



## Demenz betrifft uns alle



Trudi und Robert Decorvet haben die Demenzkrankheit akzeptiert und versuchen, das Beste daraus zu machen. Fotos **Monika Fischer**

von **Monika Fischer**

**WILLISAU** Zunehmend mehr Menschen sind von einer Demenzkrankheit betroffen. Doch leben Betroffene und ihre Angehörigen oft isoliert und werden allein gelassen. Dieses Tabu möchte Alzheimer Luzern unter anderem mit dem Café TrotzDem im Alterszentrum Willisau, Heim Zopf matt, aufbrechen.

Früher oder später kommen alle in Kontakt mit einer Demenzkrankheit. Sei es mit der Mutter, die immer ver-

gesslicher wird, mit dem Vater, der nur noch von früher erzählt, mit dem Nachbarn, der auf Fragen keine Antworten mehr gibt oder man erkrankt selber an einer Demenz. Dies kann irritieren, weil sich betroffene Menschen äusserlich nicht verändern und die Krankheit erst bei einem direkten Kontakt zum Ausdruck kommt.

### Es geht gut, wenn das Umfeld stimmt

So zum Beispiel bei der Begegnung mit Trudi und Robert Decorvet im Restaurant des Alterszentrums Willisau, Heim Zopf matt. Auf die Frage, warum der Freiburger ins Luzerner Hinterland

kam, antwortet dieser mit unzusammenhängenden Worten, bis ihn seine Frau auf seinen ehemaligen Beruf hinweist. Nun erzählt er begeistert, wie er früher mit dem Lastwagen quer durch die Schweiz gefahren war. Jetzt sei er viel zu Fuss im ganzen Quartier unterwegs und sagt: «Mir gefällt es hier. Die reden immer von Demenz. Ich habe keine Ahnung, was das ist. Mir geht es doch gut.» Seine Frau macht ihn darauf aufmerksam, dass er seine Kleider oft verkehrt anziehe. Er lacht: «Das ist doch nicht schlimm. Mir geht es ganz gut.» Trudi Decorvet, die seit einem Schlaganfall ebenfalls auf Unterstützung angewiesen ist, meint: «Manch-



mal ist es schon «übelziti» und braucht Nerven. Doch muss man die Situation annehmen, wie sie ist.» Sie ist dankbar, in der Zopfmatte gut aufgehoben zu sein und auch auf die erwachsenen Kinder zählen zu können.

### Vermitteln und Verständnis wecken

Es löst Unsicherheit aus, wenn Menschen sich mehr und mehr verändern. Viele wissen nicht, wie damit umgehen. Das hat zum Beispiel die Teamleiterin und Fachfrau Betreuung Nicole Gloor bei der Demenzkrankheit ihrer Grossmutter erfahren. Diese wohnte bis zu ihrem Tod zu Hause und wurde zuerst von einer Tante und in den letzten Monaten durch die ganze Familie eng betreut. «Die nächsten Angehörigen konnten zuerst nicht verstehen, warum das Grosi nur noch von früher redete, mehr und mehr in einer anderen Welt lebte und am Schluss selbst die nächsten Angehörigen nicht mehr kannte. Da ich täglich im Kontakt stehe mit Menschen mit einer Demenzkrankheit, konnte ich dank meinem beruflichen Hintergrund vieles erklären und damit Verständnis für den Umgang mit dem Grosi schaffen.» Es sei wichtig, die kranken Menschen in ihrer Welt abzuholen, entweder auf sie zuzugehen oder durch ein anderes Thema abzulenken.

### Bis es nicht mehr geht

Ebenfalls kann die dipl. Pflegefachfrau Gabriela Hügli, Willisau, die beruflichen Erfahrungen im täglichen Kontakt mit Menschen verschiedener Demenzformen und Stadien mit jenen im familiären Umfeld verbinden. Sie erzählt von ihrer Mutter (76). Deren Demenzkrankheit hat sich schleichend entwickelt und in den letzten drei bis vier Monaten akut verschlimmert. Sie wurde zehn Jahre zu Hause von ihrem Vater (77) betreut. Zeitlebens selbstbestimmt, duldet sie keine fremden Leute im Haus und meinte, diese würden lügen und stehlen. So lag die ganze Betreuung und Pflege auf den Schultern

des Vaters. Die beiden Töchter unterstützten ihn so gut es ging. Gabriela Hügli betreute zum Beispiel eine Woche die Mutter, damit der Vater Ferien machen konnte. Die Mutter fand jedoch, sie mache es nicht so gut wie er. Ein Ferienbett lehnte die Mutter ab mit dem Hinweis, es sei zu teuer und man wolle sie ins Heim abschieben. Sie schildert, wie sich die Situation von Stunde zu Stunde, von Tag zu Tag verändern kann. «Die Mutter konnte sich zum Teil nicht äussern. Es war schwierig herauszufinden, was sie wollte. Oder sie hat mich aus dem Zimmer geschickt mit den Worten, sie wolle keine so alte Hexe um sich haben.» Mit der Zeit konnte der Vater seine Frau nicht mehr allein lassen. Deswegen lebte er isoliert, bis es nicht mehr ging und ein Heimeintritt unausweichlich wurde. Gemäss Gabriela hat er sich die Betreuung der Mutter zur Lebensaufgabe gemacht. «Sie haben einander durch Hochs und Tiefs begleitet und in allen Lebenslagen zusammengehalten. Wir sind froh, dass er nun kürzlich loslassen und auch zu sich schauen kann.»

### Ruhe und Zeit

Die beiden Fachfrauen betonen, wie wertvoll die Ausbildung und berufliche Erfahrungen für die persönliche Begleitung im familiären Umfeld waren und umgekehrt. Sie zeigen auf, dass sich die Krankheit unterschiedlich auswirken kann: «Neben aktiven Menschen mit grossem Bewegungsdrang sind andere ganz in sich gekehrt und singen still vor sich hin. Manche sind glücklich in ihrer eigenen Welt. Wenige können aggressiv oder sogar handgreiflich werden.» Angesichts des verlangsamten Denkprozesses sei es wichtig, den Betroffenen Zeit zu lassen, bis etwas bei ihnen im Kopf ankommt. Gabriela Hügli erfährt immer wieder: «Menschen mit einer Demenzkrankheit brauchen Freiraum, damit sie zur Ruhe kommen können. Sie sind feinfühlig und nehmen vieles intuitiv wahr. Das heisst auch für uns, ruhig zu sein und sie vor Reizüberflu-

tung, zum Beispiel zu viel Besuch, zu viel Lärm, zu schützen.» Wichtig seien auch Rituale wie zum Beispiel ein Gebet oder das Singen eines Liedes am Abend.

Das brauche Zeit. Sie betont: «Die Begleitung, Betreuung und Pflege eines Menschen mit einer Demenzkrankheit ist eine enorme Herausforderung für die Angehörigen, oft verbunden mit Hilflosigkeit, Wut, Wehmut und Trauer, ist es doch schmerzlich, die Partnerin oder den Partner, Mutter oder Vater nach und nach loslassen zu müssen. Dazu erschwert das Unverständnis der Umgebung ihr Leben oft zusätzlich.»

### Tabu aufbrechen

Guido Hüsler, Leiter des Alterszentrums Willisau, Heim Zopfmatte, kennt die Thematik. Er stellt fest, dass Angehörige oft aus Scham den Kontakt mit der Öffentlichkeit meiden und sich zurückziehen. Deshalb fehlen Erfahrungen im Umgang mit demenzkranken Menschen. Viele wollen sich auch aus Angst nicht damit befassen. Es interessiert sie nicht, so lange es sie nicht betrifft. Dies führt zu zusätzlicher Isolation der Betroffenen. Deshalb möchte er das Tabu brechen und betont: «Demenzkranken Menschen und ihre Angehörigen gehören in die Gesellschaft. Diese muss für die Problematik rund um die Demenz sensibilisiert werden. Es braucht eine Plattform, wo Ängste abgebaut und Infos geholt werden können.»

Deshalb ist es ihm ein grosses Anliegen, das 2019 in Zusammenarbeit mit Alzheimer Luzern eingeführte Café TrotzDem im Restaurant der Zopfmatte nach der durch die Pandemie bedingten Pause neu zu beleben. Es ist ein niederschwelliges Angebot für Betroffene, Angehörige, Nachbarn, Freunde und weitere Interessierte und ermöglicht direkte Kontakte mit Betroffenen und ihren Angehörigen. «Die Gäste sollen sich mit Gleichgesinnten austauschen, mehr über Demenz erfahren, Fragen



stellen können und Inputs für den Alltag bekommen. Einfach eine gute Zeit miteinander haben. Eingeladen sind auch Interessierte, die persönlich noch nie mit einer Demenz konfrontiert wurden, damit sie auf künftige Begegnungen vorbereitet sind und der Umgang mit Demenzkranken selbstverständlich wird.»

Das erste Café TrotzDem findet im

neuen Jahr am Donnerstag, 27. Januar, 14 bis 16 Uhr, im Restaurant Zopfmat, Willisau, statt. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Die Teilnahme ist unentgeltlich. Für die Konsumation kommen die Gäste selber auf.

Weitere Infos: [www.alz.ch/lu](http://www.alz.ch/lu)



*«Die Gesellschaft muss für die Problematik rund um die Demenz sensibilisiert werden.»*

**Guido Hübler** Leiter des Alterszentrums Willisau, Heim Zopfmat



Nicole Gloor, Fachfrau Betreuung und Teamleiterin (links), sowie Pflegefachfrau Gabriela Hügli können ihre Erfahrungen im täglichen Kontakt mit Menschen verschiedener Demenzformen und Stadien mit jenen im familiären Umfeld verbinden.





## Demenz – eine Übersicht

Im Kanton Luzern leben schätzungsweise 6570 Personen, die an einer Form von Demenz erkrankt sind. Voraussichtlich wird sich diese Zahl bis 2050 verdoppeln, denn der grösste Risikofaktor ist das Alter. 67 Prozent der Betroffenen sind Frauen. Rund 5 Prozent aller Menschen mit Demenz erkranken vor dem 65. Lebensjahr. Pro erkrankte Person sind eine bis drei Angehörige mitbetroffen.

Demenz bezeichnet eine zunehmende Abnahme der geistigen Leistungsfähigkeit einer erwachsenen Person. Gemäss dem Neurologen Dr. Beat Hiltbrunner werden je nach Form der Krankheit unterschiedliche Hirnareale früher oder später verändert. Als mögliche häufige Ursachen bezeichnet der Facharzt Bluthoch-

druck, Diabetes, Herzkrankheiten, Übergewicht und Untätigkeit bzw. mangelnde körperliche Fitness.

Diese gesundheitsschädigenden Einflüsse können mit Medikamenten und einem gesunden Lebenswandel behoben werden und den Verfallprozess verlangsamen. Das Training der geistigen Leistungen kann den Abfall der durch eine dementielle Erkrankung bedingten geistigen Leistungen verlangsamen oder verhindern. Möglichkeiten dazu sind Hobbys wie Kreativität (Malen oder Musizieren), die Anreicherung von Faktenwissen (Lesen, Seniorenuniversität, Diskutieren) oder die Förderung komplexer Problemlösungen bei Spielen wie Sudoku oder Schach sowie der Arbeit in Vorständen usw. **mf**