

Gegen das Vergessen

Demenz ist eine der grössten Herausforderungen einer alternden Gesellschaft. Wie kann man ihr begegnen?

Von Jana Kugoth*

Vaduz. – «In manchen Momenten war es einfach viel, sehr viel», erinnert sich Christa Quaderer. Sie hat ihre an Alzheimer erkrankte Mutter fünf Jahre lang zu Hause gepflegt. Die Pflege von Angehörigen erfordert sehr viel Kraft und Einsatz. Mit fortschreitendem Stadium der Krankheit kann es eine 24-Stunden-Arbeit werden, «was nicht machbar und auch nicht legal ist», weiss Quaderer.

Vielfältige Erscheinungsformen

Doch wie genau äussert sich Demenz? «Betroffene verlieren nach und nach wichtige Funktionen: Gedächtnis, Denkvermögen, Orientierungsfähigkeit, Auffassung und vieles mehr», erklärt der Pflegewissenschaftler Michael Rogner von der Liechtensteiner Alters- und Krankenhilfe (LAK). Er spricht nicht gerne von Demenzkranken, sondern lieber von «Menschen, die von Demenz betroffen sind.» Erzählt ein Betroffener immer wieder das Gleiche, ist das beispielsweise ein erstes Anzeichen für eine Erkrankung. Das Kurzzeitgedächtnis lässt nach. Menschen mit Demenz könnten jedoch weiterhin ein erfülltes Leben haben, hat Rogner beobachtet. Der Grossteil der Betroffenen ist körperlich fit. Die geistigen Fähigkeiten lassen nach, Gefühle erleben die Betroffenen jedoch intensiv. «Die Erscheinungsformen der Krankheit sind vielfältig», bemerkt der Pflegewissenschaftler.

Ein einheitliches Krankheitsbild gibt es nicht. Die bekannteste Form, die Alzheimer-Demenz, ist gleichzeitig die häufigste. Im Anfangsstadium bleibt sie oft unbemerkt, setzt sich schleichend fort und führt zu einem immer grösseren Verlust der Gedächtnisleistung. Die zweithäufigste Form ist die sogenannte vaskuläre Demenz.

Woran erkenne ich Demenz?

Alarmzeichen:

- Vergessen von Dingen, die erst kürzlich passiert sind
- schlechte Erinnerung an Namen, Gesichter
- Verlegen von Gegenständen
- herabgesetzte Entscheidungsfreude
- Schwierigkeiten beim Ausüben gewohnter Aktivitäten im Beruf oder Alltag
- Sprachprobleme
- zeitliche oder räumliche Desorientierung
- Persönlichkeitsveränderungen
- eingeschränkte Urteilsfähigkeit beim abstrakten Denken



«Menschen mit Demenz können auch weiterhin ein erfülltes Leben haben: Pflegewissenschaftler Michael Rogner von der LAK.

Sie wird durch kleine Schlaganfälle ausgelöst, die zu einer Unterversorgung des Gehirns führen. Sprachstörungen und Lähmungen können die Folge sein. «Theoretisch können Menschen jeden Alters an Demenz erkranken», erklärt Rogner. Jedoch sind die Fälle, in denen unter 60-Jährige erkranken, vergleichsweise gering. Das Neuerkrankungsrisiko steigt mit zunehmendem Alter.

Mehr als jeder Hundertste erkrankt
2050 wird jeder vierte Liechtensteiner voraussichtlich älter als 65 Jahre sein. Nach dem 60. Lebensjahr verdoppelt sich die Anzahl von Neuerkrankungen alle fünf Jahre. «Wir sind alle betroffen», sagt Rogner. Im nahen oder fernen Bekanntenkreis weiss vermutlich jeder Liechtensteiner von einem Menschen mit Demenz. Bereits 2010 war Schätzungen zufolge mehr als jeder Hundertste im Land erkrankt.

Demenz ist ein Problem der Industrienationen. Der Lebensstandard steigt, der medizinische Fortschritt ermöglicht ein immer längeres Leben. Aber nur 20 bis 50 Prozent aller Fälle sind überhaupt diagnostiziert. Das macht die Behandlung und bedarfsgerechte Betreuung der Personen schwierig. Denn: wo keine Diagnose, da auch keine richtige Behandlung und Betreuung.

Die Diagnose ist eine der Voraussetzungen für das sogenannte Pflege- und Betreuungsgeld, das Liechtenstein seit 2010 an Angehörige zahlt. Sie haben einen Anspruch auf bis zu 5000 Franken im Monat. Heute werden vier von fünf Menschen mit Demenz zu Hause betreut.

«Neben den finanziellen Aspekten stellt die häusliche Betreuung die Pflegenden noch vor weitere Herausforderungen», erzählt Quaderer. Oftmals sind es die Frauen der Familie, die diese Aufgaben meistern müssen.

Das Konfliktpotenzial ist hoch. Die vertauschten Rollen sind ungewohnt. Töchter müssen ihren Müttern sagen, dass sie bei kaltem Wetter die dicke Jacke anziehen müssen. «Als Pflegenden ist es wichtig, die eigenen Grenzen anzuerkennen», rät Quaderer. Dazu gehören rechtzeitige und ausreichende Pausen. Quaderer hatte bei der Betreuung ihrer Mutter Glück. In Notfällen hatte sie «eine gute Perle», wie sie sagt. Ein Anruf genügte und «die gute Perle» übernahm für einige Stunden oder einige Tage die Pflege. Quaderer wusste: Ihre Mutter ist in guten Händen. Auszeiten, in denen sie selbst Erledigungen machen oder beim Wandern in den Bergen Erholung suchen konnte.

Die Krankheit begreifen

Heute ist Quaderer freiberuflich tätig, berät pflegende Angehörige mit Schwerpunkt Demenz und arbeitet als Pflegefachfrau im Alters- und Pflegeheim in Balzers. «Demenz ist nach wie vor ein Thema, über das nicht gerne gesprochen wird», glaubt sie. In einem kleinen Land kennen die Menschen einander. Wer gibt gerne zu, dass Ehepartner, Eltern oder Grosseltern nicht mehr Herr ihrer geistigen Fähigkeiten sind? Pflegewissenschaftler Rogner und Pflegefachfrau Quaderer sind sich einig: Nicht die Bekämpfung von Demenz sollte in den Vordergrund gerückt werden, sondern das Begreifen einer Krankheit, die im Umfeld zukünftig eine grosse Rolle spielt. «Angehörige suchen in den meisten Fällen viel zu spät professionelle Unterstützung und alternative Betreuungsmöglichkeiten», sagt Quaderer. Sie rät deshalb zur vorausschauenden Betreuungsplanung. Rogner nennt es fachsprachlich «Palliative Care». «Optimal ist es, innerhalb der Familie früh



Hat ihre an Alzheimer erkrankte Mutter fünf Jahre lang gepflegt: Christa Quaderer weiss, wie viel Kraft und Einsatz die Krankheit verlangt. Bilder Jana Kugoth

über den Prozess des Alterns und über mögliche Betreuungsangebote zu sprechen», sagt er.

Enge Zusammenarbeit wichtig

Einrichtungen wie das LAK-Haus St. Laurentius in Schaan, in dem Rogner arbeitet, bieten eine Alternative zur häuslichen Betreuung. Denn die häusliche Situation verändert sich zunehmend: Kinder leben nicht mehr in unmittelbarer Nähe zu ihren Eltern, beide Ehepartner sind berufstätig, Patchworkfamilien werden häufiger. «Die Quote der häuslichen Pflege wird zukünftig schwer aufrechtzuerhalten sein», schlussfolgert Rogner. Er rät deshalb, sich bereits früh über mögliche Pflegeeinrichtungen zu informieren. Er rät zur engen Zusammenarbeit. «Verwandte haben einen enormen Wissensvorsprung gegenüber dem Pflegepersonal.» Die Pflegepersonen müssen für eine individuelle Betreuung die Biografie des Bewohners kennen. Hat er gerne gemalt oder war er körperlich aktiv? Daran können die individuellen Versorgungsangebote anknüpfen.

Das Thema Demenz ist auch in der Liechtensteiner Politik angekommen. Die Regierung hat 2012 eine «Demenzstrategie» verabschiedet mit dem Ziel, bis 2020 das Bewusstsein der breiten Öffentlichkeit und des Fachpersonals zu erhöhen und die Diagnose-, Behandlungs- und Betreuungspotenziale auszubauen. Der zweite Schritt der Strategie, ein Umsetzungsplan für die Massnahmen mit Angaben zu Zeitplan und Finanzierung, steht noch aus.

2012 wurde «Demenzstrategie» in Liechtenstein zum Unwort des Jahres gekürt. Rogner sieht es pragmatisch: «Immerhin: So bekam das Thema einen weiteren Platz in den Medien», stellt er fest. Rogner und Quaderer sind sich einig: Demenz darf kein Tabuthema bleiben. «Meine Mutter war für mich ein Gegenpol zu unserer heutigen schnelllebigen Welt», erzählt Quaderer. «Von der Begegnung mit

Demenzkranken können wir sehr viel lernen. Zum Beispiel, wieder unsere Gefühle, unsere Zeit und die sinnlichen Aspekte des Lebens wahrzunehmen.»

Versorgungsangebote in Liechtenstein

- Langzeitbetreuung: LAK-Häuser, APH Schlossgarten
- Familiärer Bereich: Niedergelassene Ärzte, Fachärzte, Familienhilfe, Fachstelle für häusliche Betreuung und Pflege
- Bildungs- & Beratungsangebote: Ärzte, Kontakt und Beratung Alterspflege (KBA), Informations- und Beratungsstelle Alter (IBA), Bildungshäuser, LAK Aus- und Weiterbildung (AWB), Selbsthilfegruppe für Angehörige von Demenzpatienten

ZU DER AUTORIN



* Jana Kugoth (25) kommt aus Berlin und absolviert die Internationale Sommerakademie für Journalismus und PR an der Universität Liechtenstein.

Coop Haag Center

NEU

mit attraktiven Megastore-Aktionen!

ab Dienstag, 3. September 2013

coop
Für mich und dich.