr ändern wird. Wir fahren zum See, sitzen auf die Bank an der Sonne, sehen Schwänen, Taucherli, Enten, Schiffen zu. Ich denke daran, was ich zu Hause alles tun sollte. Nein. Ich sitze jetzt bei Kurt und geniesse die Ruhe, den Frieden, die Zweisamkeit, die Zärtlichkeit. Wie lange noch? Ich möchte, dass Kurt mit mir Bohnen pflückt. Kurt geht zur Pergola und ruft: «Anna, komm doch zu mir. Schau dir diese schönen Wolken an!» Ich schaue in den Himmel, ich schaue diese schönen Wolken an und denke: «Ach, ich mit meinen Bohnen – und Kurt will mir so etwas himmlisch Schönes zeigen.» Ich muss ihn einfach lieben. Kurt kann nicht mehr sprechen, aber er streichelt ganz fein immer wieder über meinen nackten Unterarm. Seine neue Sprache. Es ist Pfingstsonntag, ein Wunder für mich. Er zeigt mir seine Zuneigung auf eine wunderschöne Art. Der Draht zwischen Kurt und mir besteht immer noch. Wie lange noch?

Etwa zwei Drittel aller Demenzpatienten werden zu Hause gepflegt, meist von den Angehörigen. Diese kompensieren Ausfälle des Erkrankten, übernehmen seine Aufgaben und passen sich ständig den veränderten Lebensumständen an. Sie betreuen und pflegen immer mehr, suchen ihren verirrtten Patienten, oft stundenlang, folgen ihm in seinem Bewegungsdrang, sie halten Aggressionen, Misstrauen und Beschuldigungen aus. War die Beziehung zwischen Ehepartnern schon in gesunden Tagen schwierig, wird sie jetzt wohl endgültig zerbrechen. Doch auch Angehörige in einer guten Beziehung kennen Gefühle von Wut und Scham, von Ungeduld, Ablehnung und Ekel.

Ich schäme mich, es zu schreiben, aber auch das muss sein. Um meinen plötzlich auftretenden Frust über unsere Situation loszuwerden, gehe ich in den Keller und schmeisse einige Male ein Zeitungsbündel auf den Boden. Versteht man das? Kann man mir nachfühlen? Nachher ist es mir wieder wohler.

Es tut so weh! Diese neue Situation in unserem Leben braucht von mir eine Gewöhnung, eine grosse Umstellung, Kraft. Bisher hatte Kurt immer die Führung übernommen. Heute kommt er einfach mit mir. Wo sind seine Fantasie, seine Aktivität und sein Wille geblieben? Manchmal spüre ich nichts, ich denke nichts, ich nehme es einfach zur Kenntnis. Es kann nicht immer alles in meine Tiefe gehen.

Neben der oft kaum auszuhaltenden täglichen Belastung müssen sich Angehörige mit der Krankheit auseinander setzen. Sie müssen sich der Tatsache stellen, dass ihnen ein nahe stehender Mensch jeden Tag ein bisschen mehr entgleitet. «Weisse Trauer» nennen Fachleute diesen Prozess des langsamen Abschiednehmens. «Mein Haus ist voller Tränen», sagt Anna Brunner. Sie weine, weine. Ihre Tochter, die in der Nähe wohnt, weint. Und früher habe sie auch noch zusammen mit ihrem Mann geweint: «So viele Tränen.»

Schweizweit werden rund 300 000 direkt betroffene Angehörige gezählt. Doch betreuende Angehörige können ihre Aufgabe nur wahrnehmen, wenn sie auf ein soziales Netz und auf Hilfe zählen können. Sie brauchen kompetente Beratung und Begleitung von Fachpersonen und Angehörigengruppen; sie haben das Recht auf Unterstützung bei der täglichen Betreuung – von Spitex- und Entlastungsdiensten, von Tagesstätten, von Einrichtungen für Kurzaufenthalte über Nacht, an Wochenenden oder in den Ferien – und schliesslich auf einen demenzgerechten Heimplatz für ihren Kranken.

Anna Brunner bekommt Hilfe: Ihre Tochter unterstützt sie und ihren Mann, der Sohn kommt regelmässig aus Bayern in die Schweiz. Ihm schreibt sie lange Briefe. Sie hat Freunde und Verwandte, die zu ihr stehen. Gespräche mit ihnen helfen. Sie geht in die Selbsthilfegruppe für Angehörige von Alzheimer-Kranken und lässt sich informieren. Sie ist froh um den Austausch. Einen Tag in der Woche bringt sie Kurt in eine Tagesklinik. An diesem Tag könne sie etwas besser atmen, etwas ruhig für sich selber tun.

Am Morgen schläft Kurt bis neun Uhr. Während dieser Zeit liest Anna Brunner in einem Buch oder tankt bei schönem



Wetter im Garten bei den Blumen auf. Doch ihre Tage und Nächte werden immer anstrengender. Ihr Mann braucht ständige Aufmerksamkeit – und sei ihr doch ständig voraus. Immer tue er einen nächsten, nicht voraussehbaren Schritt, auf den sie sich wieder einstellen müsse.

Es ist Abend, ich sehe aus dem Fenster seine Gestalt im Dunkeln verschwinden. Ich ziehe die Jacke an, will ihm nachgehen, laufe zu seinem Elternhaus, welches schon lange verkauft ist und zu welchem er schon öfter gegangen ist. Aber er ist offenbar in eine andere Richtung verschwunden, ich verliere seine Spur, springe zwei Stunden herum, suche ihn, rufe, nichts. Er könnte umfallen, ich mache mir

Vorwürfe, vielleicht ist er wieder zu Hause, nein, ich fahre mit dem Auto herum, zu den Bahnhöfen, weil er einmal gesagt hat, er müsse einen Kollegen in Zürich besuchen. Nach vier Stunden komme ich nach Hause. Kurt steht total erschöpft vor der Türe.

Dann ist wieder Abend. Er geht aus dem Haus. Ich begleite ihn, er ist gespannt, unruhig, er läuft und läuft. «Kurt, wir werden müde, komm, wir kehren zurück!» «Nein, ich muss weiter.» Endlich bringe ich es fertig, dass wir die Richtung zum Haus finden, erschöpft, kraftlos, traurig. Jetzt weine ich oft aus Erschöpfung. Ich spüre, dass bei mir die Überforderung beginnt. Doch müsste ich Kurt in ein Heim geben,

dann würde ich dies als ein Eingeständnis meines Versagens ansehen.

Dann entscheidet das Schicksal. Anna Brunner stolpert über ein Staubsaugerkabel und erleidet einen Oberschenkelhalsbruch. Sie muss ins Spital, ihr Mann ins Tagesheim, das er schon kennt. Anna geht an Krücken, sie wird Kurt nicht mehr nach Hause nehmen können. Die Familie ist froh: Im Haus Wäckerling in Uetikon am See findet sich für Kurt ein Zweibettzimmer. Die Tochter bringt ihren Vater hin. Er geht willig mit. Die Tochter weint.

Jetzt bin ich allein zu Hause. Ich bin wie erstarrt. Kurts Plätze sind leer, er schläft nicht mehr neben mir. Dabei hätte ich Kurt bis zuletzt

WEITERE INFORMATIONEN

➤ Der Ratgeber von Gesundheit Sprechstunde enthält vielfältige Informationen und Briefe einer Frau an ihren Alzheimer-kranken Mann. Zum Buch gehört eine CD mit alten Liedern. Samuel Stutz (Herausgeber): *Leben mit Alzheimer*. Orell-Füssli-Verlag, Zürich 2004, 152 Seiten, CHF 39.80

➤ Ein Ratgeber für Betroffene und Angehörige, die sich auf ihr verändertes Leben einstellen müssen. Einzelne Kapitel (z. B. über Sozialleistungen) beziehen sich auf deutsche Verhältnisse. Mechthild Niemann, Richard Mahlberg: *Alzheimer: Was tun, wenn die Krankheit beginnt?* Trias Verlag, Stuttgart 2003, 135 Seiten, CHF 26.20

➤ Verhaltensauffälligkeiten, Kommunikations- und Stimmungsprobleme, Schuldgefühle und Ängste sind die grössten Herausforderungen im Umgang mit Demenzkranken. Huub Buijssen: *Demenz und Alzheimer verstehen – mit Betroffenen leben*. Ein praktischer Ratgeber. Beltz Verlag, Weinheim 2003, 160 Seiten, CHF 23.50

➤ Schonungslos und oft mit brutaler Präzision beschreibt die US-Schriftstellerin Eleanor Cooney die Alzheimer-Krankheit ihrer Mutter. Eleanor Cooney: *Ich hörte dich so gerne lachen*. Als meine Mutter Alzheimer bekam. Droemer Verlag, München 2004, 368 Seiten, CHF 33.40
Bestelltalon auf Seite 70.

➤ Die 50-seitige Broschüre «Leben mit Demenz – Tipps für Angehörige und Betreuende» der Schweizerischen Alzheimer-Vereinigung gibts gratis bei: Schweizerische Alzheimer-Vereinigung, Rue des Pêcheurs 8 E, 1400 Yverdon-les-Bains, Telefon 024 426 20 00, Fax 024 426 21 67, Mail alz@bluewin.ch, Internet www.alz.ch

Adressen im Internet:

www.alz.ch
www.sonnweid.ch
www.alzheimer-net.ch
www.memoryclinic.ch
www.wirrgarten.ch
www.derrotefaden.ch

daheim pflegen wollen. Die Zeit alleine dient nicht der Erholung, ich beschäftige mich damit, wie es Kurt im Heim ergeht. Geht es Kurt nicht gut, dann leide auch ich. Geht es ihm gut, gehe ich unbesorgter nach Hause. Der Therapeut sagte einmal: «Wenn Ihr Mann weint, wenn Sie ihn im Heim verlassen, so vergisst er es, wenn Sie die Tür geschlossen haben. – Aber dann weinen Sie.» Wie Recht er hat.

In den allermeisten Fällen wird eine Heimeinweisung unausweichlich. Angehörige handeln verantwortungsvoll, wenn sie ihrem Kranken die bestmögliche Pflege ermöglichen wollen. Diese ist – spätestens im fortgeschrittenen Stadium der Krankheit – fast nur noch in einer Institution möglich. Trotzdem sind Angehörige voller Selbstzweifel und Schuldgefühle, wenn es so weit ist. Sie glauben, sie hätten versagt, und meinen, «mit ein bisschen gutem Willen wäre es doch noch gegangen». Sie vergessen, welche ungeheure Leistung sie vollbracht haben. Und dass sie, auch

nach einem Heimeintritt, von grösster Wichtigkeit bleiben. Und Sternstunden, kostbare Augenblicke, kann es bis zuletzt geben.

Der Pfleger bringt Kurt mit dem Rollstuhl in den Park. Wir sitzen beieinander, halten uns fest, spüren unsere Liebe. Kurt küsst mich. Es wäre wie früher, wenn... Ja, wenn... Doch dieser Augenblick war einmal mehr «das letzte Mal». Ein solcher Moment ist nie mehr gekommen.

Zweimal in der Woche besucht Anna Brunner ihren Mann im Haus Wäckerling. Sie sitzt an seinem Bett, spricht mit ihm, erzählt ihm von ihrem Alltag, fährt ihn im Rollstuhl unter den alten Magnolien im Park spazieren. Sie ist sicher, dass ihr Mann in diesem Haus gut aufgehoben ist, die richtigen Therapien bekommt. Auch wenn sie habe lernen müssen, dass er nun andere Bezugspersonen hat. Dass er den Handkuss, der früher ihr vorbehalten war, der neuen Pflegerin gab.

Seit dem Beginn dieses Jahres gehört zum historischen Haus Wäckerling eine

«Wichtig ist das soziale Netz»

Martha Favre (Bild), Krankenschwester mit langer Erfahrung, betreut das Alzheimer-Telefon. Unter 024 426 06 06 erhalten Angehörige und direkt Betroffene Antworten auf drängende Fragen.



Sie sind täglich mit Fragen rund um Demenzerkrankungen konfrontiert. Welches sind die häufigsten Fragen? Die meisten betreffen Verhaltensauffälligkeiten und Persönlichkeitsveränderungen: Inkontinenz, Weglaufen, gestörte Nachtruhe, Aggressionen... Viele Telefonierende wünschen Broschüren, Adressen von Angehörigen-Gruppen oder von pflegerischen Unterstützungsangeboten. Andere pflegende Angehörige telefonieren erst, wenn sie nicht mehr weiter wissen. Da ist es wichtig, dass ich zunächst einfach zuhöre.

Bekommen Sie auch Anrufe von Betroffenen selber? Das ist neu: Männer und

Frauen telefonieren, weil ihnen ihre Vergesslichkeit Angst macht. Sie fragen, wo sie sich untersuchen lassen könnten, verlangen Broschüren, Informationsmaterial, Adressen. Sie möchten oft auch einfach über ihre Ängste sprechen.

Was ist für Angehörige besonders schwierig zu ertragen? Die ständigen Veränderungen beim Kranken zu akzeptieren: Eine Mutter, die vorher alles wusste, oder ein Partner, der alles konnte, wird abhängig und unselbstständig. Das ist ein unwahrscheinlich schmerzhafter Prozess.

Was raten Sie? Da hilft nur das Wissen, dass die Veränderungen aus der Krankheit und den Angstzuständen heraus entstehen und nichts mit der Persönlichkeit des Patienten zu tun haben. Dieser kann nichts dafür, macht es nicht absichtlich! Das Wissen um die Krankheit entlastet auch die Betroffenen selber.

Abteilung ausschliesslich für Demenzkranke. In den überschaubaren, gut strukturierten Wohneinheiten leben jeweils acht Patientinnen und Patienten zusammen und werden vom immer gleichen Team betreut. Nicht Therapie, sondern Alltagsgestaltung heisst das Schlüsselwort, das die Wohngemeinschaften auszeichnet: Wer will, hilft beim Bügeln, beim Kartoffelschälen oder beim Backen, übernimmt kleinere Aufgaben, die ihm liegen.

In der Wohnküche duftet es nach Essen, kleine Knabbereien stehen auf den Tischen. Glasschränke, Kontrastfarben, einfache Zeichen an den Türen und klare Linien helfen bei der räumlichen Orientierung. Teppiche und Schall isolierende Decken schlucken unnötige Geräusche, welche die Bewohnerinnen und Bewohner nur verwirren. Ein Handlauf den Weg entlang führt in einem Oval durch den Garten; Haustiere, Pflanzen, ein Brunnen, eine Bank, eine Holzbeige wecken Erinnerungen an früher.

Solche Spuren aus den Lebensgeschichten der Bewohnerinnen und Bewohner sind überall zu finden. Der

Direktor des Hauses Wäckerling, Peter Mangold, ist überzeugt vom Betreuungskonzept, das sich auf die Biografie der kranken Männer und Frauen stützt: «Alzheimer-Kranke verlieren jede Sicherheit, weil sie ihre Identität verlieren. Gegenstände, Gerüche, Sinneswahrnehmungen aus früheren Lebensabschnitten sind der Königsweg zu ihrer Identität.»

Auch Anna Brunner hat über dem Bett ihres Mannes Fotos von früher aufgehängt: vom Skifahren, vom Schiff auf dem Zürichsee, von gemeinsamen Ferien, von Bergtouren. Sie liest ihm aus den Büchern «Ledischiffe auf dem Zürichsee» vor, weil er als Knabe jeweils mit dem Ledischiff von Meilen nach Bäch gefahren sei. Sie erzählt ihm immer wieder frühere Erinnerungen:

Weisst du noch, Kurt? Ferien in Saas Fee. Weisst du noch? Über den Feegletscher zur Britanniahütte. Dort hat uns ein Bergführer über den Allalingsletscher, am Seil zum Schwarzhorn geführt. Dort oben sang der Führer das Lied «Grosser Gott, wir loben dich».

Wir haben immer wieder davon gesprochen, uns daran erinnert. Weisst du noch?

Anna Brunner nimmt Abschied. Schritt für Schritt, jeden Tag ein bisschen mehr. «Das letzte Wegstück muss jeder allein gehen», sagt sie. Der Glaube, dass ihr Schicksal in der Hand einer grösseren Macht liegt, hilft ihr. Sie fragt jetzt nicht mehr «Warum?», sondern eher «Wozu?». So komme sie einer möglichen Antwort vielleicht eher auf die Spur.

Kurt verabschiedet sich immer mehr von seiner Familie. Im Bett wendet man ihn alle zwei Stunden, um dem Wundsein vorzubeugen. Der Physiotherapeut kommt regelmässig. So oft es geht, verbringt Kurt seine Tage im Rollstuhl. Wir sind überzeugt, dass Kurt alles, was gesprochen wird, noch irgendwie wahrnimmt. Seit der Diagnose Alzheimer sind acht Jahre Traurigkeit, Hoffnung, Liebe, Schönes, Kraft vergangen. Vor kurzem feierten wir Kurts Geburtstag. Es war der 85.

Sollen und müssen Paare über die Krankheit, ihre Ängste und Gefühle sprechen? Ich rate dazu, ja. Schwieriger ist es allerdings, wenn man nie viel miteinander gesprochen hat. Alte Ehepaare verstehen sich oft auch ohne Worte. Jüngere reden eher miteinander. Wichtig ist es, dass solche Gespräche in einer ruhigen Atmosphäre stattfinden, dass man sich vorbereitet und schaut, wie der Kranke darauf reagiert.

Sie hatten selber eine demenzkranke Schwiegermutter... Es tat unglaublich weh – und gleichzeitig habe ich viel erfahren: Bei den Alzheimer-Patienten fällt jede Maske weg. Es gibt kein «So-tun-als-ob» mehr. Sie haben mich gelehrt, was wichtig ist und was nicht, und auszu-drücken, was ich möchte und was nicht.

Gibt es Angehörige, die an ihrer Aufgabe zerbrechen? Natürlich. Schlimm ist es, wenn man allein ist und nirgends um Hilfe rufen kann oder will. Denn ohne ein

starkes Netz geht es nicht. Man braucht dann die Familie, die Nachbarschaft, Hilfen im Haushalt, eine Tagesstätte, ein Pflegeheim, den Austausch in einer Gruppe. Ich stelle immer wieder fest, dass die Angehörigen die grössten Spezialisten im Umgang mit der Alzheimer-Krankheit sind.

Kann man als Angehörige in die Aufgabe als Pflegende hineinwachsen? Das gibt es. Es gibt auch Angehörige, die sehr gerne pflegen, gerne die Verantwortung für jemand anderen übernehmen, gerne Gefühle zeigen. Ganz wichtig ist zu wissen: «Ich muss nicht mehr tun, als dass ich kann und dass ich will.» Es gibt auch Ehepartner, Söhne und Töchter, die können oder wollen eine Pflege nicht übernehmen. Das ist ihr Recht. Man muss ehrlich sein, gerade mit sich selber.

Der Heimeintritt ist meist unausweichlich. Dazu bekomme ich auch Telefonanrufe von Töchtern und Söhnen. Sie

sehen, dass der gesunde Elternteil den kranken nicht mehr pflegen kann. Die Töchter und Söhne können in diesem Fall aber nichts anderes tun, als ihre Ängste und Befürchtungen mitzuteilen. Entscheiden müssen die Eltern selber. Ohne das Einverständnis des pflegenden Angehörigen ist ein Heimeintritt sowieso nicht möglich. Und manchmal zeigt der Körper, dass eine Situation unerträglich wird: Ein verstauchter Fuss oder eine Grippe zwingen oftmals die Betroffenen zu einer Veränderung.

Wann lässt sich – von aussen gesehen – eine Pflege zu Hause nicht mehr verantworten? Die Grenze ist in der Regel erreicht, wenn der Kranke keinen Augenblick mehr allein sein kann, wenn die Nächte zum Tag werden und die pflegenden Angehörigen nicht mehr schlafen können. Man kann sich eine solche Aufgabe vorher ausmalen – aber wie unendlich schwer sie schliesslich sein wird, das kann im Voraus niemand wissen.