

DREHBUCH

Zeitung Neue Luzerner Zeitung
Auflage 121.000 (Verlagsangabe)
Kontakt Ruth Schneider
Telefon 0041 41 429 51 19
E-Mail ruth.schneider@luzernerzeitung.ch

Etwa 110.000 Menschen in der Schweiz leiden an Demenz. Ruth Schneider, Redakteurin der *Neuen Luzerner Zeitung*, schreibt seit fast 20 Jahren über die Krankheit. Bei einer Tagung der Alzheimervereinigung Luzern im Jahr 2010 kam ihr die Idee, eine



Ruth Schneider
 ist Redakteurin
 der *Neuen Luzerner*
Zeitung.

Demenzabklärung – also eine Untersuchung, bei der festgestellt wird, ob ein Patient demenzkrank ist oder nicht – als Reporterin zu begleiten. Auf der Suche nach Betroffenen wandte sich Schneider an die Oberärztin einer Memory Clinic, also einer ambulanten Abklärungs- und Beratungsstelle bei Gedächtnisproblemen, und an eine frei praktizierende Ärztin für Geriatrie.

Beide hörten sich in ihrem Patientenkreis um, es dauerte aber, bis sich jemand fand, der sich von der Journalistin begleiten ließ. Es war vor allem die Tochter der Erkrankten, die – selbst Abteilungsleiterin in einem Pflegeheim – ihre Mutter davon überzeugen konnte, wie wichtig Aufklärungsarbeit auf diesem Gebiet ist. Für die Reportage begleitete Schneider Mutter und Tochter zur neuropsychologischen Untersuchung und später zum Diagnosegespräch, bei dem der Frau Alzheimer diagnostiziert wurde. Auch danach hielt Schneider telefonischen Kontakt zur Tochter, um zu erfahren, wie die Frau mit der Diagnose umgeht. „Eine Reportage dieser Art ist unter Zeitdruck nur schwer möglich“, sagt Schneider. „Man muss Zeit haben, um einfühlsam vorgehen zu können. Besonders in bewegenden Situationen, wie der Bekanntgabe der Diagnose, ist es besser, zunächst abzuwarten und zu schweigen, anstatt etwas Falsches zu sagen.“ Mutter und Tochter erschienen anonymisiert in der Zeitung, um ihre Privatsphäre zu schützen. Auch die tatsächlichen Fragen des Demenztests druckte Schneider nicht ab, da es keinen Sinn mache, wenn sich Menschen, die ihn noch absolvieren werden, darauf vorbereiten könnten.

drehscheibeTIPP

Ein Reporter verbringt einen Tag mit einem Geriatrie-Arzt und beobachtet ihn im Umgang mit den Patienten.

AUS DER NEUEN LUZERNER ZEITUNG VOM 20. APRIL 2012

An der Seite der Patientin

REPORTAGE Eine Autorin begleitet eine Frau beim Demenztest und beschreibt ihren Umgang mit der Diagnose.



Demenzabklärung: Mutter und Tochter, die sich mit dem ersten Demenztest auseinandersetzen, schauen sich ein Fotoalbum an. (Illustration: Ruth Schneider)

«Ich möchte doch keine Last sein»

Ein Montagmorgen, kurz nach 8 Uhr, im Wartezimmer der Memory Clinic in Sursee. Heute beginnt für Anna Erni* (63) die Abklärung, ob sie – eine lebensfroh und offen wirkende Hausfrau, Mutter und Grossmutter – an Alzheimer oder an einer anderen Demenzkrankheit leidet.

Sie und ihre Tochter Evi Huber* (43) haben zugestimmt, dass die Journalistin bei der neuropsychologischen Untersuchung dabei sein und darüber schreiben darf. Evi Huber sagt: «Als Pflegefachfrau in einem Obwaldner Pflegeheim ist es mir ein Anliegen, dass Demenz kein Tabu ist und sich die Leserinnen und Leser ein Bild machen können, wie eine Demenzabklärung abläuft.»

Ihre Mutter erzählt vom Zmorge, und dass sie seit vielen Jahren mit ihrem Mann Peter in einer Luzerner Landgemeinde wohne.

Es ist 8.15 Uhr. Neuropsychologin Sara Widmer heisst Anna Erni und ihre Tochter willkommen und wendet sich behutsam an Anna Erni: «Ihr Hausarzt hat Sie zur Demenzabklärung angemeldet. Er hat bei Ihnen Vergesslichkeit festgestellt. Wir werden hier genauere Untersuchungen machen. Heute möchte ich Sie zuerst näher kennen lernen und auch von Ihrer Tochter erfahren, was sie festgestellt hat in letzter Zeit.» Evi Huber legt ihrer Mutter die Hand auf den Arm, beide schauen einander an und lächeln.

Sie muss alles aufschreiben

Frank und frei erzählt Anna Erni. «Manchmal bin ich gut beieinander, manchmal nicht so.» Auf die Frage, was sie vergesse, sagt sie: «Ich muss alles aufschreiben. Termine oder die Einkaufsliste. Aber im Dorfladen finde ich mich gut zurecht. Und das, was früher war, das weiss ich noch gut.»

«Ich würde gerne mit Bekannten jassen. Doch dann vergesse ich, sie einzuladen.»

ANNA ERNI STELLT SELBER VERÄNDERUNGEN FEST

Evi Huber, die wie ihre vier Geschwister einen guten Kontakt zu den Eltern pflegt, schildert, was sie in den letzten ein, zwei Jahren bei ihren Besuchen erlebt hat: «Wenn ich komme, fragst du zum Beispiel: «Hättest du gerne einen Kaffee?» Und dann sitzen wir ewig ohne Kaffee.» Anna Erni sagt: «Ja genau, dann sitze ich einfach da und vergesse es.»

Ihre Tochter fährt fort: «Meine Mama war immer so pflichtbewusst. Und nun blieben plötzlich die Rechnungen liegen. Als sie bei einem Familienfest vor einem Jahr die Geburtsjahre von uns Kindern durcheinanderbrachte und das bereitgelegte schöne Kleid nicht mehr fand, fing ich an, mir Gedanken zu machen.»

Neuropsychologin Sara Widmer fragt Anna Erni: «Brauchen Sie für Ihr Denken mehr Zeit?» Antwort: «Ja, ich stehe immer wieder an, und ich weiss dann im Moment nicht, wie es weitergeht. Dass ich die Einzahlungen nicht mehr machen kann, das macht mir Mühe. Aber Stricken, das geht noch. Ich würde auch gerne mit Bekannten jassen. Doch dann vergesse ich, sie einzuladen.»

Sara Widmer erkundigt sich, wie denn Anna Erniss Mann mit der Vergesslichkeit seiner Frau umgehe. Evi Huber schildert, ihr Vater reagiere in seiner Hilflosigkeit manchmal ungeschickt und könne auch mal in Zorn ausbrechen. «Auch deshalb möchte ich gerne wissen, wo Mama steht. Denn wenn wir Klarheit haben, können wir in der Familie zusammensitzen und schauen, wie wir es einrichten können, dass unsere Eltern weiterhin gut zusammenleben können.»

Angst und Rückzug

Anna Erni wird von der Neuropsychologin nun gezielt gefragt nach Gedächtnisschwierigkeiten bei Namen, beim Suchen nach Wörtern oder bei der Er-

innerung daran, was jemand gerade erzählt hat. Sara Widmer fasst anschliessend zusammen: «Frau Erni, wenn es um Ihr Gedächtnis geht, spüre ich bei Ihnen Unsicherheit.» Anna Erni antwortet: «Ja, das stimmt. Aber es ist nicht Absicht.» Ihre Tochter sagt: «Mama, das wissen wir doch. Ich spüre deine Angst und aus dieser Angst heraus zunehmend deinen Rückzug.»

Nach weiteren Fragen – zum Schlaf, zu Anzeichen für eine Depression, zu Gereizt- oder Aufgeregt-Sein – sagt Anna Erni unversehens: «Bin ich nicht zu jung für Alzheimer? Ich möchte doch keine Last sein.» Liebevoll nimmt ihre Tochter sie in den Arm und sagt mit Tränen in den Augen: «Du bist uns keine Last. Mama, wir Kinder, wir schauen zu dir und Papa.» Leise fügt sie hinzu: «Von meinem Beruf her ist mir die Thematik sehr vertraut, denn ich arbeite ja in einer Demenzabteilung. Aber jetzt, da es um meine Mutter geht, trifft mich das emotional sehr stark.»

9.30 Uhr: Sara Widmer erläutert die nun folgende neuropsychologische Untersuchung. Dabei werden die Hirnfunktionen wie Gedächtnis, Sprache, Konzentration, visuelle Vorstellung, Planung und strategisches Denken geprüft und die Ergebnisse mit jenen gleichaltriger, gesunder Frauen mit ungefähr gleichem Bildungsstand verglichen.

Lesen, Erinnern, Zeichnen

Testaufgaben sind unter anderem lautes Lesen und Nacherzählen einer kurzen Geschichte. Nachsprechen kurzer Sätze. Bedeutung von Sprichwörtern erklären. Wiederholt abgefragtes Erinnern einiger Wörter, Aufzählen von Blumenarten. Erkennen von Gegenständen auf Bildern. Nachzeichnen und Erinnern von Figuren. Einfache rechnerische Aufgaben. Mit Gesten zeigen, wie man Wäsche aufhängt. Anna Erni macht

Lesen, Erinnern, Zeichnen

Testaufgaben sind unter anderem lautes Lesen und Nacherzählen einer kurzen Geschichte. Nachsprechen kurzer Sätze. Bedeutung von Sprichwörtern erklären. Wiederholt abgefragtes Erinnern einiger Wörter, Aufzählen von Blumenarten. Erkennen von Gegenständen auf Bildern. Nachzeichnen und Erinnern von Figuren. Einfache rechnerische Aufgaben. Mit Gesten zeigen, wie man Wäsche aufhängt. Anna Erni macht

Lesen, Erinnern, Zeichnen

Testaufgaben sind unter anderem lautes Lesen und Nacherzählen einer kurzen Geschichte. Nachsprechen kurzer Sätze. Bedeutung von Sprichwörtern erklären. Wiederholt abgefragtes Erinnern einiger Wörter, Aufzählen von Blumenarten. Erkennen von Gegenständen auf Bildern. Nachzeichnen und Erinnern von Figuren. Einfache rechnerische Aufgaben. Mit Gesten zeigen, wie man Wäsche aufhängt. Anna Erni macht

«Nehmen Sie aktiv am Leben teil, denn das trainiert unser Gehirn am meisten.»

SARA WIDMER, NEUROPSYCHOLOGIN

engagiert mit. Einiges gelingt gut, anderes weniger. Dann seufzt sie auch mal und sagt: «Ich war halt nicht so gut in der Schule.» Konkrete Beispiele dürfen in der Zeitung nicht beschrieben werden. Weil es für Menschen, die diese Abklärung noch absolvieren werden, keinen Sinn macht, sich auf den Test «vorzubereiten».

11.25 Uhr. Die Tests und Fragen sind abgeschlossen. Evi Huber kommt zurück. Ihre Mutter erzählt ihr: «Es war nicht schlimm. Ich finde, ich bin gut durchgekommen.»

«Nehmen Sie aktiv am Leben teil, denn das trainiert unser Gehirn am meisten.»

SARA WIDMER, NEUROPSYCHOLOGIN

SARA WIDMER, NEUROPSYCHOLOGIN

engagiert mit. Einiges gelingt gut, anderes weniger. Dann seufzt sie auch mal und sagt: «Ich war halt nicht so gut in der Schule.» Konkrete Beispiele dürfen in der Zeitung nicht beschrieben werden. Weil es für Menschen, die diese Abklärung noch absolvieren werden, keinen Sinn macht, sich auf den Test «vorzubereiten».

11.25 Uhr. Die Tests und Fragen sind abgeschlossen. Evi Huber kommt zurück. Ihre Mutter erzählt ihr: «Es war nicht schlimm. Ich finde, ich bin gut durchgekommen.»

Drei Wochen später, wieder ein Montag, diesmal um 16 Uhr in der Memory Clinic in Sursee.

Sara Widmer empfängt Anna Erni und ihre Tochter zum Diagnosegespräch. Inzwischen sind alle Untersuchungsergebnisse ausgewertet und in einem Fachteam an der so genannten Diagnosekonferenz erörtert worden. Heute wird Anna Erni erfahren, ob sie an Demenz leidet. Sie wirkt ruhig.

Die Neuropsychologin breitet Blätter mit farbigen Balken aus, welche Anna Erniss Hirnfunktionen im Vergleich mit den Durchschnittswerten zeigen. Auffällig sind, nicht unerwartet, Anna Erniss schlechtere Ergebnisse beim Gedächtnis. Sara Widmer kommt nach Erläuterung einiger Werte zügig zum Wesentlichen: «Frau Erni, wir haben bei Ihnen eine beginnende Alzheimer-Krankheit festgestellt. Sie können noch ganz vieles gut machen, aber es ist klar eine beginnende Krankheit.»



Gemeinsame Erinnerungen: Mutter und Tochter, die nicht mit ihren echten Namen in die Zeitung wollen, schauen während des Besuchs unserer Journalistin zusammen ein Fotoalbum an.

Bild Nadia Schärli

Fortsetzung auf Seite 43

«Da helfen Geduld und Humor»

FAMILIE Viele Angehörige kommen bei der Betreuung von Menschen mit Demenz an den Rand ihrer Kräfte. Was man dagegen tun kann, sagt die Fachfrau Maria Koch.

INTERVIEW FLURINA VALSECCHI
flurina.valsecchi@luzernerzeitung.ch

Maria Koch, ab und zu mal etwas zu vergessen, das ist im Alter normal. Doch muss man sich Sorgen machen, wenn die betagten Eltern etwa ständig Telefonnummern vergessen?

Maria Koch*: Nein, bestimmt nicht. Wir alle vergessen Namen, müssen uns für den Einkauf Notizen machen oder verlegen mal etwas. Je älter wir werden, desto mehr nimmt die Befürchtung zu, dass das Demenz oder Alzheimer sein könnte. Von der Krankheit Demenz kann man aber erst sprechen, wenn berufliche und soziale Fähigkeiten und Kompetenzen beeinträchtigt sind.

Erklären Sie das genauer.

Koch: Wenn es die routinierte Hausfrau nicht mehr schafft, um 12 Uhr den Kartoffelstock bereitzuhaben, obwohl sie schon um 10 Uhr mit Kartoffelschälen beginnt. Oder wenn der Mann, der bis anhin die Steuererklärung und Bankgeschäfte mit Freude problemlos erledigte, plötzlich Mahnungen ins Haus bekommt. Ein klares Anzeichen ist auch, dass sich Menschen mit beginnender Demenz zurückziehen. Sie vernachlässigen ihre Freunde, gehen nicht mehr in den Männerchor oder in die Jassgruppe. Es wird ihnen bewusst, dass sie den Anforderungen, die Kollegen und Freundinnen an sie stellen, nicht mehr genügen können.

Wer merkt zuerst, dass etwas nicht mehr stimmt?

Koch: In den meisten Fällen spürt zuerst die betroffene Person selber, dass sie sich nicht mehr so gut auf etwas Bestimmtes konzentrieren kann, dass sie sich nicht mehr so spontan äussern kann, dass sie ungeduldiger geworden ist oder auch mal wichtige Sachen vergisst. Besonders bei Menschen, die noch im Erwerbsleben stehen, erlebe ich das häufig. Sie gehen dann auch selber zum Arzt und wollen wissen, was mit ihnen los ist.

Und wie ist das bei älteren Personen?

Koch: Bei über 75-jährigen Menschen reagiert man meistens nicht mehr so schnell. Die Angehörigen schieben kleine Veränderungen dem Alter zu. Es können Jahre vergehen, bis die Person zu einem Arzt geht. Dabei wäre eine frühe Abklärung sehr wichtig. Schade ist auch, dass die Angehörigen Veränderungen beobachten und mit anderen Leuten darüber reden, nur nicht direkt mit der betroffenen Person selber. Sie wollen die erkrankte Person schützen. Aber Offenheit schafft Vertrauen, und das ist für die Betreuung entscheidend. Ich habe schon erlebt, dass eine Frau befürchtete, ihr Mann hätte eine Affäre, weil immer weniger Geld im Haus war und er nicht mehr sagen konnte, wo er denn gewesen sei, wenn er spät nach Hause kam, dabei litt er an Demenz.



Sinnvolle Beschäftigung gibt Menschen mit Demenz wieder mehr Selbstvertrauen: Ein Betroffener rüstet in der Tagesstätte «Der rote Faden» das Gemüse.
Bild Pius Amrein

Was bringt eine möglichst frühe Abklärung?

Koch: Unsicherheiten und gegenseitige Schuldzuweisungen haben ein Ende. Es sind nicht mehr Unachtsamkeiten des Patienten oder sogar die Vermutung, dass er etwas extra falsch macht. Endlich hat die Veränderung einen Namen. Zudem kann man Medikamente einsetzen, und das Umfeld kann lernen, wie es den Patienten unterstützen kann.

Und wie sollen wir uns verhalten?

Koch: Auch Menschen mit Demenz möchten eine sinnvolle Beschäftigung haben. Dabei steht nicht unbedingt die frühere Arbeit im Vordergrund. Es kann für einen ehemaligen Gärtner sogar frustrierend sein, wenn er nicht mehr weiss, wie er eine Tulpenknolle setzen muss. Dafür kann er noch sehr gut in der Küche mithelfen. In unserer Tagesstätte gibt es viele Haushalt-, Garten- und kleine Reparaturarbeiten. Unsere Gäste helfen begeistert mit. Tatsächlich sagte eine Frau ihrer Nachbarin, seit sie diese Arbeit im «Roten Faden» gefunden habe, gehe es ihr viel besser. So denken sehr viele unserer Patienten. Das Wichtigste ist, dass man gebraucht wird, das gibt Selbstvertrauen und stärkt das Selbstwertgefühl.

Haben Sie noch weitere Tipps?

Koch: Menschen mit Demenz verlieren Fähigkeiten und Fertigkeiten, und da braucht es Trost. Ausserdem brauchen

sie Vertrauenspersonen, damit sie sich in der für sie zunehmend fremden Welt sicher und geborgen fühlen. Und das müssen nicht nur die Angehörigen sein. Aber auch der Humor darf nicht vergessen werden.



«Man muss auch mal ein bisschen schmunzeln können.»

MARIA KOCH,
LEITERIN «DER ROTE FADEN»

Wie meinen Sie das?

Koch: Wir müssen uns der Welt von Menschen mit Demenz anpassen, weil sie es selber nicht mehr können. Und da helfen Geduld, Gelassenheit und Humor. Sich zu ärgern, nützt nichts. Wenn der Vater im Pyjama und den Stallstiefeln ins Dorf geht, muss man zuschauen und auch mal ein bisschen schmunzeln können.

Aber es ist wohl nicht immer einfach, die Situation so locker zu sehen.

Koch: Richtig. Für Angehörige wie für Fachpersonen gilt: Der Umgang mit Menschen mit Demenz ist eine grosse Herausforderung und muss gelernt werden. Man muss wissen, wie die Auswirkungen dieser Erkrankung sind, um die Betroffenen begleiten zu können. Ohne Unterstützung und Fachwissen ist das kaum zu bewältigen, deshalb bietet «Der rote Faden» auch für Angehörige Seminare an.

Was macht die Diagnose Demenz für Partner und Kinder so schlimm?

Koch: Angehörige leiden darunter, dass sie immer mehr Entscheidungen für ihren Partner, ihre Partnerin oder einen Elternteil treffen müssen, die dieser nicht versteht und gar nicht will. Etwa, wenn das Autofahren oder die Bankgeschäfte zum Problem werden. Dann kann es zu Spannungen und Streit kommen. Angehörige haben deswegen oft Schuldgefühle. Zudem verlieren Angehörige mit dem Fortschreiten der Erkrankung ihren Gesprächspartner, mit dem sie früher Freud und Leid teilen konnten, das schmerzt.

Und trotzdem wollen viele Angehörige die Betreuung alleine meistern.

Koch: Ja, sie haben sich einmal das Eheversprechen gegeben: «Bis dass der Tod uns scheidet...» Dazu kommt, dass es nebst der grossen Belastung schwierig ist, noch Zeit zu finden, Unterstützung zu

suchen, zu organisieren und dann noch die erkrankte Person zum Mitmachen zu bewegen. Menschen mit Demenz lehnen besonders zu Beginn der Erkrankung Hilfe oft ab. Aber schon kleine Hilfen zum Beispiel von der Spitex sind sehr nützlich. Ausserdem fühlen sich Menschen mit Demenz zusammen mit Gleichbetroffenen sehr wohl. Denn dort werden ihre Fehlleistungen nur selten angezweifelt.

Wie gehen eigentlich die Betroffenen selber mit ihrer Krankheit um?

Koch: Viele Studien besagen, dass es den Menschen mit Demenz in Bezug auf Lebensqualität und Wohlbefinden sehr gut geht – wenn das Betreuungsnetz funktioniert. Aber ich bin ehrlich, es gibt auch Situationen, wo wir Betreuerinnen nicht wissen, was diese Menschen brauchen und was sie uns sagen wollen. Und da merke ich auch, wie hilflos und verzweifelt die Betroffenen selber sind. Trotzdem ist manchmal alles halb so tragisch, wie wir das von aussen wahrnehmen. Menschen mit Demenz können Fehlleistungen mit erstaunlich adäquaten Ausreden unbewusst überspielen.

Welche Vorteile und welche Nachteile hat es, wenn man einen Menschen mit Demenz daheim betreut?

Koch: Der Vorteil ist, dass die Person in ihrer vertrauten Umgebung bleiben kann. Das klappt aber nur, wenn die Familie Unterstützung hat und nicht selber an ihre Grenzen stösst. Wenn in die ambulante oder teilstationäre Betreuung zu viele Personen einbezogen werden müssen, kann das die Patienten auch unsicher machen. An diesem Punkt müssen wir Angehörigen manchmal sagen, dass sie ein System unterstützen, das Menschen mit Demenz nicht gut tut.

Das heisst also, dass die Einsicht, den Vater oder die Mutter ins Heim zu geben, oftmals zu spät kommt?

Koch: Tendenziell wird dieser Entscheid eher zu spät gefällt. Manche Angehörige haben mit der Tagesbetreuung aber solche gute Erfahrungen gemacht, dass sie sich leichter für ein Heim entscheiden können.

Spitex, Entlastungsdienst und Tagesbetreuung... Können sich betroffene Familien das alles überhaupt leisten?

Koch: Wenn das Geld nicht mehr reicht, gibt es für die Betreuung zu Hause und auch im Heim Ergänzungsleistungen. Neu, nämlich seit Einführung der neuen Pflegefinanzierung im Januar 2011, zahlen auch Krankenversicherer und Gemeinden einen namhaften Beitrag an die Kosten der Tagesbetreuung. Wenn aber Hilfe rund um die Uhr nötig wird, ist die Betreuung im Heim meist kostengünstiger. In dieser Phase macht es tatsächlich mehr Sinn, die erkrankte Person in ein Heim zu geben. Der Heimeintritt kann für alle eine riesige Erleichterung sein. Viele Angehörige sagen: «Hätten wir diesen Schritt doch schon viel früher getan.»

HINWEIS

* Maria Koch Schildknecht (62) ist Leiterin der Stiftung «Der rote Faden» in Luzern. Diese bietet Beratung und Weiterbildung für Angehörige und Betroffene und führt eine Tagesstätte für Menschen mit Demenz. Weitere Informationen: www.derrotefaden.ch. Maria Koch hält am 23. April um 19.30 Uhr im Mehrzwecksaal Arena in Root ein Referat zum Thema Demenz. ◀

Fortsetzung von Seite 141

«Ich möchte doch keine Last sein»

Anna Erni geht auf die Diagnose Alzheimer nicht direkt ein. Ihre Tochter Evi Huber ist ob der Diagnose nicht überrascht. Dennoch zeigt ihr Gesicht ihre innere Bewegtheit. «Alzheimer», sagt sie. «Ja, jetzt kann ich das Puzzle zusammenfügen aus dem, was sich im Verlauf des letzten Jahres abgespielt hat.»

Sara Widmer sagt zu Anna Erni: «Diese Diagnose ist für Sie bestimmt ein Schock. Sie sind mit 63 noch relativ jung. Wir sprechen von einer Demenz mit frühem Beginn.» Die Neuropsychologin hat aber auch eine gute Nachricht: Die Untersuchung beim Internisten und die Laborwerte haben ergeben, dass Anna Erni körperlich gesund ist.

Nach der Erläuterung der Bilder der Magnetresonanztomografie (MRT) des Kopfes fragt Anna Erni: «Werde ich Kopfschmerzen haben?» Sara Widmer

verneint und kommt nun zur möglichen Therapie und zum Umgang mit der Krankheit. «Es gibt Medikamente, die helfen, dass die Vergesslichkeitskurve langsamer verläuft. Es ist gut, Frau Erni, wenn Sie jetzt damit beginnen und die Medikamente zuverlässig einnehmen. Das wird Ihr Hausarzt mit Ihnen besprechen, er erhält unseren Bericht.» Zusätzlich könne sie selber dazu beitragen, dem Gehirn eine gute Umgebung zu geben: den Körper fit halten, genügend Bewegung, gesund essen, genügend trinken, auf den Blutdruck achten.

«Mitwirkung der ganzen Familie»

Die entscheidende Frage sei, so Sara Widmer: «Wie geht man mit der Krankheit um?» Ihre Erfahrung ist: «Je mehr man über die Krankheit und den Umgang damit weiss, desto höher ist die Lebensqualität.» Für eine gute Lebensqualität des an Alzheimer erkrankten Menschen brauche es «die Mitwirkung der ganzen Familie». Anna Erni sagt: «Gut, dass die Kinder alle erwachsen sind. Das Leben geht weiter. Wenn es

mit meinem Mann gut geht, dann bin ich zufrieden.»

Sara Widmer bietet Anna Erni an, mit ihrem Mann nochmals zu einem Termin zu kommen, damit auch Peter Erni versteht, was mit seiner Frau los ist und wie er in einer guten Art darauf reagieren kann. Evi Huber sagt: «Jetzt werden wir in der Familie zusammensitzen und schauen, was wir weiter unternehmen können, um unseren Eltern beizustehen.» Sie legt ihren Arm um ihre Mutter und sagt: «Ich denke, Mama muss die Diagnose Alzheimer noch ein paar Mal hören, bis es bei ihr Aha macht.»

Sara Widmer sagt beim Abschied: «Frau Erni, tun Sie das, was Sie gerne machen, weiterhin, das ist das Wichtigste. Nehmen Sie aktiv am Leben teil, denn das trainiert unser Gehirn am meisten.» Auf Nachfrage sagt sie, bei den meisten Menschen, die zur Demenzabklärung kämen, sei «ein Bewusstsein oder eine Ahnung da, dass etwas nicht stimmt, aber gleichzeitig auch Hoffnung, dass es doch nicht Demenz ist». Manche würden ihre

Einschränkungen zwar merken, aber bagatellisieren. Bei der Mitteilung der Diagnose komme es häufig vor, dass Betroffene weinten – andere wiederum reagierten gefasst.

Was fragen Betroffene nach der Diagnose? «Niemand fragt, wie lange habe ich noch zu leben, oder wie lange geht es, bis ich meine Angehörigen nicht mehr kenne», sagt Sara Widmer. Typischer sei es, nach dem Verlauf der Demenz in den nächsten zwei, drei Jahren zu fragen. «In diesem Zeitraum sind oft noch keine massiven Änderungen zu erwarten, und die Betroffenen kommen mit entsprechender Unterstützung noch gut zurecht.»

Drei Monate später. Evi Huber erzählt, wie hilflos ihr Vater reagierte, als sie ihn über die Diagnose seiner Frau informierte. «Er hat geweint, und er hat wütend gefragt: «Warum muss das gerade Anna treffen?» Ihre Mutter habe Mühe, die Diagnose Alzheimer zu verstehen und zu akzep-

tieren. «Sie hat sogar meinen Vater trösten wollen mit der Bemerkung, das werde schon wieder besser.»

Anna und Peter Erni haben inzwischen auf Anregung ihrer Kinder einen neutralen Beistand für die Regelung finanzieller Angelegenheiten. Peter Erni achtet darauf, dass seine Frau ihre Medikamente zuverlässig nimmt. Im Familienkreis wurde auch die Wohnsituation besprochen. Evi Huber: «Unsere Eltern konnten sich für eine Alterswohnung anmelden, wo sie je nach Bedarf Betreuung abrufen und im nahe gelegenen Altersheim essen können.» Beim gemeinsamen Spaziergang am See sucht Anna Ernis Hand immer wieder die Hand ihrer Tochter Evi Huber, und sie sagt: «Meine Familie ist für mich sehr wichtig und gibt mir Kraft.»

RUTH SCHNEIDER
ruth.schneider@luzernerzeitung.ch

HINWEIS

* Namen wurden von der Redaktion geändert. ◀