

Ob Rita Hayworth und Ronald Reagan oder Star-Geiger Helmut Zacharias – sie alle hatten eines gemeinsam: Demenz. Auch über 100 Jahre nach ihrer Entdeckung gibt die „Krankheit des Vergessens“ noch viele Rätsel auf. Aber wir wissen inzwischen was ein Leben mit Demenz lebenswerter macht. Ein kleines Quäntchen Glück. Und Glück im hohen Alter hängt mit der Vergangenheit zusammen.

Zwischen den Zeiten leben

Vom Seelenfrieden und dem besten Marmeladenbrot der Welt

von Sigi Korte



Gegen Demenz ist bis heute medizinisch kein Kraut gewachsen. Der zunehmend geistige Verfall schürt Ängste bei den Betroffenen wie bei den Angehörigen. Ist sie bereits weit fortgeschritten, müssen die Angehörigen ihre Partner, Mütter oder Väter einem Heim anvertrauen, einer anonymen Institution also, auf deren Professionalität sie nur hoffen können – denn nach wie vor haben viele Pflegeheime Mühe, dass zunehmende Wissen über Demenzerkrankungen und die damit verbundenen speziellen Pflege- und Therapieformen im Alltag zu verankern. In den 80er Jahren verstand kaum Jemand etwas davon. Heute wissen wir, dass ein Mensch trotz einem sukzessiven Verlust seiner intellektuellen und sozialen Fähigkeiten Lebensqualität empfindet – sofern man auf ihn einzugehen versteht. Und nur im achtungsbereiten und wertschätzenden Umgang mit den erkrankten Älteren und den Uralten können wir auch den Grad unserer gesellschaftlichen Kultur messen.



„Ich beginne die Reise, die zum Sonnenuntergang des Lebens führt.“
Zitat von Ronald Reagan, amerikanischer Präsident von 1981-1989



„Der Mensch mit Demenz nehme sein Leben immer mehr über seine Sinne wahr. Die Architektur muss sich diesen Bedürfnissen anpassen“, sagt Hartmut Foer überzeugt. „Die Räume in Altenheimen dürfen sich nicht nur aus den funktionalen Parametern der Pflegerichtlinien herleiten“.

Die Seniorenresidenz in Völlinghausen ist natürlich prädestiniert für diese Philosophie. Inmitten eines Parks mit majestätischen Eichen ließ Lorenz Felix Graf von Bockum-Dolffs vor über 100 Jahren hier ein Diakonissinnen-Haus im Stil der Neo-Renaissance erbauen. 1990 zog nach umfangreichen Sanierungsarbeiten die Seniorenresidenz ein. In der ersten Etage ist die Wohngruppe Demenz-Erkrankter zu Hause.

Am Ende der Etage liegt ein großer Gemeinschaftsraum, in dem ein liebevoll gepflegter alter Kohleherd steht und unterschiedlich große Tische plus eine Holzbank mit dicken Kissen zum Verweilen einladen. Die Küche ist gleich nebenan. Daran anschließend ist der „Wanderpfad“, ein langer Gang auf dem die Bewohner ihren Bewegungsdrang befriedigen können. Nichts erinnert an einen dieser endlos langen, polierten Krankenhausflure, die womöglich noch nach Reinigungsmitteln riechen. Farben, Licht und Geräusche sind aufeinander abgestimmt. Reizüberflutung ist nicht angesagt. Grau und Weiß ebenso wenig.

Warme Farben und antike Eichendielen bestimmen das Ambiente. In der alten Jugendstil-Lampe brennt nur ein Licht. „Wahrscheinlich hat Frieda die Leuchte wieder rausgedreht“, erklärt Marcel und zuckt beiläufig die Schulter. Marcel ist der Jüngste im Team der Pflegenden. Er macht gerade seine Ausbildung und ist der „Enkel“ der Bewohner. Frieda streicht ihm über den Kopf und reklamiert: „Gebt dem Kind mal was zu essen. Er ist zu dünn!“.

Tägliche Rituale leben

Es ist wohlthuend ruhig in der Wohngruppe. Sonnenstrahlen fallen durch die hohen Fenster. Irgendwo trällert leise ein Radio. Berta Müller und Marcel fegen. Frau Meier gönnt sich gerade ein Mittagsschläfchen. Der kleine gelbe Kanarienvogel auf der Fensterbank zirpt. Eine Riege alter Puppen schmückt die Kommode aus der Gründerzeit. Frieda sortiert die Tassen auf dem alten Kohleherd. Zeitungslesen, Schachspielen und Kreuzworträtsel lösen, tägliche Rituale werden hier gelebt. Selbstverständlich hängt der Speiseplan auch in der alten Sütterlin-Schrift am schwarzen Brett.





Durcheinander schafft Atmosphäre

Die Eingänge zu den Zimmern der Bewohner sind mit Namensschild und einem Foto aus frühen Tagen versehen. Damit sich keiner verläuft und jeder wiedererkennt. Dazwischen liegt der Mitarbeiterraum, nicht aufgeräumt und steril, sondern wohnlich. Meistens sind die Hausgäste während unserer Besprechungen dabei“, erklärt Schwester Heike. Geschlossene Türen gibt es bei uns nicht. Wir leben das Konzept mit dem wir arbeiten, ergänzt sie.

Heike Schwarze ist die Seele der Station. Als ausgebildete Altenpflegerin ist sie überzeugt von dem Konzept der Milieuthherapie für Demenzerkrankte. „Verstehen, akzeptieren und zulassen“, sagt sie. Was anderes als die Thesen nach **Prof. Erwin Böhm** käme für sie gar nicht infrage. Ihr Charme wie ihre Hartnäckigkeit kommen ihr dabei zugute.

„Eine ‚durchdesignte‘, nüchterne Möblierung geht an den Bedürfnissen der Bewohner vorbei“, versichert Hartmut Foer, der mit seiner Familie die Seniorenresidenz gemeinsam leitet.



„Man darf den Bewohnern nicht seine eigenen Vorstellungen aufzwingen“. Für die dementen Bewohner seien noch immer die vertrauten, eigenen Möbel das Beste – nicht nur in den Einzelzimmern, auch in den Gemeinschaftsräumen. „Das scheinbare Durcheinander schafft Atmosphäre“, weiß Foer. Ein wenig stolz ist er auf die neue „Gute Stube“. Hier ist alles wie so vor sechzig Jahren. Von der goldumrandeten Kaffeetasse bis zum gemütlichen Ohrensessel im dezenten Lila. Der ideale Platz für ein Kaffeekränzchen oder den Besuch von der Familie.

Konzept Milieuthherapie mit...

„Der Raum soll dem erlebten Milieu der Bewohner entsprechen. Das Haus orientiert sich möglichst nahe an den ursprünglichen Wohnverhältnissen der Bewohner“, lautet unmissverständlich Foers Maxime. „Wenn man den Lebensraum an die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz anpasst, entstehen die oft beobachteten Verhaltensauffälligkeiten erst gar nicht“, sagt er und öffnet die Türen nach draußen.



Eine kleine Treppe führt hinunter in den über 15 000 Quadratmeter großen herrlichen Garten, der mit seinen verschlungenen Wegen zum Spazieren einlädt. Eine Ziege meldet sich, die sich den Stall mit zwei Schafen teilt. Im Pavillon auf der Wiese sitzen zwei ältere Damen und stricken unverdrossen Schals und Mützen für das Pflegeteam.

Diejenigen Bewohner, die noch irgendwie laufen oder rollen können, trifft man bei gutem Wetter hier. Auf einer warmen Decke sitzen sie und schauen in den blauen Himmel. Ist der Körper stiller gelegt, machen sich Gedanken breit.



Gemeinsam statt einsam

Den alten Kinderwagen von damals hat sie mitgebracht. Er hat seinen festen Platz auf dem „Wanderpfad“. Im vorderen Fach ist eine Milchflasche, eine Windel und was man sonst noch für ein Baby braucht. Kurz vor Mittag zieht Helene ihren Mantel an und spaziert mit dem Kinderwagen über den Flur. Sie müsse sich beeilen, weil ihre beiden großen Kinder gleich aus der Schule kämen und sie kochen müsste. Schwester Heike klemmt sich bei ihr ein und sagt ganz ruhig „Gut Ding will Weile haben“. Helene nickt, schuckelt noch zweimal, dreimal den blitzblanken Kinderwagen, streichelt über die Puppe, legt die Kinderdecke ein wenig zurecht und hängt den beige Mantel wieder an die Garderobe, auf der sich viele bunte Hüte stapeln. Von der Kommode holt sie die schwarze Schellakplatte und legt sie vorsichtig auf das alte Grammophon. Ihr Gesicht lacht, leise summt Helene mit. „Wieder die alte Melodie?“, schmeichelt Schwester Heike ihr ins Ohr.

... psychobiografischen Ansatz

Helene ist eine der Bewohnerinnen. Achtzig Jahre alt, klein und ein wenig rund, beigefarben gekleidet. Wer etwas genauer hinschaut, bewundert ihre faltenfreie Porzellanhaut, und wer noch genauer hinschaut, erkennt das gelegentliche Blitzen in ihren grauen Augen. Helene lebt mit Elisabeth in einem gemeinsamen Zimmer. Elisabeth ist fünfundneunzig und kann kaum noch krauchen, weshalb sie das Haus praktisch nicht mehr verlässt. Die beiden leben auf 20 Quadratmetern, der Fernseher läuft laut, weil Elisabeth schwerhörig ist. Das stört die beiden betagten Damen nicht.

Gehen wir einen Schritt zurück: Als der Krieg zu Ende ging, war Helene gerade achtzehn geworden, eigentlich wollte sie Klavierspielerin werden. aber bitte – nach dem Krieg war es sehr viel wichtiger, etwas zu essen aufzutreiben, und Klaviere, die waren nun wirklich nicht nötig, bestenfalls, um sie im harten Winter zu verfeuern. So musste sie sich diesen Wunsch aus dem Kopf schlagen. Stattdessen heiratete sie, bekam drei Kinder und erlebte die intensivste Zeit in ihrem Leben.



Die Wohngruppe ist geprägt von familiärem Zusammenleben. Kartoffelschälen und andere Haushaltsarbeiten gehören zum Alltag, genauso wie der Ausflug in das Schwimmbad nach Bad Sassen-dorf. Die aktive Beteiligung vermittelt den Bewohnern Sicherheit und mehr Lebensqualität.

Hermann mit dem Helm

Hermanns Lieblingssache war immer sein stabiler Schaukelstuhl aus Kirschbaumholz. Jeden Tag saß der alte Mann in seinem Stuhl und träumte von der Vergangenheit. Bis zu einem gewissen Zwischenfall. Hermann war früher ein erfolgreicher Architekt. Als der Balkon der Seniorenresidenz einen neuen Belag bekam, zitierte er den „Chef“ auf die Baustelle.



„So ginge das auf keinen Fall“. Hermann gefiel sich in der Rolle des intellektuellen Baumeisters – er war ein Mann der alten Schule. Also wettete er: Der Abstand zwischen Balkon und Gelände sei eindeutig zu hoch! Hartmut Foer lenkte ohne Umschweife ein. Stimmt. Als Dank schenkte er Hermann einen Zollstock und einen gelben Helm. Den trug Hermann immer wenn er auf seinem Rundgang durch das Haus und den angrenzenden Park war.

Frieda und das Lieblingskissen

Frieda hat einen wertvollen Besitz. Ein Kissen – aber es ist kein alltägliches Kissen. Ihr verstorbener Enkel hat es ihr geschenkt. Jetzt liegt es in ihrem Sessel. Sorgsam bewacht von den Pflegenden. Zärtlich streicht Frieda über die Stickerei. Rosa Blüten auf schwarzem Satin, sie klopfte es ein wenig und legt es liebevoll auf die Lehne, damit es keinen Flecken bekommt. Frieda setzt sich an den kleinen Tisch, greift nach dem Apfel und schält ihn mit dem „Hümmeken“ in Windeseile. Durch die Schalen kann man durchschauen, so dünn sind sie. Wie in ihrer glücklichen Mutterzeit, zu verschenken hatte man nichts. Ein ausgeprägtes Wertebewusstsein prägt die Generation der heute Alten. Schwester Heike sagt: „Ein Apfel am Morgen vertreibt Kummer und Sorgen“.

Marmeladenbrot mit Butter

Die Unordnung auf dem Bett der alten Dame ignoriert Schwester Heike. Sie lächelt verschmitzt und sagt zu Frieda: „Du hast es gerne, wenn alles aufgeräumt ist“. Mit diesen kleinen Sätzen benenne man das Gefühl, das der Mensch spürt. Schwester Heike erklärt weiter: „Diese knappen Phrasen sind wie ein Echo. Dem Menschen wird mit Äußerungen begegnet, die er versteht. Das schafft Vertrauen und Nähe, so können viele Situationen des Pflegealltags entschärft werden. Man bekommt soviel an Zuneigung zurück“, schwärmt sie. Außerdem sei verstärkt festzustellen, dass wesentlich weniger Medikamente verabreicht werden müssten. Das sei ein ganz entscheidender Effekt.

„Dazu mache ich mir jetzt ein Marmeladenbrot mit dick Butter – das beste Marmeladenbrot der Welt“, bestimmt Frieda und tritt in Richtung Küche. „Morgen gibt es Stielmus“, ruft Schwester Heike ihr hinterher. „Nichts geht über Hausmannskost. So wie man es gewohnt ist!“, verspricht sie.

Konfliktfrei macht glücklich

„Konflikte entstehen bei uns nur sehr selten – und wenn, dann sind sie schnell behoben“, Schwester Heike beugt sich über den Tisch und legt das kleine, blaue Küchenmesser wieder genau auf seinen vertrauten Platz. Gleich neben das von Gerda. Nur das ist rot. Gerda und Frieda teilen sich das Zimmer. Gerda liebt Tiere. Auf der Fensterbank sitzen sie alle: Der graue Fuchs, der Tiger mit der hellen Schnauze und natürlich Paule, der graue Wolf.

Ihren glücklichsten Moment, erzählt Schwester Heike, hätte sie leider auf der Beerdigung einer ehemaligen Bewohnerin erlebt. Eine ältere Dame aus der Seniorenresidenz entdeckte das Pflegepersonal und erklärte der begleitenden Familie. „Schaut mal. Da sind die Schwestern aus dem Paradies!“.



„Die Menschen, die hier leben, sollen sich nie alleine fühlen“, betont Schwester Heike: „Auch Atemgeräusche der anderen wirken beruhigend auf sie.“

Anmerkung der Redaktion: Alle Namen der Bewohner wurden geändert