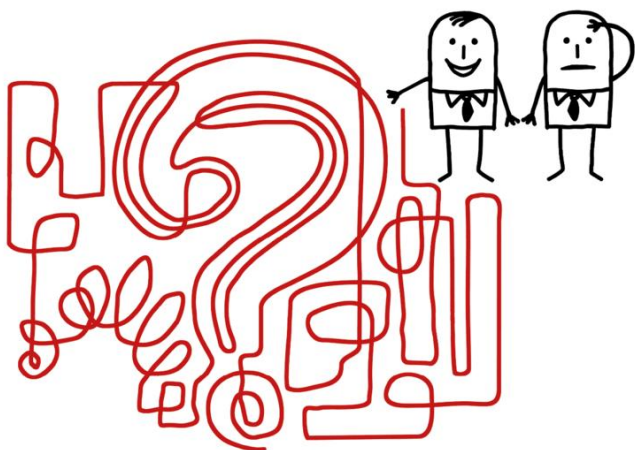


Michael Schmieder

mit Uschi Entenmann und Erdmann Wingert

Dement, aber nicht vergessen

Was Menschen mit Demenz gut tut –
acht Empfehlungen



ullstein

Unsere Zukunft ist dement. Wie können wir dennoch eine lebenswerte Umgebung für unsere Lieben erschaffen, wenn sie erkranken? Wie können wir verstehen, was ihnen wirklich guttut? Es ist für Angehörige und Pflegekräfte oft schwer zu erkennen, was Demenzkranke sich wirklich wünschen. Doch Michael Schmieder hat jahrzehntelang Erfahrung im Umgang mit Demenzkranken und ihren Bedürfnissen gesammelt und gibt in diesem Buch acht Empfehlungen, wie wir ihnen helfen können. Ist die Haltung, mit der wir den Erkrankten begegnen, von Achtung und Sympathie geprägt, erschließt sich der Rest schon fast wie von selbst.

MICHAEL SCHMIEDER, geboren 1955, leitete bis 2015 das Heim Sonnweid bei Zürich, das als eine der besten Demenz-Einrichtungen weltweit galt. Er ist ausgebildeter Pfleger, hat einen Master in Ethik und hält regelmäßig Vorträge über Demenz. Schmieder wurde von der Paradies-Stiftung für sein Lebenswerk geehrt. www.demenzexperte.ch.

USCHI ENTENMANN, Jahrgang 1963, und ERDMANN WINGERT, Jahrgang 1936, schreiben beide bei *Zeitungsspiegel* Reportagen in Weinstadt bei Stuttgart.

Von den beiden Autoren ist in unserem Hause außerdem erschienen:
Dement, aber nicht bescheuert

Michael Schmieder
mit Uschi Entenmann & Erdmann Wingert

Dement, aber nicht vergessen

Was Menschen mit Demenz gut tut –
acht Empfehlungen

Ullstein

Besuchen Sie uns im Internet:
www.ullstein.de

Wir verpflichten uns zu Nachhaltigkeit



- Papiere aus nachhaltiger Waldwirtschaft und anderen kontrollierten Quellen
- ullstein.de/nachhaltigkeit

Um die Demenzzkranken und ihre Angehörigen zu schützen, wurden ihre Namen, Biografen und Orte in diesem Buch zum Teil verändert und Handlungen, Ereignisse und Situationen an manchen Stellen abgewandelt.



Ungekürzte Ausgabe im Ullstein Taschenbuch

1. Auflage September 2023

© Ullstein Buchverlage GmbH, Berlin 2022/ Ullstein Extra

Wir behalten uns die Nutzung unserer Inhalte für Text und Data Mining
im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.

Umschlaggestaltung: zero-media.net, München

nach einer Vorlage von Rudolf Linn, Köln

Titelabbildung: © Dreamstime

Satz: Pinkuin Satz und Datentechnik, Berlin

Gesetzt aus der Adobe Garamond Pro

Druck und Bindearbeiten: Scandbook, Litauen

ISBN 978-3-548-06835-0

Inhalt

Vorwort. Der Kranke hat immer recht	7
1 Die ersten Anzeichen	13
In aller Kürze: Die wichtigsten Fragen und Antworten	35
2 Hilfe für zu Hause	41
In aller Kürze: Die wichtigsten Fragen und Antworten	60
3 Das Leben ist schön!	65
In aller Kürze: Die wichtigsten Fragen und Antworten	83
4 Wo bin ich zu Hause?	89
In aller Kürze: Die wichtigsten Fragen und Antworten	116
5 Lieber tot als demenzkrank?	123
In aller Kürze: Die wichtigsten Fragen und Antworten	146
6 Beziehung ist alles	151
In aller Kürze: Die wichtigsten Fragen und Antworten	186
7 Wie sich unsere Krankenhäuser verändern müssen	191
In aller Kürze: Die wichtigsten Fragen und Antworten	211

8 So könnte die Zukunft aussehen	215
Wie kann in Zukunft eine menschenwürdige Pflege gelingen? Sieben Vorschläge	233
Literatur	238

Vorwort

Der Kranke hat immer recht

Ein Leitfaden für Wege aus dem Irrgarten der Demenz

Wer einen Menschen betreut, der an Demenz erkrankt ist, sollte darauf gefasst sein, dass sich das Verhalten seines »Schützlings« von Monat zu Monat ändert. Um diesen immer wieder neuen Herausforderungen gewachsen zu sein, sind Kreativität und Geduld gefordert. Schon zu wissen, dass sich ständig Situationen ergeben, die nicht sofort zu lösen sind, kann helfen.

Ein Ratgeber für solche konfliktreichen Aufgaben kann keine Rezeptsammlung sein, die vorgibt, mit simplen Tipps Probleme im Umgang mit demenzkranken Menschen aus der Welt zu schaffen. Aber er kann als Leitfaden dienen, Wege aus schwierigen Situationen zu finden. Die Erfahrung zeigt, dass gesunde Angehörige meist ähnlich unflexibel reagieren wie Kranke, die ihnen anvertraut sind. Auch ein gesunder Mensch sieht oft nicht auf Anhieb ein, warum er von lieb gewonnenen Gewohnheiten abweichen soll, selbst wenn sie schon lange nicht mehr ihren Zweck erfüllen.

Wir alle sind in unseren Mustern gefangen, Kranke und Gesunde. Wie sollen wir das Leben meistern, wenn wir unser

Verhalten nicht immer wieder infrage stellen? Viele Beziehungen scheitern, weil Erwartungen herrschen, die die Partnerin oder der Partner weder kennt noch erfüllen kann oder gar erfüllen will. Das hat nicht unbedingt mit Demenz zu tun, sondern kann auch ganz andere Ursachen haben.

Nehmen wir als Beispiel den Vorwurf, der regelmäßig erhoben wird, wenn eine Person immer wieder denselben Fehler macht: Sie muss doch merken, dass das nicht funktioniert, heißt es in solchen Fällen. Doch die Frage, warum sie es nicht merkt, bleibt meist unbeantwortet.

Eine sogenannte Fehlleistung, die wir bei demenzkranken Menschen oft beobachten, besteht darin, dass ihnen Fehler aus guten Gründen unterlaufen. Wir alle gehen doch davon aus, dass man Ordnung schafft, indem man Dinge an ihren Platz stellt, also Schuhe ins Flurregal und Butter in den Kühlschrank, aber um Himmels willen nicht umgekehrt!

Was jedoch, wenn zwar der Ordnungssinn vorhanden, aber der Orientierungssinn verloren gegangen ist – und die Schuhe im Kühlschrank landen?

Unbegreiflich erscheint es auch, wenn sich die kranke Person zu nachtschlafender Zeit unvermutet aufrafft, um zur Arbeit zu gehen. Warum tut sie das? Vor allem, warum tut sie das immer wieder, obgleich man ihr doch jedes Mal klar zu verstehen gibt, dass sie seit Jahren pensioniert ist und endlich Ruhe geben soll.

Wir alle erleben die Welt durch eigene Sinne und interpretieren all das, was wir sehen und hören, riechen, schme-

cken und fühlen, aufgrund individuell geprägter Erfahrungen. Eine demenzielle Erkrankung im Anfangsstadium kann dazu führen, dass sich die Wahrnehmungen der kranken Person nicht mehr mit ihren Erfahrungen decken. Wenn für sie Schuhe im Kühlschrank keinen Fehler bedeuten, kann sie sie auch nicht als deplatziert erkennen. Niemand macht absichtlich etwas falsch, ob mit oder ohne Demenz.

Was also ist in solchen Fällen zu tun oder zu lassen? Solange keine Schäden für Leib und Leben drohen, genügt es, naheliegende Maßnahmen zu ergreifen. Zum Beispiel die Schuhe stillschweigend in den Flur zu stellen. Oder die Nachtruhe zu wahren, indem man dem arbeitswütigen Partner vorschlägt, den Wecker auf acht Uhr zu stellen. Nach dem Frühstück sei ja noch Zeit genug, zur Arbeit zu gehen.

Stress zu mildern und Ängste zu nehmen, sollte in solchen Situationen Priorität haben. Die Angst vor dem Zuspätkommen, in uns allen seit früher Kindheit verankert, kann das Bewusstsein überlagern, auch wenn man längst den Pflichten aus Schulzeit und Berufsleben entwachsen ist. Ein Beispiel dafür, wie prägend und ins Alter übergreifend solche Erfahrungen sind, liefert die alte Dame, die an der Seite ihres Mannes über Jahrzehnte ein Schuhgeschäft leitete und im frühen Stadium der Demenz die Holztreppe ihres Hauses nicht etwa mit Bohnerwachs, sondern mit Schuhcreme pflegte. Die fast lebenslange Erfahrung, dass damit Glanz und Güte zu erzeugen waren, drängte die Wahl des Mittels ins Abseits. Eine unbewusste und dennoch nachvollziehbare Entscheidung. Sie

deutet an, dass Menschen, die an Demenz erkrankt sind, zuweilen an Schlafwandler erinnern. Sie verfolgt im Wachen, was wir Gesunde manchmal in Träumen erleben, in denen wir als Erwachsene noch einmal inmitten von Kindern auf der Schulbank sitzen.

Bei Albträumen hilft nur schnelles Erwachen. Als Reaktion auf Irrungen und Wirrungen eines demenzkranken Angehörigen empfehle ich stattdessen als erste Maßnahme tiefes Durchatmen, das eine Denkpause einleitet. In ihr sollte man sich klarmachen, womit man den Kranken in solchen Momenten verschonen sollte. Im frühen Stadium der Demenz verliert er mit jedem Vorwurf, der ihm gemacht wird, ein Stück Selbstvertrauen, jeder Fehler, der ihm angekreidet wird, vertieft das Gefühl, minderwertig zu sein. Ihn mit Fehlern zu konfrontieren oder Konsequenzen anzudrohen, drängt ihn in die Enge und erhöht seine Angst.

Patentrezepte für den Umgang mit demenzkranken Menschen gibt es nicht. Selbst wer viele Jahrzehnte mit ihnen zu tun hatte, steht manchmal vor neuen Herausforderungen. Die gesammelten Erfahrungen deuten aber immerhin an, was in allen möglichen und zuweilen auch unmöglichen Situationen zu tun und zu lassen ist.

Ich weiß, vieles ist leichter gesagt als getan. In Fällen, in denen gar nichts mehr geht und der Geduldsfaden zu reißen droht, empfehle ich deshalb, zu beherzigen, was ich als Motto vorangestellt habe: Der Kranke hat immer recht. Er ist davon überzeugt, dass seine Sicht auf die Dinge die einzig richtige

ist, und lässt sich nicht belehren. Wer das beherzigt, erspart sich viele Konflikte, die zu nichts führen, weil beide verlieren und an der Situation verzweifeln. Der Kranke hat immer recht – das stärkt ihn und gibt dem Angehörigen mehr Raum, die Dinge auf seine Art zu erledigen.

