

Vom Leben ohne Gedächtnis

Lange verdrängt, heute allgegenwärtig: Demenz. Nach der Literatur entdeckte auch die Presse dieses von der Gesundheitspolitik stark vernachlässigte Thema. Wir widmen die vorliegenden Atupri News diesem Gesellschaftsproblem aus vielerlei Gründen. Demenz betrifft nach Expertenschätzungen beinahe jede zehnte Person im Dritten Lebensabschnitt und ist meist eine grosse Belastung für die Angehörigen – psychisch und materiell. Und Demenz führt in der Pflege, in Medizin und Betreuung, zu exorbitanten Kosten. Die im rasanten Wandel begriffene Gesellschaft und das Gesundheitswesen kommen nicht umhin, sich der Herausforderung Demenz konsequenter zu stellen.

«Die Politik ist gefordert»



Gespräch mit Dr. med. Franziska Wenger, 49 Leitende Ärztin des Alterspsychiatrischen Dienstes am Spital Thun

In der Schweiz sind 100'000 Menschen von Demenz betroffen ...

Franziska Wenger: «Wenn Sie die Erkrankten meinen, stimmt die Zahl. Doch indirekt erhöht sich die Zahl der Betroffenen x-fach: Denken Sie an die direkten Angehörigen, die Ehepartner, Töchter und Söhne, die sich oft bis zur totalen Erschöpfung in der Pflege und Betreuung engagieren, dazu kommen noch die Pflegefachleute von Spitex und in Altersheimen».

Wie erklären Sie sich die plötzliche Aktualität von Demenz?

«Demenz ist ein grosses Problem unserer Zeit, weil nie zuvor so viele Menschen so alt geworden sind. Das Bewusstsein der Öffentlichkeit scheint aber erstaunlicherweise der Politik weit voraus zu sein – dort steht die Meinungsbildung noch in den Anfängen. Immerhin, es sind im Nationalrat zwei Motionen zum Thema Demenz hängig».

Ist die höhere Lebenserwartung der Grund der Demenzproblematik?

«Sie ist die Hauptursache. Aber die veränderten Familien- und damit Betreuungsstrukturen spielen ebenso eine Rolle. Auch nimmt der Anteil der Einzelhaushalte stetig zu».

Was macht die Betreuung von dementen Menschen so anspruchsvoll?

«Es geht um die benötigte Anpassungsfähigkeit, Flexibilität, Toleranz, Ausdauer und ums Finden des richtigen Umgangs. Da stossen Betreuende rasch an Grenzen. Denn Demennte können sich nicht mehr ändern oder anpassen, dies müssen die Personen rundherum leisten. Andererseits werden Angehörige auch zu richtigen Experten im Umgang mit ihrem dementen Familienmitglied.

Schon das ständige Wiederholen ist anstrengend, denn Demente erinnern sich nicht. Zudem erleben betreuende Angehörige immer wieder Enttäuschungen, weil sich Verschlechterungen einstellen – zuerst ist es das Gedächtnis, dann gehen auch die Sprache oder praktische Fähigkeiten verloren. Ein typisches Beispiel ist die häufige Forderung der zuhause betreuten Person, nach Hause gehen zu wollen ... in ihrer Vorstellung denkt sie ans Zuhause in der Jugend oder Kindheit. Ein anderes Verständigungsproblem entsteht durch die Wortfindungsschwierigkeiten, denn bei Demenzerkrankten bildet sich der Wortschatz zurück».

Da ist es kein weiter Weg zur Überforderung.

«Ja, Demente benötigen meist eine Dauerbetreuung – Familien können das in den heutigen Gesellschaftsstrukturen nur schwer gewährleisten. Die richtige Lösung muss immer individuell gefunden werden, oft ist es eine Kombination. Zum Beispiel Unterstützung durch Spitex, Entlastungsdienste, Tagesstätten, oder auch ein Pflegeheim».

Was halten Sie von Nachbarschaftshilfe?

«Sie hat bei leichten Fällen Potenzial und betrifft Hilfen wie Einkäufen, den Briefkasten leeren und zur Ordnung schauen. Nachbarschaftshilfe hat aber auch Grenzen dort, wo es intim wird, etwa bei der Körperpflege».

Neue Wohnmodelle?

«Für alle, die nicht zuhause leben können, sind Heime das geeignete Wohnmodell. Demente könne ohne Betreuung nicht leben. In Wohngruppen werden sie im Rahmen ihrer Möglichkeiten beschäftigt, im Haushalt, beim Kochen, im Garten – Mitwirkung und Tagesgestaltung so weit es geht».

Man hört zunehmend den Begriff «Export» – also zum Beispiel die Versorgung des dementen Elternteils in Thailand. Dort sei Pflege viel kostengünstiger, sagt man.

«Für alle, die nicht zuhause leben können, sind Heime das geeignete Wohnmodell. Demente könne ohne Betreuung nicht leben. In Wohngruppen werden sie im Rahmen ihrer Möglichkeiten beschäftigt, im Haushalt, beim Kochen, im Garten – Mitwirkung und Tagesgestaltung so weit es geht».

«Dafür spricht, dass in Asien ältere Menschen geachtet werden, und wenn der Sohn oder die Tochter auch dort leben, dann kann das eine gute Lösung sein. Aber ohne Angehörige kaum: die fremde Umgebung, die sprachlichen Verständigungsschwierigkeiten vergrössern die Leiden der dementen Person».

Stichwort «Import», was halten Sie vom Engagement einer kostengünstigen Pflegeperson aus dem Ausland?

«Auf den ersten Blick klingt das verlockend. Aber auch hier stellen sich Probleme. Etwas sprachliche. Und denken Sie daran, dass auch die Pflegeperson Anrecht auf Sozialleistungen, Ferien und Freizeit hat».

Was kann die heutige Medizin in der Demenzbehandlung tun?

«Demenz ist nicht heilbar, doch kann ihr Verlauf medizinisch verzögert

werden, Betroffene können dadurch länger zuhause leben. Wichtig ist vor allem eine gute Früherkennung durch den behandelnden Hausarzt, die richtige Diagnose und dann entsprechende Schritte in der Behandlung».

Gibt es eine Demenzprophylaxe?

«Ein gesundes, aktives Lebensverhalten – Bewegung, sozialer Austausch, gesunde Ernährung – ist keine garantierte, aber zumindest eine erfolgversprechende und empfohlene Prophylaxe».

Frau Wenger, wir danken Ihnen für das Gespräch.



Was ist Demenz?

Hauptrisikofaktor ist das Alter. Umgangssprachlich kann Demenz – eine häufige Form davon ist Alzheimer – mit dem Verlust des Erinnerungs- und Orientierungsvermögens umschrieben werden. Am Anfang stehen Störungen des Kurzzeitgedächtnisses, im weiteren Verlauf verschwinden auch eingeprägte

Inhalte des Langzeitgedächtnisses. An Demenz Erkrankte verlieren zunehmend ihre praktischen Fertigkeiten sowie soziale Fähigkeiten. So führt Demenz zur Veränderung der Persönlichkeit, zur Entfremdung und zum Beziehungsverlust. Begleitsymptome von Demenz und Alzheimer können Depressionen, Angstzustände oder die Entwicklung von Wahnvorstellungen sein.



Demenz in Zahlen

Genaue Statistiken, die sich isoliert auf Demenzerkrankte konzentrieren, gibt es nicht. Nach Schätzungen der Schweizerischen Alzheimervereinigung leben in unserem Land rund 100'000 demente Menschen. Aufgrund der höheren Lebenserwartung sind Frauen im Verhältnis von 2:1 weit häufiger von Demenz betroffen als Männer.

60 % der Betroffenen (meist leichtere bis mittlere Demenz) wohnen zu Hause und werden von Angehörigen und Spitex betreut. Von starker Demenz Betroffene (40 %) benötigen eine Betreuung rund um die Uhr und leben häufig in Heimen. Von den über 80-Jährigen sind jede und jeder Vierte betroffen, bei den über 90-Jährigen sind es über ein Drittel. In Pflegeheimen und Altersresidenzen betrifft Demenz nach Schätzung von Fachleuten etwa die Hälfte der SeniorInnen und Senioren.

Weil wir immer älter werden, steigt der Bevölkerungsanteil älterer Menschen und damit die Zahl der Demenzerkrankten rasch, sagt die Schweizerische Alzheimervereinigung.

Demenz und das Gesundheitswesen

Eine exakte Trennung zwischen medizinischer Pflege und (haushalterischer) Betreuung zu ziehen (siehe auch Atupri News Nr. 67, September 2010: «Spitex»), ist äusserst schwierig, denn die zwei Bereiche überschneiden sich. Wenn sich Angehörige in der Pflege engagieren und so etwa die Spitex ersetzen, zeigen die heutigen Gesetze unschöne Lücken, denn die Grundlagen für eine Verlagerung der Finanzierung fehlen. Leider, denn je länger Betroffene zuhause leben können, umso mehr wird das Gesundheitswesen entlastet. Eine Entlastungsmöglichkeit besteht in Form der sogenannten und vermögensunabhängigen Hilflosenentschädigung durch die AHV/IV. Aus Unkenntnis wird diese Option von vielen, die darauf angewiesen wären, nicht in Anspruch genommen.

Auf diese Herausforderung müsste politisch reagiert werden.

Die Kosten der Pflege ...

sind sehr hoch und übersteigen rasch mal die Möglichkeiten einer Familie. Die reinen Pflegekosten – also die ärztlichen Behandlungskosten, Spitex oder die medizinische Pflege im Heim übernehmen die Krankenkassen im Rahmen der Grundversicherung. Wenn sich Angehörige in der Pflege engagieren und so etwa die Spitex ersetzen, zeigen die heutigen Gesetze unschöne Lücken, denn die Grundlagen für eine Verlagerung der Finanzierung fehlen. Leider, denn je länger Betroffene zuhause leben können, umso mehr wird das Gesundheitswesen entlastet. Eine Entlastungsmöglichkeit besteht in Form der sogenannten und vermögensunabhängigen Hilflosenentschädigung durch die AHV/IV. Aus Unkenntnis wird diese Option von vielen, die darauf angewiesen wären, nicht in Anspruch genommen.

Vom Portemonnaie im Kühlschrank ... Demenz in der Literatur

Demenz kann für Patienten und Angehörige zu einer ungeheuren Belastung werden und bildet deshalb den Rahmen für mitreissende Erzählungen. Für alle, die sich aus allgemeinem Interesse oder direkter Betroffenheit mit dem Thema Demenz und Alzheimer beschäftigen, haben wir aus unzähligen drei hervorragende Werke herausgepickt.



Der alte König in seinem Exil
2011, von Arno Geiger, bei Hanser
Der Autor schreibt über seinen an Alzheimer erkrankten Vater. Der von allen Kritiken hoch gelobte schmale Band handelt vor allem davon, was das Leben zu jedem Zeitpunkt lebenswert macht. Eine zügig lesbare, sehr kluge und motivierende Reflexion über Alter, Krankheit und Familie.

Small World

2003, von Martin Suter, bei Diogenes
Erst sind es Kleinigkeiten: Konrad Lang, Mitte Sechzig, stellt aus Versehen seine Brieftasche in den Kühlschrank. Bald vergisst er den Namen der Frau, die er heiraten will. Je mehr Kurzzeitgedächtnis ihm die Krankheit Alzheimer raubt, desto mehr rücken Kindheitserinnerungen in sein Bewusstsein. Suters Meisterwerk wurde 2010 verfilmt und ist seit kurzem auch als DVD erhältlich.



Mein Leben ohne Gestern
2011, von Lisa Genova, bei Bastei Lübbe
Stellen Sie sich vor, Ihre Erinnerungen werden nach und nach aus Ihrem Gedächtnis gelöscht, ohne dass Sie etwas dagegen tun können ... das Buch erzählt die Geschichte einer Frau, die sich von der eigenen Vergangenheit verabschieden muss, um einer Zukunft entgegenzusteuern, in der vieles – alles? – nicht mehr da sein wird. Berührend, treffend und doch voller Hoffnung.

Demente Menschen leiden am Gedächtnisverlust und ihr Wortschatz bildet sich zurück. Auch können sie sich nicht anpassen. Das erfordert von den Angehörigen oder von Fachleuten in der Pflege und Betreuung ein hohes Mass an Anpassungsfähigkeit, Flexibilität, Toleranz und Ausdauer.

Im Bild die Ärztin Franziska Wenger im Gespräch mit einer Patientin.