

Wenn die eigenen Wände fremd werden

Vortrag zu Demenz von Christoph Held im Haus zum Seewadel in Affoltern

Wann ist der richtige Moment, einen dementen Angehörigen in die Pflege einer spezialisierten Institution zu geben. «Nie», sagen einige mit Überzeugung. Gerontopsychiater Christoph Held widersprach dieser Meinung am vergangenen Dienstag: «Es kann sowohl Betroffene als auch Angehörige entlasten.»

VON REGULA ZELLWEGER

Menschen, die zu Hause einen Demenzpatienten betreuen, kommen oft an ihre Grenzen. Sie wollen aus Liebe aufopfernd alles tun, dass der Betroffene in seinen eigenen vier Wänden bleiben kann. Sie möchten ihn nicht in ein Heim «abschieben» – was oft von der Gesellschaft negativ konnotiert wird. Doch wenn einem Demenzpatienten mit veränderter Fähigkeit in der Wahrnehmung und mit der Einschränkung in deren Verarbeitung die eigenen vier Wände fremd geworden sind, ist er überfordert. Mehr, als wenn er in einer neuen, neutralen Umgebung mit professioneller Betreuung seinen Alltag verbringen kann.

Neurologische Fakten

Christoph Held stellte in seinem Vortrag nicht einfach Behauptungen auf, er führte die Besucher des Anlasses im Haus zum Seewadel mit neurologischen und gerontopsychologischen Fakten und persönlichen Erfahrungen

PERSÖNLICH

Lebensgeschichten von Alzheimerpatienten

Christoph Held war langjähriger Heimarzt und Gerontopsychiater in den Pflegezentren der Stadt Zürich. 2018 reduzierte er sein Pensum, unterrichtet aber weiter an der Uni Zürich und an Fachhochschulen zu Demenz. Er ist Autor von Fachbüchern und Erzählungen rund um das Thema Demenz. Sein neuestes Buch «Bewohner» mit Lebensgeschichten von Alzheimerpatienten ist im Dörlemann-Verlag erschienen.



Der bekannte Gerontopsychiater und Buchautor Christoph Held beeindruckte mit seinem Referat seine ganze Zuhörerschaft, nicht nur Verena Feller, die Geschäftsleiterin des Hauses zum Seewadel. (Bild Regula Zellweger)

aus seiner Arbeit als Heimarzt Schritt für Schritt auf die Erkenntnis hin, dass ein Eintritt in ein Heim keinesfalls ein Abschieben ist.

Mit der durch die Krankheit bedingten Veränderung des Hirns verändern sich die emotionalen und kognitiven Möglichkeiten eines Menschen. Was sie wahrnehmen – und sei es auch noch so bizarr oder absurd – ist ihre Wirklichkeit. Demenzkranke soll man nicht überzeugen wollen, sondern validieren, was sie wahrnehmen. Monica Weber, Bereichsleiterin Pflege und Betreuung im Seewadel verdeutlicht: «Jede noch so unsinnig erscheinende Handlung und Verhaltensweise eines Menschen mit Demenz soll als sinnbehaftet verstanden werden. Die Aufgabe ist es, diesen Sinn zu entschlüsseln und für diesen Menschen zu übersetzen.»

In eigenen Welten lebend einsam sein

Die neurokognitive Störung, die im Volksmund Demenz genannt wird

und deren Ursache oft eine Alzheimererkrankung ist, ist bis heute kausal nicht behandelbar. Der Verlauf ist individuell sehr unterschiedlich. Schmerzhaft ist es für Angehörige, wenn bewusst wird, dass Fähigkeiten wegfallen. Demenz heisst eigentlich «weg vom Geist» und stimmt so nicht wirklich. Demenzkranke erleben ihre Welt als real, eine Welt, die in der Wahrnehmung von Gesunden oft unlogisch, unreal ist. Am Anfang werden Vermeidungsstrategien entwickelt – aber irgendwann verwischen sich die Erlebenschichten. Betroffene können nicht mehr über sich selbst sprechen – Angehörige stellen Hypothesen auf, die aber ganz falsch sein können. Hinter Verweigerung oder Widerstand stehen vielleicht Ängste, eine grosse Verwirrung, die nicht kommuniziert werden kann. Hier gilt es nicht, richtigzustellen, sondern darauf einzugehen, zu spiegeln, neutral zu sprechen.

Christoph Held gelang es, Verständnis bei den Zuhörenden zu wecken und er gab ihnen auch ganz

klare Verhaltenstipps weiter, die den Umgang mit Dementen vereinfachen.

Demenzabteilung im Haus zum Seewadel

«Für Betroffene, Angehörige und Pflegenden bildet die Diagnose Demenz eine grosse Herausforderung», weiss Geschäftsleiterin Verena Feller. «Wir konnten im Februar eine Demenzabteilung mit 18 Betten eröffnen. Dort ist es möglich, dank kleinen architektonischen Anpassungen und einer fachlichen Differenzierung der Mitarbeiterinnen, gut auf die Bedürfnisse von Menschen mit dementiellen Veränderungen einzugehen. Auch wenn in der bestehenden Infrastruktur noch einige Kompromisse eingegangen werden müssen, kann damit die Lebensqualität schrittweise verbessert werden.»

Ganz im Sinne des Referates formuliert Monica Weber: «Die Autonomie wird als höchstes Gut angesehen und deshalb steht die Pflege beispielsweise bei der Körperpflege und der

Ernährung der Bewohner oftmals vor der Entscheidung, ob in diesem Moment die Fürsorge über der Autonomie stehen muss. Generell haben die Mitarbeitenden eine wertschätzende und akzeptierende Grundhaltung im Umgang mit den Menschen mit Demenz. Sie sind geschult, mit unstrukturierten Situationen gelassen und kreativ umzugehen. Es gilt zu akzeptieren, dass Menschen mit Demenz in ihrer eigenen Welt leben.»

Vieles bleibt erhalten

Christoph Held brachte seine Zuhörerschaft manchmal trotz des ernsten Themas zum Lachen. Er erzählte beispielsweise von einem heute 90-jährigen Mann, einem in der Jugend attraktiven Leistungssportler, der als Demenzpatient Pflegenden mit Avancen beeindrucken wollte – und sich seiner heutigen Wirkung auf das andere Geschlecht nicht bewusst war. «Das gilt aber wahrscheinlich auch für manche gesunden alten Männer», fügte er an und der ganze Saal lachte. Humor darf auch mit Demenzpatienten gelebt werden – nicht auslachen, sondern mit ihnen zusammen über eine komische Situation lachen.

Im Anschluss an das Referat konnten Fragen gestellt werden. «Gibt es ein diagnostisches Mittel, das prädiktiv auf die Krankheit hinweisen kann?» Diese Frage wurde mit «Nein, noch nicht» beantwortet. Vieles an der Krankheit ist bis heute auch für Wissenschaft und Forschung ein Geheimnis. Es ist beispielsweise nicht klar, weshalb mehr Frauen als Männer an dieser Krankheit leiden.

Es gilt auch aufzuräumen mit einem Defizitmodell des Alters. Nicht alle betagten Menschen werden dement, das Alter muss nicht zwingend mit Vergesslichkeit einhergehen. Auch bei Demenzpatienten bleibt vieles erhalten, beispielsweise Reste des Ich-Bewusstseins – die durchblitzen, wenn Betroffene plötzlich klare, kluge Aussagen machen.

Christoph Held betonte zusammenfassend: «Demenzkranken bleiben eine Persönlichkeit, es gilt sie zu respektieren und nicht zu überfordern. Mit einem Eintritt in eine spezialisierte Institution kann man sie vor Überforderung schützen.» Beim anschließenden opulenten Apéro konnten die Besucher das Gespräch mit dem Referenten suchen und die Gelegenheit nutzen, sein neuestes Buch zu kaufen.