

Reutlinger General-Anzeiger

Montag, 24. Mai 2010

ÜBER DIE ALB

24.04.2010 - 09:00 Uhr

GESELLSCHAFT - Seit sieben Jahren pflegt Ilse Müller ihren nach einem Hirnschlag demenzkranken Ehemann

»Auszeiten« fürs Wohlbefinden

SONNENBÜHL-UNDINGEN. Die bunten Glasfenster am Eingang und im Wohnzimmer hat Alfred Müller selbst gestaltet und hergestellt, als die Familie 1977 das Haus in der Panoramastraße baute. Er hat den Steinfußboden verlegt und sieben Mal geschliffen, er tapezierte selbst, zog Decken ein, verzierte die Holzbalken mit Sinnsprüchen und gab dem steinernen Fries des offenen Kamins mit lateinischen Wendungen einen ganz besonderen Charakter.



Alfred Müller war ein äußerst talentierter Handwerker, bevor er vor sieben Jahren nach einem Hirnschlag demenzkrank wurde. Das bunte Fenster (im Hintergrund) hat er seinerzeit selbst angefertigt, sein ganzes Haus kunsthandwerklich ausgestaltet. »Das alles kann er jetzt gar nicht mehr sehen«, bedauert seine Frau Ilse, die ihn aufopferungsvoll pflegt.

Als habe er besondere Gedanken auf Dauer »festhalten« wollen, schmückte er viele hölzerne Oberflächen im und ums Haus mit bedeutungsvollen Schriftzügen. Sie sind in gewisser Hinsicht das Vermächtnis des 80-Jährigen. Denn das, was ihm im Leben wichtig war und dem er Wert beimaß, kann er jetzt nicht mehr formulieren. Alfred Müller ist demenzkrank. Aufopferungsvoll gepflegt wird er von seiner Frau Ilse.

Die 76-jährige Undingerin wirkt resolut und fit. Als ihr Mann vor sieben Jahren einen Hirnschlag bekam und Teile des Gehirns dadurch unwiderruflich geschädigt wurden, musste sie von einem Tag auf den anderen allein sämtliche wichtigen Entscheidungen treffen. Nicht dass sie darin keine Übung gehabt hätte: Immerhin führte sie über viele Jahre einen Gemischtwarenladen im Ort und ist es daher gewohnt, die Dinge selbst in die Hand zu nehmen.

»Die Tagespflege bedeutet eine große Erleichterung für mich«

Doch aus dem geplanten beschaulichen Lebensabend im gemütlichen Heim ist für sie nichts geworden. Ilse Müller ist bei der Betreuung ihres Mannes rund um die Uhr eingespannt. Als Folge des Hirnschlags ist Alfred Müller erblindet, das Empfinden von Tag und Nacht ging ihm verloren. So schläft er oft tagsüber im Sessel sitzend ein, nachts dagegen ist er häufig hellwach. Das bedeutet dann auch für die Ehefrau das Ende der Ruhe: Sie bringt ihm zu trinken, hilft ihm aus dem Bett und zur Toilette, versucht, ihn wieder zum Schlafen zu bewegen.

Wegen der nächtlichen Aktivitäten braucht Ilse Müller unter der Woche tagsüber ihre »Auszeiten«, um sich zu erholen und auch, um Haushalt und Garten in Ordnung halten zu können. Deshalb besucht Alfred Müller drei Mal wöchentlich von 8 bis 18 Uhr die Tagespflege im Haus Sonnenhalde in Engstingen. »Das ist eine große Erleichterung für mich«, betont die 76-Jährige.

Anfangs fiel es ihr schwer, ihren Mann in die Obhut anderer zu geben. Mit einem Tag pro Woche fing dieser »Abnabelungsprozess« an. Inzwischen hat Ilse Müller das Betreuungsangebot schätzen gelernt, hat Vertrauen gewonnen in die Mitarbeiter der Pflegeeinrichtung. Gelegentlich nutzt sie auch die Möglichkeit, ihren Mann über Nacht dort zu lassen, zum Beispiel, wenn sie auswärts zu einem Familienfest eingeladen ist oder auch, wenn sie »mal wieder eine Nacht durchschlafen muss«.

Für solche Fälle bietet das Pflegeheim die sogenannte Verhinderungspflege an, betreut Demenzkranke über Nacht oder auch für einige Tage am Stück, wenn die pflegenden Angehörigen verhindert sind oder wenn der Patient selbst erkrankt ist. Die Kosten für diese Pflege übernimmt die Krankenkasse, berichtet Ilse Müller, wenn - wie bei ihrem Mann - die Pflegestufe 3 bewilligt worden ist. Essen und Unterkunft zahlt sie dann aus eigener Tasche.

So sehr sie diese wenigen »freien Tage« genießt, ganz ins Heim geben will sie ihren Mann nicht. »Solange ich fit bin, mach' ich das selber«, sagt sie. Sie holt ihn morgens aus dem Bett, duscht ihn, zieht ihn an, hilft ihm beim Essen, alles ohne ambulanten Pflegedienst. Sie übt das Laufen mit ihm, sogar Treppen steigen, damit die Muskulatur erhalten bleibt. Das alles ist für Ilse Müller gleichbedeutend mit schwerer körperlicher Arbeit, da sie ihren Mann immer wieder heben und stützen muss.

»Man muss es erst lernen, dieses Schicksal anzunehmen«

Doch sie trägt ihr Schicksal klaglos. Einmal pro Woche geht sie zum Sport, um selber gesund und belastbar zu bleiben. Für die Gesundheit der Seele besucht sie einmal im Monat den Angehörigen-Stammtisch des Pflegeheims. Dort kann sie über ihre Erfahrungen und ihre Alltagssorgen mit Menschen reden, denen es ebenso geht, kann sich Rat geben lassen von Pflege-Profis. »Man muss es erst lernen, dieses Schicksal anzunehmen und zu akzeptieren«, sagt sie mit Blick auf die zurückliegenden sieben Jahre. Und ergänzt: »Manchmal muss man aufpassen, dass man nicht verzweifelt.«

Unterstützung bekommt Ilse Müller von ihren beiden Töchtern, die zwar nicht am Ort, aber in der Nähe wohnen, und auch von den Nachbarn, die ihr zum Beispiel Gartenarbeiten abnehmen. Und es freut sie ungemein, dass der Bekanntenkreis, dem die Müllers viele Jahre angehörten, ihren Mann weiterhin beehrt. »An seinem 80. Geburtstag hat die Singgemeinschaft hier bei uns gesungen«, berichtet sie.

Der Gesang sprach offenbar Bereiche in Alfred Müllers Gehirn an, die noch gut funktionieren: Tatsächlich hat er etliche Lieder fehlerfrei mitgesungen. Und er genoss es, im Kreise der Familie und seiner ehemaligen Chor-Kollegen bis zum späten Abend zu feiern. (GEA)

Initiative "Demenzfreundliche Kommune Sonnenbühl"

Angehörige, Nachbarn, Freunde und Freiwillige erbringen in der Betreuung von Menschen mit Demenz eine bedeutende kulturelle Leistung, die für die Gesellschaft von großem Wert ist und sie von sozialen Aufgaben und finanziellen Kosten entlastet. Pflegenden Angehörigen stehen oft vor schweren körperlichen und psychischen Belastungen. Selbstaufgelegter Leistungsdruck und schwierige ethische Fragestellungen können hinzukommen. Doch trotzdem sind die Barrieren, Hilfen in Anspruch zu nehmen, sehr groß. Demenz ist nach wie vor ein in hohem Maße tabubehaftetes Thema, im Umgang mit den Betroffenen sind alle Menschen gefordert.

Bundesweit und auch in Baden-Württemberg gibt es etliche Kommunen, die das Thema Demenz angehen. Für den ländlichen Raum im Südwesten will die Gemeinde Sonnenbühl Vorreiter werden. Die Initiative »Demenzfreundliche Kommune Sonnenbühl« will das Klima für ein offenes Miteinander schaffen.

Kontakt und Begegnung und ein verlässliches Miteinander werden wichtiger denn je. Stimmen soll vor allem die Begegnung von Mensch zu Mensch und auf Augenhöhe.

Nach dem ersten Treffen der Initiative im März haben sich engagierte Bürger zusammengefunden, die sich mit der Frage auseinandersetzen »Was macht ein demenzfreundliches Umfeld aus?« Gefragt sind Modelle, Vorstellungen und Lebensräume.

Unter dem Motto »Wir sind Nachbarn« gibt es am Dienstag, 4. Mai, um 14.30 Uhr wieder ein Treffen von Betroffenen, Angehörigen, Freunden, Bekannten und Nachbarn. Interessierte können sich bei Renate Rausch im Sonnenbühler Rathaus informieren und anmelden. (GEA)

0 71 28/9 25 21

Reutlinger General-Anzeiger