

Spagat über Generationen

Wenn Partner oder Eltern wie Kinder werden, gerät das Leben zunächst aus dem Rhythmus. Petra Plaum stellt Frauen und Männer vor, die ihre Angehörigen pflegen. Sie erzählen von den Nöten und den Freuden im Pflegealltag.

Pflege wird bei uns kein Problem«, sagte sich Rosi Hennig mit 50. Mit erwachsenen Kindern, einem engagierten Ehemann und viel Platz im Mehrfamilienhaus war sie sich sicher: »Ich pflege meine Mutter bis zuletzt.« Im Erdgeschoss wartete die altengerechte Wohnung, in ihrer Stadt gibt es Nachbarschaftshilfe und Pflegedienste, die Verwandten sagten ihre Unterstützung zu.

Mit Ende 40 entschloss sich der Journalist Dr. Reinhard Abeln, seine Mutter zu pflegen. »Die Oma war eine Riesenstütze, als unsere Kinder klein waren«, sagte er sich, »jetzt, da sie die 80 überschritten hat, sind wir eben für sie da.« 25 Jahre sind seitdem vergangen – die Abeln lösen das Versprechen noch immer ein, Tag für Tag, Nacht für Nacht. Die Mutter ist nun 106 Jahre alt.

Für Margit Winkler, 48, war das Thema Pflege bis vor wenigen Jahren nur beruflich präsent. Als gelernte Bankkauffrau, heute unabhängige Finanzfachfrau und Fachautorin rund ums Geld wusste sie um die Bedeutung finanzieller Vorsorge. Doch vor zwei Jahren bekam ihr Mann während der Arbeit Sprachstörungen, kam als Notfall in eine Klinik. Und Pflege wurde quasi über Nacht ihr Alltag.

»Per Telefon bekamen wir von den Ärzten die schreckliche Diagnose«, erinnert sich Margit Winkler. »Er hatte ein Glioblastom, einen nicht heilbaren Hirntumor. Wochen, höchstens Monate, sagten sie. Keine

Hoffnung. Keine Zukunft.« Margit Winkler und ihr Mann trafen alle notariellen Vorkehrungen: Testament, Patientenverfügung, Vorsorge- und Betreuungsvollmacht. »Danach taten wir am liebsten so, als sei alles normal. Wir wollten es einfach nicht wahrhaben«, berichtet sie. Sie reisten, feierten, aßen gut, redeten viel; Margit Winkler arbeitete fast nur noch von zuhause aus, um für Mann und Kinder da sein zu können. »Nach langem Abwägen entschied sich Norbert für ein Hospiz. Mir war es wichtig, dass seine Zeit so selbstbestimmt wie möglich ist«, berichtet sie.

Selbstbestimmt bis zum Schluss

Ein Jahr nach der Diagnose starb er in den Armen seiner Frau. Heute sagt sie: »So schwer es war, ihn zu verlieren, so war es doch ein Trost, zu sehen: Mein Mann verabschiedet sich so, wie er es wollte. Immer wieder lerne ich Familien kennen, bei denen lief es ganz anders.« Da hatte der Patient keine Vollmachten erteilt, keine Versicherung abgeschlossen, nichts angespart. »Die Zeit der Krankheit, Sterben und Trauer ist für alle Beteiligten eine schwere Zeit«, meint Margit Winkler heute und: »Es bricht einem das Herz, wenn sich Kinder dann noch um Pflegekosten streiten oder darüber diskutieren, dass der Patient das so nicht gewollt hätte.«

Rosi Hennigs Herz wurde schwer, als sie erkannte: Die Mutti ist nicht mehr die bildungshungrige, kreati-

interview

Pastor Norbert Rose ist Seelsorger im Bethesda Seniorenzentrum in Wuppertal und bildet Angehörige zum Thema »Leben mit dementiell erkrankten Menschen« aus.

Was raten Sie Menschen, die ihre Angehörigen pflegen?

NORBERT ROSE: Ich mache Angehörigen immer wieder den Verlauf der Krankheit klar: Die Patienten müssen rund um die Uhr betreut werden. Sie verlieren den Tag-Nacht-Rhythmus und das Zeitgefühl, es besteht Flucht- und Verletzungsgefahr. Manche sind dabei lieb und glücklich, andere wer-

den aggressiv. In der Regel halten Angehörige die Pflege nicht durch.

Viele, gerade Christen, sagen: Ich kann doch meine Eltern nicht abschieben.

NORBERT ROSE: Christen leiden aber auch darunter, wenn ein vorher sehr frommer alter Mensch plötzlich anzüglich wird oder flucht, wenn man ihn quasi verstecken muss. Und der Rückzug der ganzen Familie, der oft auf eine Demenz folgt, verstärkt die Tendenz zu Depressionen, die mit der Demenz einhergehen. Doch nichts ist gewonnen, wenn man sich aufopfert.

Solange Pflege zuhause klappt – was hilft den Angehörigen?

NORBERT ROSE: Den Krankheitsver-

lauf zu kennen und zu verstehen. Zu wissen, der alte Mensch verändert sich, weil sein Gehirn sich verändert – nicht, weil er es will oder weil die pflegenden Angehörigen etwas falsch machen. Vielen hilft die Möglichkeit, Informationen zu dementiellen Erkrankungen zu sammeln und sich mit anderen zu vernetzen. In Selbsthilfegruppen darf jeder offen sein, Gefühle äußern wie: »Ich kann meine Mutter nicht mehr ertragen« – die anderen verstehen das. Grundsätzlich kann jeder, der pflegt, froh sein, wenn er nicht allein ist. Und gönnen Sie sich stundenweise Auszeiten von der Pflege. Nehmen Sie sich Zeit nur für sich und tun Sie Dinge, die für Sie Kraftquellen sind.

