



STARKES BAND. Viel hat die Liebe von Konrad und Johanna Zechmeister in 55 Ehejahren schon überstanden. Früher waren sie viel unterwegs. Seit Konrads Alzheimerkrankung erfreuen sie sich der kleinen Dinge des Lebens.

Vor etwa zehn Jahren fing es an. Mein Mann hat selbst gemerkt dass er vergesslich wurde. Er war immer sportlich und aktiv. Und trotzdem vergisst er heute die Namen seiner Enkel und braucht Hilfe beim Anziehen“, erzählt Johanna Zechmeister, 73, als wir sie und ihren Gatten Konrad im Haus für Senioren der Diakonie in Wels treffen. Dort findet jeden ersten Dienstag im Monat das sogenannte Alzheimer Café statt: von 17 bis 19 Uhr steht der Austausch mit

Angehörigen und Fachleuten im Mittelpunkt. Während Partner, Kinder oder Freunde über Situationen aus dem Leben mit einem Demenzkranken sprechen, werden ihre Lieben von Fachpersonal betreut. „Eine Person mit fortgeschrittener Demenz zu betreuen bedeutet 24 Stunden lang da zu sein, an sieben Tagen pro Woche“, sagt Sylvia Boubenicek, Leiterin des Tageszentrums und Initiatorin des Alzheimer-Cafés. Österreichweit sind etwa 130.000 Personen von Demenz betroffen. Häufigste Ursache ist die Alzheimer-Krankheit, die zu Ablagerungen („Plaques“) im Gehirn führt und Nervenzellen absterben lässt.

„Diese Zahl wird steigen, weil auch unsere Lebenserwartung steigt“, erklärt Boubenicek. Und damit wachsen die Herausforderungen. Denn viele Angehörige hätten kein soziales Netzwerk, das sie unterstützt oder ihnen ein paar Stunden Aufsicht abnimmt. Sie sind alleine zuständig. „Da ist es eine große Entlastung, wenn sie an einem oder auch mehreren Tagen eine Tagesbetreuung in Anspruch nehmen können.“

SCHLEICHEND ZUM VERGESSEN. So wie es auch Johanna und Konrad Zechmeister tun. Drei Mal pro Woche kommt Konrad „fröhlich und zufrieden nach Hause“, erzählt seine Frau. Er schwärmt oft von den Zivildienern, weil sie ihn so höflich behandeln, wenn sie ihn um 16 Uhr vom Haus für Senioren wieder nach Hause bringen. Ob er wirklich versteht, in welcher Einrichtung er den Tag verbracht hat, weiß Johanna nicht. Sie erklärt ihm

LEBEN OHNE GESTERN!

ALZHEIMER CAFÉ. Es ist eine Krankheit, die sich wie ein Nebel über die Persönlichkeit eines Menschen legt. Für Angehörige von Alzheimerbetroffenen ist das oft kaum zu ertragen. Eine große Stütze ist das Alzheimer Café in Wels, wo sich Partner und Familien austauschen können.



dass sein Gedächtnis nicht mehr in Ordnung ist und er im Tageszentrum trainiert wird. „Oft hat er eine Zeit, da sitzt er da und hat so einen traurigen Blick. Dann sagt er, er wisse nicht was heute mit ihm los sei“, erzählt sie. Tief drin sei er aber noch der Gleiche wie früher. In seinen Wünschen und Gesten entdeckt sie den Mann, dem sie vor 55 Jahren geschworen hat: „In guten wie in schlechten Zeiten.“

Im Frühstadium der Erkrankung spüren die Betroffenen meist selbst, dass ihre Fähigkeiten nachlassen. Viele verdrängen dieses Gefühl oder kaschieren ihre Situation, damit ihr Umfeld nichts mitbekommt. „Alzheimer ist eine langsame Krankheit. Manche haben sie Jahrzehnte, bis ein Auslöser in Form eines Schockerlebnisses oder einer Erkrankung dazu kommt. Dann setzt ein Schub ein“, erklärt die Leiterin des Tageszentrums. Bei Herrn Zeichmeister war es ein Schlaganfall.

PERSÖNLICHKEIT VERÄNDERT SICH. „Wir haben früher viel gemeinsam unternommen. Er hat gelesen und gerätselt, wir waren Bergsteigen, Radfahren, Langlaufen. Lauter Sachen die man machen soll um fit zu bleiben.“ Johanna Zechmeister knetet ihre Hände und blickt in das Glas Wasser vor sich. „Jetzt können wir in kein Theater gehen. Beim Einkaufen am Markt muss ich aufpassen dass ich ihn nicht verliere. Aber ich werde nicht Trübsal blasen.“ Die zierliche Frau beweist eine unglaubliche Stärke. „Es ist nicht schön, mitanzusehen wie ein Mensch geistig abnimmt und gewisse Dinge nicht mehr machen kann die er ein Leben lang gemacht hat. Darüber darf man nicht zuviel nachdenken.“ Seine Frau kennt Konrad noch. Bei seiner Tochter tut er sich schon schwer. Die Namen seiner Enkel fallen ihm nur an den besten Tagen ein.

„Wir erleben immer wieder, wie bitter es für Angehörige ist, wenn der eigene Vater, die Mutter oder der Ehepartner einen nicht mehr erkennt“, so Sylvia Boubenicek. Eines muss man allerdings betonen: „Die kognitiven Fähigkeiten gehen zurück. Aber die Gefühlsebene bleibt erhalten.“ Weil ihre anderen Sinne schwinden, ist das



TAGESABLAUF



NASCHKATZE. „Mein Mann liebt Süßes. Ohne seine Mehlspeisen zum Kaffee geht gar nichts“, schmunzelt Johanna Zechmeister. Den Ribiselkuchen hat die Gruppe im Teamwork selbst gebacken.



STRUKTUR. Rituale und Gewohnheiten sind wichtig für das Wohlbefinden der Betroffenen. Im Tageszentrum sollen sie Spaß haben und sich gut fühlen. Mehr Infos unter: diakoniewerk.at.



Gefühl der Betroffenen oft sogar höher entwickelt. „Sie werden einem Demenzkranken nur schlecht etwas vormachen können.“

Die Zuneigung ihres Mannes spürt Johanna im Alltag noch ganz deutlich. „Komm, setz dich her zu mir“, wünscht er sie immer wieder ganz nah an seiner Seite. Sie merkt auch: „Er vergisst nicht alles was er sagt. Wenn wir einmal streiten, bewegt ihn das so sehr, dass er nicht einschlafen kann bevor wir uns nicht wieder versöhnen.“

DIE KLEINEN FREUDEN. Im Alzheimer Café erfährt Frau Zechmeister, dass es anderen genauso geht wie ihr. Vielen sogar noch schlechter. „Hier kann man über alles reden. Das hilft.“ Das

Tageszentrum bietet wöchentlich 43 Personen in unterschiedlichen Stadien der Demenz einen geregelten Tagesablauf. Gewohnheiten sorgen für Sicherheit. Die Betroffenen sollen in den Fähigkeiten gestärkt und gefordert werden, die sie noch gut beherrschen. Sie backen gemeinsam Kuchen, sie musizieren, pflegen den Gemüsegarten oder veranstalten Tanzabende. „So mancher Herr steht dann auf, macht sein Jackett zu wie er es gelernt hat und wirbelt mich zum Walzer über's Parkett“, lacht Boubenicek. Dann ist er ein Mann, der eine Frau beim Tanzen führt. Und nicht der Mann, der selbst geführt werden muss.

EVA HELFRICH ■