

# Freitod bei Demenz

Ein Erfahrungsbericht.



Mein Mann, der Pfarrer war, hatte im Alter von 70 Jahren die Diagnose Alzheimer erhalten. Er nahm sofort Mittel, welche die unheilbare Krankheit um einige Jahre verzögern sollten. Doch er traute der Sache nicht. Schon ein Jahr nach der Diagnose wollte er einen Termin bei EXIT für ein Gespräch mit einem Freitodbegleiter. Das erste, was ihm dieser sagte: «Bei einer Demenz liegt die Schwierigkeit darin, dass man sterben muss, solange man noch im Zustand der Urteilsfähigkeit ist, das heisst, man muss sich zum Sterben entscheiden, solange man noch weiss, was man tut. Das kann heissen, dass man das Leben noch schön findet; deshalb besteht die Gefahr, dass der Sterbewillige zu lange wartet und den letztmöglichen Zeitpunkt verpasst und in die Urteilsunfähigkeit abgleitet.»

Mein Mann sagte: «Ich weiss das, und meine Frau, die immer um mich ist, wird auf meinen Zustand achten, damit ich mich früh genug für einen begleiteten Freitod mit EXIT entscheiden kann. Ich weiss, ich muss es wollen und ich muss wissen, was ich tue.»

Er wurde zum Arzt geschickt, der seine Urteilsfähigkeit zum damaligen Zeitpunkt bestätigte. Danach war das Sterbemittel NaP für ihn bereit und bei EXIT sicher hinterlegt. Er war erleichtert, ja glücklich, dass er diese Vorbereitungen getroffen hatte, und sagte zu mir: «Wenn du mir hilfst, werden wir es schaffen. Ich werde nie jahrelang in einer Alzheimer-Klinik liegen, ohne Verstand, und dich nicht mehr kennen, wie ich das als Pfarrer an vielen Betten schmerzlich erlebt habe.»

Wir lebten noch sechs Jahre glücklich und die ersten vier fast unbeschwert, sahen den Tod aus Distanz. Wir lebten intensiver,

aber ohne Hast. Wir waren uns bewusst, viel gemeinsame Zeit bleibt uns nicht mehr. Wir machten noch Reisen, hauptsächlich an Orte, die meinem Mann gut bekannt waren, zum Beispiel Rom, da konnte er mir vieles zeigen. Ich blieb immer an seiner Seite. Während dieser Reisen machte ich Photos, die ich zu Hause sofort mit deutlich geschriebenen Texten in einem Ordner ablegte. Das waren die letzten Bücher, an denen sich mein Mann freute, als er nicht mehr im Stande war, Zeitungen oder ein Buch zu lesen.

Zu Hause war es wichtig, ihn zu motivieren, ihn bei Arbeiten im Haushalt und im Garten mithelfen zu lassen, das erforderte Geduld, brachte aber auch Freude und Zufriedenheit.

Während der letzten zwei Lebensjahre nahm seine Merkfähigkeit ab. Nicht mehr lesen und schreiben und auch nicht mehr flüssend sprechen zu können, das war für meinen Mann schmerzlich. Ein Glück war, dass er immer noch denken konnte. Er konnte deshalb immer noch klar und gut Gespräche führen mit Menschen, die Geduld und Verständnis hatten für seine Defizite. Sein Orientierungsvermögen war gut, noch ging er mit einer Liste allein einkaufen und kam sicher nach Hause. Er fand das Leben noch immer schön.

Doch eines Tages warnte der Sterbebegleiter, mit dem wir alle paar Monate Kontakt hatten: «Lieber Freund, irgendwann kommt man an die Grenze der Urteilsfähigkeit; sprich mit deiner Seele und nimm dir Zeit zum Abschiednehmen von deinen Lieben.» Da ging mir ein Stich durchs Herz: so bald Abschied nehmen? Es brauchte nun einen Arztbesuch und eine aktuelle Bestätigung der Urteilsfähigkeit. Der Todestag wurde bestimmt, und

kurz vorher führten wir nochmals Gespräche mit unserem Arzt und einem Psychiater, um sicher zu sein, dass der Patient bei seinem Entschluss bleiben wollte.

Mein Mann zweifelte nie, obwohl er ab und zu sagte: «Das Leben ist noch schön, und du, meine Frau, bist schön. Es ist traurig, aber ich muss mich jetzt zum Sterben entscheiden, und ich will es tun.»

Es wurde ein würdiger, warmer Abschied nach einem reichen Leben. Denn es blieb genügend Zeit für den Abschied, auch von den erwachsenen Kindern.

Im Buch: «Alzheimer. Wie will ich noch leben? Wie sterben?» habe ich den Hergang der Sterbebegleitung bis zum Eintritt des Todes und auch den darauffolgenden Besuch der Polizei und der Staatsanwältin ausführlich beschrieben. Ein begleiteter Freitod mit EXIT gilt, wie ein einsamer Suizid, nach dem



Gesetz als aussergewöhnlicher Todesfall. Die Kontrolle, ob alles mit rechten Dingen zugegangen sei und ob der sterbewillige Mensch nicht dazu gedrängt wurde, ist dem Staat deshalb unerlässlich.

Ich konnte einen von meinem Mann selbst geschriebenen Brief vorzeigen, in welchem er seinen Willen, mit Hilfe von EXIT zu sterben, festgehalten hatte. Meine Erfahrungen mit der Polizei waren positiv. Die Männer gaben mir als erstes die Hand und drückten ihr Beileid aus. Erst dann kam es zu Befragungen, auch diese sachlich und Anteilnehmend.

Mir ist es ein Herzensanliegen an alle, die Anzeichen einer Demenz feststellen, diese ernst zu nehmen und nicht zu verdrängen. Das heisst, in einer Memory-Klinik zusammen mit einem nächsten Angehörigen oder nahen Freund abzuklären, ob es sich bei auffallenden Störungen im Denken um eine Demenz handeln könnte, um auch die nötigen Schritte für die Behandlung und eventuelle weitere Schritte früh genug unternehmen zu können.

Es ist leider allzu häufig, dass erste Anzeichen weggeschoben wer-

den. Eine Frau in meiner Nachbarschaft schilderte mir das veränderte Verhalten ihres Mannes und wenn sie ihn darauf aufmerksam machte, seine Abwehr, er sei doch wie immer und sie bilde sich das nur ein. Es dauerte noch längere Zeit, bis er bereit war zu einer Abklärung. Und so war viel kostbare Zeit vergangen, in der noch die Alzheimer verzögernden Medikamente hätten eingesetzt werden können.

Ebenso wichtig wie Früherkennung ist die Akzeptanz der Krankheit. Es war für meinen Mann und für uns alle in der Familie ein Glück, dass er nach der Diagnose sagte, er müsse sich wohl mit diesem «ungebetenen Gast» anfreunden und sich so in sein Schicksal fügen. Offen sagte er Freunden und Bekannten, er habe die Alzheimer-Krankheit, was die ersten zwei Jahre von vielen angezweifelt wurde. Er schob die Krankheit nicht weg, als ob sie nicht wäre und setzte sich in deren Verlauf bewusst mit den schmerzlichen Erfahrungen des Abbaus seines Gedächtnisses auseinander. Ich fand seinen Mut und seine Offenheit bewundernswert. Dadurch wurden auch die sechs

letzten gemeinsamen Jahre unseres Lebens zu einer intensiven und glücklichen Zeit.

Was mich ärgert, ist die verständnislose Reaktion von Ärzten und besonders Gerontologen zum begleiteten Freitod bei Demenz.

Die Ärztin, die sich vor allem mit Alzheimer-Patienten beschäftigt und zu der mein Mann periodisch zu Test-Konsultationen ging, war entsetzt, als er ihr seine Absicht, mit Hilfe von EXIT zu sterben, kundtat. Sie versuchte ihn von seinem Vorhaben abzubringen. Er jedoch war sicher, dass dies für ihn der richtige Weg sei. Von nun an war er vorsichtiger und sprach auch mit Freunden, denen sein Entschluss nicht gefiel, nicht mehr darüber. Bei der Alzheimer-Vereinigung, die gute Hilfen für Erkrankte und ihre Angehörigen anbietet, ist leider auch bei einem Teil der Mitarbeitenden der EXIT-Tod tabu. In einer bekannten Klinik für Alzheimer-Erkrankte wird diese Möglichkeit ebenfalls abgelehnt. Natürlich sind Patienten, die in diese Klinik oder in ein Pflegeheim für Demen-te eingewiesen wurden, in einem Zustand, in dem sie nicht mehr urteilsfähig sind, und dann ist ein begleiteter Freitod mit EXIT nicht mehr möglich. Es ist jedoch sehr bedauerlich, dass Menschen, die mit der Diagnose der unheilbaren Krankheit Alzheimer konfrontiert sind, gesagt wird, für sie sei ein begleiteter Freitod unmöglich. Solange der Betroffene urteilsfähig ist, ist das sehr wohl möglich. Jeder Mensch hat das Recht, für sich selber zu entscheiden, was für ihn würdig ist. Er kann sich pflegen lassen, oft jahrelang, bis zu seinem natürlichen Tod, versunken in völliges Vergessen. Er kann aber auch dem Leiden ein Ende setzen mit der Sterbebegleitung durch EXIT.»

**RUTH SCHÄUBLI-MEYER**

**«Alzheimer – Wie will ich noch leben? Wie sterben?»**

Ruth Schäubli-Meyer, Oesch-Verlag, ISBN 978-3-0350-2806-5, 20 Franken

