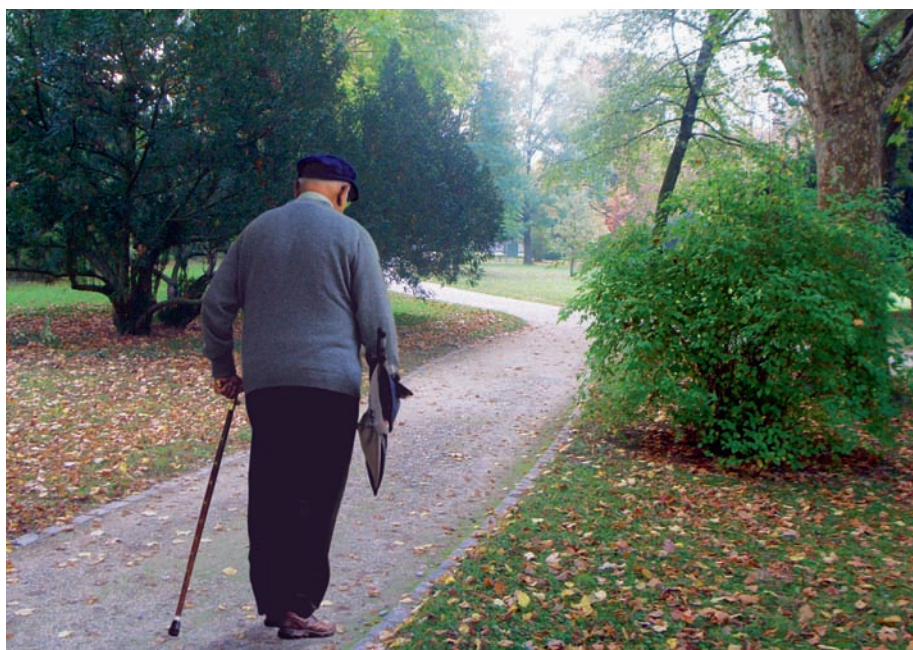


INHALT

Editorial	2
Interview mit Ethiker Settimio Monteverde	2
Würde in der Pflege	4
Angehörige berichten: Liebevoll betreut in Thailand	5
Unsere Partner: Tagesstätte im Liestaler «Stedtli»	6
Aus der Beratung: Angewöhnung an die Tagesstätte	7
Rückblick: Fokuspreis-Verleihung	7
Ausblick: «Hirnjogging» am Muba-Stand	8
Impressum	8

IM BRENNPUNKT

Menschliche Würde trotz Demenz



Auf unserem Lebensweg kann uns eine Demenzerkrankung erwarten. Wenn es so kommt, verlieren wir dann unsere Würde?

«Ich beginne nun die Reise, die mich zum Sonnenuntergang meines Lebens führt.» Der Mann, der diese Worte niederschrieb, wusste, dass er an Alzheimer erkrankt ist. Wenige Jahre zuvor war er noch der 40. Präsident der Vereinigten Staaten von Amerika. Es sind Worte von Ronald Reagan. Seine «Reise zum Sonnenuntergang» dauerte zehn Jahre. Ein anderer prominenter Mann, der Lebemann und Künstler Gunter Sachs, wählte im vergangenen Mai den Suizid, als er bei sich erste Symptome der Alzheimer-Krankheit zu beobachten glaubte. In seinem Abschiedsbrief verwies er auf den «würdelosen Zustand», den er auf sich zukommen sah.

Zählt nur die geistige Kontrolle?

Weshalb reagierten Ronald Reagan und Gunter Sachs in einer vergleichbaren Le-

benssituation so unterschiedlich? Was genau ist für Gunter Sachs würdelos? «Der Verlust der geistigen Kontrolle über mein Leben», wie er schrieb. Diese Begründung führt zur Frage: Ist die Fähigkeit zur geistigen Kontrolle die einzige Grundlage der menschlichen Würde? Der Freitod von Gunter Sachs hat in der Öffentlichkeit eine Debatte ausgelöst. Das ist gut so. Für über 100 000 Menschen in der Schweiz ist die eigene Erkrankung an Demenz eine Realität, und die Zahl der Betroffenen wird sich bis ins Jahr 2050 mindestens verdoppeln. Eine Konsumgesellschaft, die von materialistischer Oberflächlichkeit geprägt ist, wird von dieser Entwicklung herausgefordert. Wir brauchen eine vertiefte Auseinandersetzung mit der Frage nach der menschlichen Würde. Einen Beitrag dazu liefern die folgenden Seiten.

www



Yvonne
Müller-Blaser,
Geschäftsführerin

Liebe Leserinnen und Leser

Menschliche Würde trotz Demenz? Ja, menschliche Würde, trotz Demenz! Über die Würde des Menschen wird seit jeher kontrovers diskutiert. Die einen messen sie an der Ehrerbietung, die einer Person zuteil wird, andere sehen sie als einen unantastbaren, moralischen Wert. Dritte verstehen darunter Lebensqualität. Ist diese infolge Krankheit oder Behinderung beeinträchtigt, wird von Würdeverlust gesprochen. Meiner Meinung nach wird in diesem Falle Würde mit Lebensqualität verwechselt. Lebensqualität kann durch eine Krankheit tatsächlich vermindert sein, die Würde des kranken Menschen wird dadurch aber nicht angetastet. Wer die Würde an die Lebensqualität knüpft, meint vielmehr die Angst vor dem Leiden, der Fremdbestimmung und des Ausgeliefertseins, also die Angst vor dem Verlust der Selbstständigkeit.

Die Menschenwürde stellt einen absoluten, dem Menschen innewohnenden Wert dar, der ihm als Kreatur Gottes gegeben ist und durch nichts anderes ersetzt werden kann. Insofern wird klar, dass ihm dieser Wert weder verloren gehen noch entzogen werden kann, ebenso wenig wie er aufhören würde, Mensch zu sein, weil er krank oder behindert ist.

Mehr über dieses brisante Thema lesen Sie auf den folgenden Seiten. Gerne empfehle ich Ihnen auch den Bericht auf Seite 5 über einen Aufbruch in eine neue Welt sowie die anschliessenden bewährten Rubriken. Ich hoffe, unser Herbstbulletin findet Ihr Interesse.

Herzlich, Ihre

Krankheit ist ein möglicher Weg des Menschseins

Settimio Monteverde ist evangelischer Theologe, Anästhesiepfleger und Ethiker. Er arbeitet an der Berner Fachhochschule und an der Universität Zürich und ist Stiftungsrat des «Hospiz im Park» in Arlesheim. Wir sprachen mit ihm über die menschliche Würde.

Herr Monteverde, in der Schweizerischen Bundesverfassung steht in Artikel 7: «Die Würde des Menschen ist zu achten und zu schützen.» Aber der Begriff der Würde wird nirgends definiert. Was meinen wir, wenn wir von der Würde des Menschen sprechen?

In der Bundesverfassung wurde vermutlich bewusst auf eine Definition verzichtet, denn diese Würde immer wieder in Frage gestellt werden. Und doch kommen wir in der Alltagssprache nicht darum herum, den Würdebegriff zu gebrauchen. Würde wird oft dann erwähnt, wenn es um etwas geht, das den Menschen unmittelbar betrifft, das ganz stark zum Menschsein gehört. Das ist noch keine Definition, aber immerhin eine Annäherung.

Wir können also sagen, wenn das, was für das Menschsein so wichtig ist, im Umgang mit Menschen missachtet wird, dann behandeln wir den Menschen nicht als Menschen, dann verletzen wir seine Würde. Es gibt verschiedene philosophische Ansätze darüber, was der Würde zugrunde liegt: das Denken beispielsweise, die biologischen Funktionen oder die sozialen Fähigkeiten. Doch darüber besteht keine Einigkeit. Mehr Einigkeit besteht aber darüber, in welchen Situationen Würde verletzt wird.

Was wäre eine solche Situation?

Wenn zum Beispiel eine demenzerkrankte Bewohnerin, die ein Leben lang darauf geachtet hat, schön und stilvoll angezogen zu sein, einen Trainingsanzug tragen müsste, weil dieser praktischer in der Handhabung für das Betreuungspersonal ist. Ein verbreiteter Ansatz besagt etwa, dass die Würde eines Menschen immer dann verletzt wird, wenn er durch eine Hand-

lung seine Selbstachtung verliert. Im Alltag mit demenzerkrankten Menschen könnte man sich demnach folgende Frage stellen: Wenn ich diesen Menschen zu dieser Handlung – zum Beispiel nur noch den Trainingsanzug anzuziehen – fragen könnte, würde er oder sie dann zustimmen? Wenn

die Antwort ein deutliches Nein wäre, und ich vollziehe die Handlung trotzdem, wäre dies eine Würdeverletzung.

«Der demenzerkrankte Mensch setzt sich immer mit seiner Geschichte und mit seiner Situation auseinander.»

Die Frage nach der menschlichen Würde scheint besonders dann ein Thema zu werden, wenn eine Krankheit die Fähigkeit des Denkens oder die geistige Gesundheit betrifft. Der Dichter und Denker Friedrich Schiller schrieb: «So wie die Anmut der Ausdruck einer schönen Seele ist, so ist Würde der Ausdruck einer erhabenen Gesinnung.» Und an anderer Stelle: «Beherrschung der Triebe durch die moralische Kraft ist Geistesfreiheit, und Würde heisst ihr Ausdruck in der Erscheinung.» Bei einem Menschen, der an Demenz erkrankt ist, herrschen aber nicht die erhabene Gesinnung und nicht die Geistesfreiheit. Wie hätte sich Friedrich Schiller über die Würde des Alzheimer-Patienten geäussert?

Wir müssen Friedrich Schiller in seiner Zeit verstehen. Seine Ausführungen sind noch stark vom Geist der Aufklärung geprägt und von einer bestimmten Sichtweise des Menschen in der Natur und von seiner Freiheit von falschen Autoritäten. In dieser Geistesfreiheit würde er vielleicht auch die Würde des Menschen sehen. Die Situation eines an Demenz erkrankten Menschen hatte Friedrich Schiller nicht in seinem Blickfeld, als er diese Zeilen schrieb. Erhabene Gesinnung und die Geisteskraft sind durchaus Ausdrucksformen der Würde, aber schon die einfache Beobachtung und Erfahrung lehrt uns, dass diese veränderbar und vergänglich sind. Daneben gibt

es aber auch eine Dimension von Würde, die eng an unseren Leib, an unser Leibsein gebunden ist: Unser Leib ist es, der die Kontinuität zu unserer Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft schafft. Und eine solche Kontinuität verleiht ebenso Würde, und zwar unabhängig davon, ob die Denk- und Urteilsfähigkeit vorliegt. Der demenz-erkrankte Mensch setzt sich immer mit seiner Geschichte und mit seiner Situation auseinander, auch wenn uns ein direkter Zugang dazu verwehrt ist. Doch wir wissen, dass es stattfindet. Und dies ist für den würdevollen Umgang mit ihm wichtig.

Wie uns die Bilderwelt der Werbung täglich vor Augen führt, hat ein attraktives, jung-dynamisches, sportliches Aussehen in unserer Gesellschaft enorme Bedeutung. Die menschliche Würde im Alter und in der Krankheit ist mit diesem Jugend- und Gesundheitsideal schlecht vereinbar. Wie schwierig ist es für alte und kranke Menschen, in ihrer Würde wahrgenommen zu werden?

Gerade ältere Menschen sind es, in denen dieses jung-dynamische Ideal wirksam ist, was die Integration in die Gesellschaft er-

«Unter jungen und gesunden Menschen ist die Würde in der Regel kein Thema.»

schwert. Unter jungen und gesunden Menschen ist die Würde in der Regel kein Thema. Erst im Zusammenhang mit Alter oder Krankheit kommt der Begriff zum Tragen. Zum Menschsein gehören viele Möglichkeiten des Wachsens, Reifens, der Erkrankung, Genesung sowie des Sterbens. Wenn wir diese Möglichkeiten, Mensch zu sein, einengen, respektive ausschliessen, verarmen wir als Gesellschaft. Denn kran-

ke Menschen zeigen uns, dass ihr Weg genauso ein Weg ist, der zum Menschsein gehört – ein Weg, auf dem wir uns alle einmal befinden könnten. Ist uns das bewusst, werden wir alte und kranke Menschen würdig behandeln, weil sie uns in dieser Erfahrung vorausgehen.

Bevor der prominente Künstler und sogenannte «Lebemann» Gunter Sachs am 7. Mai 2011 freiwillig aus dem Leben schied, schrieb er: «Der Verlust der geistigen Kontrolle über mein Leben wäre ein würdeloser Zustand, dem ich mich entschlossen habe, entschieden entgegenzutreten.» Auf Leserbriefseiten und in Internet-Foren wurde von vielen Personen Verständnis für

Gunter Sachs' Entscheidung geäußert. Wenn Sie Gelegenheit gehabt hätten, Gunter Sachs zu antworten, was hätten Sie ihm gesagt?

Ich hätte Herrn Sachs vielleicht geantwortet: «Ich respektiere Ihre Entscheidung. Doch die Aussage, Demenz sei ein würdelloser Zustand, ist Ihre momentane persönliche Annahme. Sie entspricht vermutlich nicht der Wahrnehmung vieler Betroffener.»

Die Gesellschaft trägt die grosse Verantwortung, Demenz als eine Möglichkeit zu verstehen, Mensch zu sein und zu bleiben. Damit soll die Demenz nicht verharmlost werden, denn ein solches Schicksal trifft die Betroffenen hart. Das Leben mit Demenz ist gestaltbar, wenn Betroffene und Angehörige Unterstützung erfahren.

Sie sind unter anderem Theologe. Denken Sie, es braucht Gott respektive den Glauben, um die bedingungslose Würde des Menschen zu verankern?

«Das Leben mit Demenz ist gestaltbar, wenn Betroffene und Angehörige Unterstützung erfahren.»

Wenn wir die verschiedenen Ansätze betrachten, wie die menschliche Würde erklärt werden kann, sehen wir, es geht auch ohne Jenseitsbezug. Aber gerade die Bibel

bietet sehr starke, einprägsame Bilder, die uns helfen, die Würde zu verankern, so zum Beispiel die Gottesebenbildlichkeit des Menschen. Der Mensch wird als Ganzheit verstanden, nicht als ein von Genen gesteuerter Zellhaufen. Diese Ganzheit aus Leib, Seele und Geist hat sich der Mensch nicht selber gegeben, und sie bleibt uns ein Leben lang erhalten. Er ist Geschöpf, nicht Produkt. Und Geschöpf bleibt er, auch wenn er sich durch eine Krankheit verändert. Ein solches Menschenbild, das Veränderung zulässt, aber hinter der Veränderung immer auch den Menschen sieht, trägt dazu bei, die Menschenwürde zu wahren.

Herr Monteverde, herzlichen Dank für dieses Gespräch.

ww



Die Würde des Menschen sei auch in seiner Ganzheit als Geschöpf verankert, sagt Settimio Monteverde. «Und Geschöpf bleibt er, auch wenn er sich durch eine Krankheit verändert.»

«Es sind Menschen, keine Gegenstände!»

Worauf kommt es an, damit die Würde demenzerkrankter Menschen bei der Betreuung und Pflege gewahrt wird? Wir sprachen darüber mit Pflegefachfrau Marianne Georg.

Das Büro von Marianne Georg befindet sich auf der geschlossenen Demenzabteilung des Alters- und Pflegeheims «Zum Park» in Muttenz. «Wenn ich die Menschen hier auf der Abteilung sehe», sagt sie, «dann würde ich nie auf den Gedanken kommen, dass sie keine Würde haben. Es sind alles unverwechselbare Persönlichkeiten, mit Lebensgeschichten, die durchscheinen. Wir nehmen unsere Bewohner wahr und ernst als Gegenüber, als vollwertige Personen.» Was es heisst, in der Pflegearbeit die Würde demenzerkrankter Menschen zu wahren, ist in Marianne Georgs Arbeitsalltag ein zentrales Thema. Sie ist Gerontologin, Berufsschullehrerin für Pflege und Berufsbildungsverantwortliche im Alters- und Pflegeheim «Zum Park». Zudem leitet sie eine Angehörigengruppe der Alzheimervereinigung beider Basel.

Selber Können richtet auf

«Extrem wichtig ist die Tonalität: Freundlichkeit, Wohlwollen, und immer mit Namen grüssen, wenn man sich begegnet», sagt Marianne Georg. Sie nennt einen weiteren Grundsatz: «Das, was der Mensch noch an geistigen und praktischen Fähigkeiten mitbringt, soll genutzt werden. Es wird ihm Würde zugestanden, wenn man

ihn tun lässt, was er noch kann. Auch wenn dann zum Beispiel die Mahlzeit oder die Körperpflege viel länger dauert.» Die Mitarbeitenden auf der Demenzabteilung würden immer wieder feststellen, wie sich die Bewohner innerlich aufrichten, wenn ihnen etwas gelingt. Im Gegensatz dazu würden sie quasi zusammenfallen, wenn mit ihnen einfach etwas gemacht wird. «Es sind Menschen, keine Gegenstände!» Dies sei auch zentral, wenn es um den Intimbereich geht. «Bei der Pflege dringen wir sehr in die Intimsphäre ein, das gehört zu unserem Auftrag. Wenn zum Beispiel jemand ausgezogen werden muss, erklären wir mit Worten und Gesten, was wir tun. Zur Wahrung der Intimität ist es wichtig, dass wir nicht über Grenzen hinweg gehen, die wir auch bei Menschen nicht überschreiten würden, die keine Demenz haben.»

Autonomie gegen Sicherheit

Ein Gebot der Würde ist also die Achtung der Autonomie. Wenn aber demenzerkrankte Menschen völlig frei handeln dürfen, können sie sich in Gefahr bringen. Es ist ebenso im Sinne der Würde, für Schutz und Sicherheit der Betroffenen zu sorgen. «Wir wollen möglichst die Autonomie der Bewohner wahren, doch gleichzeitig wollen

wir zum Beispiel das Weglafrisiko oder das Sturzrisiko klein halten.» Liegt hier ein Dilemma vor, sei das Gespräch mit den Angehörigen von grosser Bedeutung. Nicht selten seien dann die Angehörigen bereit, gewisse Risiken einzugehen, damit der Demenzerkrankte nicht zu stark eingeschränkt werden muss.

Auch das äussere Erscheinungsbild habe mit Schutz und Sicherheit zu tun. Die Aufrechterhaltung einer gepflegten Erscheinung sei ein äusserer Schutz für den Betroffenen gegenüber anderen, die ihn sehen, sagt Marianne Georg. «Wenn beispielsweise die Kleidung beim Essen schmutzig geworden ist, wird sie gewechselt. Solche Dinge sind scheinbar banal, aber sie sind sehr wesentlich.»

Verschlossene Innenwelt

Die Pflege ist würdevoll, wenn sie im Sinne des demenzerkrankten Menschen ausgeführt wird. Der Heimeintritt erfolgt allerdings oft zu einem Zeitpunkt, zu dem sich Betroffene nicht mehr uneingeschränkt mitteilen können. Dann hilft der Austausch mit den Angehörigen weiter. Wenn zum Beispiel jemand gerne und oft draussen in Bewegung war, ist die Einschränkung der Bewegungsfreiheit ein wichtiges Thema, im Gegensatz zu jemandem, der sich früher lieber im Büro und in der Wohnung aufhielt. Solche Dinge in Erfahrung zu bringen und in der Betreuung zu berücksichtigen, trägt zur Wahrung der Würde bei.

Manchmal hingegen ist es unmöglich, in die Welt des Demenzerkrankten vorzudringen. Ihn beschäftigt etwas, es geht ihm elend, die pflegende Person nimmt das wahr, doch es kann im Austausch weder eine Lösung noch ein Trost gefunden werden. Dies auszuhalten, gehöre zum Pflegealltag und sei eine Herausforderung, sagt Marianne Georg. Aber die Mitarbeitenden in der Demenzabteilung seien sehr zufrieden, trotz hoher Belastung. «In der Abteilung haben wir viele liebenswerte «Originale». Das wird gerne übersehen. Demenzerkrankte strahlen nebst ihrer Abhängigkeit oft eine grosse Liebenswürdigkeit aus.»



Marianne Georg vom Alters- und Pflegeheim «Zum Park» kennt die Herausforderungen, welche mit der Pflege demenzerkrankter Menschen verbunden sind.

Liebevoll betreut in Thailand

Im Dezember 2004 erhielt Thérèse Truninger die Diagnose «Alzheimer», ein schwerer Schlag für sie und ihren Mann. Nach einer schwierigen Zeit der Suche nach guten, finanzierbaren Lösungen brach Kaspar Truninger alle Zelte ab und zog mit seiner Frau nach Thailand. Für die Leserinnen und Leser des Alzheimer-Bulletins erzählt er ein Jahr später von seinen Erfahrungen.



Die strahlende Frau scheint einen Urlaub zu geniessen. Niemand käme auf die Idee, dass sie seit sieben Jahren an Alzheimer leidet.

Die Krankheit ist bei meiner Frau Thérèse weit fortgeschritten. Den ganzen Tagesablauf muss man ihr vorgeben und darf sie dabei nie ausser Sicht- und Hörweite lassen. Das geht vom Aufstehen über die Morgentoilette, die Mahlzeiten und alle anderen Aktivitäten bis zum abendlichen Ins-Bett-Bringen. Sieben Jahre nach der Diagnose ist dies der traurige Rest, der noch von meiner geliebten Frau übriggeblieben ist. Da vor allem ihr Sprachzentrum betroffen ist, kann man mit meiner Frau die üblichen Untersuchungen und Tests schon seit längerer Zeit nicht mehr durchführen und beschränkt sich auf die Beurteilung ihrer «Alltagsfunktionalität». Körperlich und motorisch ist sie in erstaunlich guter Verfassung. Deshalb konnte ich sie als Ehemann bis heute zu Hause betreuen. Inzwischen habe ich gelernt, ihre Gefühle aus ihrem Gesichtsausdruck und ihrer Körpersprache zu deuten. Manchmal habe ich den Eindruck, dass sie genau versteht, was man zu ihr sagt. Sie kann also etwas hören, interpretieren und darauf mit ihrem Gesichtsausdruck reagieren. So zeigt sich Thérèse schockiert auf ein bewusst geäus-

sertes deftiges Wort oder sie strahlt übers ganze Gesicht, wenn ich sie für etwas lobe. Mit ihren Augen registriert sie sehr genau, was um sie herum passiert. Und auch hier spiegelt ihr Gesicht das Gesehene. Sie ist immer noch gern unter Menschen. Sie hört und sieht, was gesprochen wird, und reagiert passend darauf. Sie lacht mit, wenn es lustig ist, oder macht ein ernstes Gesicht, wenn es der Situation entspricht. Erstaunlich ist, dass Thérèse weiterhin ganze Opern-DVDs aufmerksam schauen und mitleben kann. Zum Beispiel ihre Lieblingsoper Turandot von Puccini. Deshalb lasse ich sie viel Musik hören. Von den sogenannten alltäglichen Verrichtungen kann sie gerade noch zwei Dinge: Zähneputzen und mit Besteck Essen. Dazu muss man ihr aber die bestrichene Zahnbürste in die Hand geben bzw. das Essen vor sie hinstellen und ihr das Besteck reichen. Meine Motivation im täglichen Kampf gegen den weiteren Verfall ist der Wunsch, meiner Frau ein würdevolles Dasein zu ermöglichen. Doch ich merkte, dass ich

das nicht mehr lange alleine durchstehen konnte. Ich brauchte dringend Hilfe.

Aufbruch in eine neue Welt

Nicht zuletzt wegen der extremen finanziellen Belastung für die Angehörigen begann ich, mich schon frühzeitig nach möglichen Alternativen umzusehen. Unter anderem habe ich im Jahr 2007 mit Thérèse das Heim Baan Kamlangchai in Chiang Mai in Thailand besucht. Dort wird ein Betreuungsansatz mit persönlicher Betreuung rund um die Uhr verfolgt. An Ort und Stelle konnte ich mich davon überzeugen, dass die Gäste dort gut aufgehoben sind. Ich reiste mit meiner Lieben noch zweimal für längere Zeit nach Thailand, um sicher zu gehen, dass sie das Klima verträgt und sich wohlfühlt. Dabei habe ich mich nach einer Wohngelegenheit für uns umgesehen, wo ich sie wie zu Hause weiterbetreuen könnte.

Durch glückliche Umstände kamen wir zu einem eigenen Haus mit Garten, wo wir inzwischen seit bald einem Jahr leben. Meine Liebe gewöhnte sich erstaunlich rasch an das tropische Klima und fühlte sich in der neuen Umgebung auf Anhieb wohl.

Die medizinische Versorgung ist hier auf dem neuesten Stand. Sie arbeitet mit den gleichen Methoden und Medikamenten wie die Memory Clinic in Basel. Natürlich gibt es auch hier keine Wunder: Wie zu Hause gibt es keine Hoffnung, die Krankheit zu stoppen oder gar zu heilen. Aber das Leben ist ruhiger und entspannter.

Der Alltag mit meiner Lieben ist immer noch gleich wie zu Hause. Und doch ist vieles anders. Sie schläft jetzt viel und gut.

Wenn sie auf ist, ist sie meist gut gelaunt und zufrieden.

Wir können zusammen auswärts essen oder zum Ein-

kaufen in ein Shopping Center fahren. Da verfolgt sie fasziniert das bunte Treiben. Auch kürzere Ausflüge gefallen ihr. Und wie man sieht, kann sie noch schwimmen. Hier habe ich es um einiges leichter als zu Hause. Nach kurzer Zeit konnten wir eine Haushaltshilfe finden, die sich liebevoll um meine Frau kümmert. So kann ich nach sieben aufreibenden Jahren endlich einmal aufatmen. Ab und zu kann ich alleine etwas unternehmen und zum Beispiel den Stammtisch der Auslandschweizer besuchen. Oder ich kann am Computer arbei-

«Das Leben ist ruhiger und entspannter.»

ten und über Internet den Kontakt mit Verwandten und Freunden aufrechterhalten.

Sprache des Herzens

Unsere Haushälterin spricht weder Englisch noch Deutsch. Doch das spielt für die gute Beziehung zwischen ihr und meiner Frau keine Rolle. Was zählt, sind Intuition und Gefühl. Auch ein weiteres Beispiel macht deutlich, dass die Sprache für die Situation meiner Lieben gar nicht von Bedeutung ist: Kürzlich waren wir zu einer Geburtstagsfeier in einem Restaurant mit einem tropischen Garten eingeladen. Es war eine Idylle mit Wasserfällen, tropischen Pflanzen und Bäumen, Teichen mit Fischen und schwarzen Schwänen und effektvoller Nachtbeleuchtung. Es war eine gesellige

Runde in einer paradiesischen Umgebung. Ich sass meiner Lieben gegenüber und konnte ihr so ab und zu beim Essen ein wenig helfen. Da stand sie plötzlich auf und wollte weggehen. Eine aufmerksame Serverin hatte das beobachtet und eilte sofort herbei. Sie nahm Thérèse bei der Hand und ging, wie wenn es die natürlichste Sache der Welt wäre, mit ihr im herrlichen Park spazieren. Nach zehn Minuten brachte sie sie wohlbehalten und zufrieden an den Tisch zurück. Meine Liebe strahlte mich nach diesem gelungenen Coup schelmisch an.

Kaspar Truninger, Thailand



Die gute Beziehung zwischen Thérèse Truninger und der Haushaltshilfe zeigt: Einfühlungsvermögen ist wichtiger als eine gemeinsame Sprache.

UNSERE PARTNER

Ein Wohlfühlort mitten im Liestaler «Stedtli»

Die regionale Tagesstätte für Betagte an der Amtshausgasse 7 in Liestal bietet älteren Menschen Geselligkeit, gemeinsames Tun und einen geregelten abwechslungsreichen Tagesablauf. Die pflegenden Angehörigen kommen so in den Genuss einer tageweisen Entlastung und von etwas Freizeit. Qualifizierte Betreuungspersonen begleiten die Besucherinnen und Besucher durch den Tag.

Die Tagespensionäre und -pensionärinnen stammen aus verschiedenen Gemeinden. Am Morgen und am Nachmittag stehen mannigfaltige Aktivitäten auf dem Programm, angepasst an die individuellen Bedürfnisse. Mittags wird gemeinsam gekocht und dabei auf eine gesunde Ernährung geachtet.

Zentral und gemütlich

Die Tagesstätte mit ihren grosszügig, hell und familiär eingerichteten Räumen ist von Montag bis Freitag von 8.30 bis 17.00 Uhr geöffnet. Der regelmässige Besuch an einzelnen oder mehreren Tagen verleiht der Woche einen geregelten Rhythmus. Die Amtshausgasse 7 befindet sich an zentraler Lage beim Zeughausplatz, mitten im «Stedtli», nur fünf Minuten vom Bahnhof und öffentlichen Verkehrsmitteln entfernt. Bei Bedarf vermittelt die Spitex Regio Liestal gerne eine geeignete Transportmöglichkeit. Es wird ein Fahrdienst mit frei-

willigen Fahrern angeboten. Die Platzzahl ist aber beschränkt.

Die Tagespauschale beträgt 70 Franken. Wer sich anmelden möchte oder weitere Informationen wünscht, wendet sich am besten während der Öffnungszeiten an die Leiterin Regula Herzig unter Tel. 061 922 05 05 oder an die Spitex Regio Liestal unter Tel. 061 926 60 90.

Auch im Internet gibt es nähere Auskünfte: www.spitex-regio-liestal.ch.

Neue Angehörigengruppe

In der Tagesstätte an der Amtshausgasse 7 in Liestal trifft sich ab Januar 2012 einmal pro Monat eine neue Angehörigengruppe der Alzheimervereinigung beider Basel, jeweils an einem Dienstag von 14 bis 16 Uhr. Es besteht die Möglichkeit, dass in dieser Zeit die an Demenz erkrankte Partnerin oder der Partner von der Spitex Regio Liestal vor Ort betreut wird, inklusive Zvieri. Geleitet wird die Angehörigengruppe von Marianne Georg (vgl. Seite 4).

Anmeldung und weitere Auskünfte: Tel. 061 265 38 88 oder www.alzbb.ch.



Gesellige Aktivität fördert eine gute allgemeine Befindlichkeit.

■ AUS DER BERATUNG

Schrittweise Angewöhnung an die Tagesstätte

«Bei meinem Ehemann wurde vor ein paar Jahren die Alzheimer-Krankheit diagnostiziert. Damit ich entlastet werde, möchte ich, dass mein Mann an ein oder zwei Tagen pro Woche in eine Tagesstätte geht. Er weigert sich aber, dorthin zu gehen. Was kann ich tun?»

Alles was neu und unbekannt ist macht einem an Demenz erkrankten Menschen Angst. Er weiss nicht, was auf ihn zukommt, und er bekundet Mühe damit, das Neue in seiner Wahrnehmung der Welt einzuordnen. Somit ist die Weigerung, die Tagesstätte zu besuchen, der Versuch, Überforderung zu vermeiden.

Wir wissen aus eigener Erfahrung: Wenn uns eine Aufgabe bevorsteht, die uns zu gross erscheint, können wir sie meistern, indem wir uns nicht vom drohenden grossen Schritt lähmen lassen, sondern mehrere kleine Schritte ausführen, einer nach dem andern. In diesem Sinne kann es in der beschriebenen Situation hilfreich sein, zuerst die Tagesstätte ein paar Mal gemein-

sam mit dem Betroffenen zu besuchen, um einen Kaffee oder Tee zu trinken. So kann sich der demenzkranke Mensch an die Umgebung und die Menschen gewöhnen. Am offiziellen ersten Tag wäre es gut, ihn zu begleiten und eventuell während des Vormittags bei ihm zu bleiben, um sich dann langsam zurückzuziehen. So wird die Tagesstätte Schritt für Schritt Teil der Tages- oder Wochenstruktur des demenzkranken Menschen. Es ist durchaus möglich, dass er sich auf die Besuche der Tagesstätte zu freuen beginnt. Dieser Weg benötigt aber Zeit und verlangt von den Angehörigen Geduld. Viele demenzgerechte Entlastungstagesstätten bieten übrigens den Angehörigen Hilfe und Beratung an.



Simone von Kaenel beantwortet Fragen zum Thema Demenz. 061 265 38 88, Montag bis Freitag, 8.30 bis 11.00 Uhr.

*Simone von Kaenel
Dipl. Pflegefachfrau Höfa 1
Alzheimervereinigung beider Basel*

■ RÜCKBLICK

Verleihung des Fokuspreises

Zum Weltalzheimerstag am 21. September 2011 hat die Alzheimervereinigung beider Basel ein weiteres Mal den Fokuspreis verliehen. Am schlicht gestalteten Anlass im Al-

terspflegeheim «Zum Park» in Muttenz durften in diesem Jahr gleich zwei Preisträgerinnen die Auszeichnung entgegennehmen. Vreny Kaufmann-Meier aus Basel hat ihre Mutter lange Zeit bis zu ihrem Tod mit eindrücklichem Engagement zuhause gepflegt. Gewürdigt wurde auch Maily Brändli aus Muttenz, die sich nach wie vor aufopferungsvoll um ihren an Demenz erkrankten Ehemann kümmert. Die beiden Frauen wurden stellvertretend für die vielen Tausend Angehörigen geehrt, die mit ihrem persönlichen Einsatz ein menschenwürdiges Leben von Demenzbetroffenen ermöglichen.



Die Preisträgerinnen Vreny Kaufmann-Meier (links) und Maily Brändli.

Appell der Bundespräsidentin

«Helfen wir mit, dass die Menschen mit Alzheimer oder einer anderen Form von Demenz überall in der Schweiz Solidarität erleben, betreut werden und ein menschenwürdiges Leben führen können – nicht nur am 21. September, sondern jeden Tag.» Mit diesem Appell zum Weltalzheimerstag formulierte Bundespräsidentin Micheline Calmy-Rey, wofür sich auch die Alzheimervereinigung beider Basel einsetzt. Im Jahr 2050 wird es etwa drei Mal so viele Demenzbetroffene geben wie heute. Die Pflege kann längerfristig nicht mehr im heutigen Ausmass auf den Schultern der Angehörigen lasten. Die Politik ist gefordert, möglichst bald Lösungen zu entwickeln.

ww

«Hirnjogging» am Muba-Stand

Die Muba 2012 findet vom 13. bis 22. April statt. In der «Erlebniswelt Gesundheit» (Halle 2.1) kann am Stand der Alzheimervereinigung beider Basel spielerisch die geistige Aktivität trainiert werden, was eine vorbeugende Massnahme gegen Demenzerkrankungen darstellt.



Das Gehirn ist wie ein Muskel, Gebrauch macht es stärker. Dazu eignen sich auch Spiele wie das bekannte «Memory».

Die «Erlebniswelt Gesundheit» ist an der Muba eines der beliebtesten und bestbesuchten Angebote. Verschiedenste Aussteller bieten hier die Möglichkeit, die eigene Gesundheit zu testen und mehr über gesundheitsfördernde Massnahmen zu erfahren. An der Muba 2012 wird erstmals

die Alzheimervereinigung beider Basel mit einem Stand präsent sein, eben in der «Erlebniswelt Gesundheit» in der Halle 2.1.

Geistige Aktivität wirkt vorbeugend

Im Zusammenhang mit Demenzerkrankungen fragen sich die Leute oft: Kann ich

etwas tun, um eine Erkrankung zu verhindern? Gibt es eine sichere Vorbeugung? Leider gibt es die bis heute nicht. Aber es gibt eine Reihe von Massnahmen, mit welchen die Wahrscheinlichkeit, an Demenz zu erkranken, verringert werden kann. Dazu gehört das «Hirnjogging», wie die regelmässige herausfordernde Betätigung unseres Gehirns auch scherzhaft genannt wird. Viele Forschungsergebnisse zeigen, dass Abbauprozesse im Gehirn tendenziell weniger stark oder später auftreten, wenn jemand geistig aktiv ist. Am Muba-Stand der Alzheimervereinigung beider Basel haben die Besucherinnen und Besucher Gelegenheit, das Gehirn spielerisch zu trainieren. Es geht also nicht um eine Untersuchung, sondern es soll vor allem auch Spass machen.

Fachpersonen geben Auskunft

Was können wir sonst noch tun, um Demenzerkrankungen vorzubeugen? Was unternehmen wir am besten, wenn wir glauben, ein Angehöriger könnte erste Alzheimer-Symptome zeigen? Welche Möglichkeiten haben wir, uns helfen zu lassen, wenn wir einen demenzerkrankten Menschen betreuen und kräftemässig an unsere Grenzen stossen? Diese und viele weitere Fragen beantworten die Fachpersonen, die am Stand der Alzheimer-Vereinigung zur Verfügung stehen werden. Es wird auch ein breites Sortiment an kostenlosen Broschüren vorhanden sein. Für den Talon auf dieser Seite kann die CD «Demenz konkret» bezogen werden, die umfangreiche Informationen zum Thema Demenz enthält. ww

I MUBA-TALON

Besuchen Sie uns an der Muba 2012 in Basel! Gegen Abgabe dieses Talons an unserem Stand in der «Erlebniswelt Gesundheit» (Halle 2.1) erhalten Sie die

kostenlose CD «Demenz konkret»

Die CD wird nicht mit einem CD-Spieler verwendet, sondern mit einem Computer (PC). Sie enthält einen Informationsteil und Aktivierungsprogramme. Der Informationsteil bietet viel Wissenswertes rund ums Thema Demenz, für Betroffene, Angehörige und alle Interessierten, inklusive Filme und Interviews mit Experten. Zu den Aktivierungsprogrammen gehören unter anderem verschiedene Spiele für das Gedächtnistraining.

(Nur ein Talon pro Person.)

muba
13. bis 22. April 2012 | Messe Basel



I IMPRESSUM

Herausgeberin

Alzheimervereinigung beider Basel
Klingelbergstrasse 23, 4031 Basel
www.alzbb.ch

Inhalt

Wolfgang Werder (ww, Redaktion),
Yvonne Müller-Blaser, Simone von Kaenel u.a.

Fotos

Wolfgang Werder, Eric Müller u.a.

Gestaltung und Druck

Druckerei Bloch AG, Arlesheim

Auflage: 1500 Exemplare