

Komplett überfordert im Demenzsimulator

Auch gesunde Menschen erleben anstrengende Tage. Aber es ist kein Vergleich mit Tagen, wie sie sich mit Demenz anfühlen müssen.

Sabine Kuster

Erna liest die Zahlen auf dem Wecker im Schlafzimmer: 02:26. Erna versteht nicht, was das bedeutet. Sie liegt im Bett. Den Haushaltskittel hat sie noch an. Sie ist hellwach. Erna geht in die Küche. Sie öffnet den Backofen. Leer. Einkaufen. Sie ruft ihre Tochter an. Erna versteht nicht genau, was ihre Tochter sagt. «Wieso schimpfst du mit mir?» Erna weiss nicht, was sie falsch gemacht hat. Sie sieht einen Block und Buntstifte auf dem Schreibtisch liegen. Sie malt ein Bild. «Das schenk ich ihr. Dann wird alles wieder gut», denkt sie. Erna will eine schöne Blume malen, einen Baum und eine Sonne. «Ich krieg das nicht hin. Wie geht das?», denkt sie. Erna verdeckt mit den Händen ihr Gesicht. Sie weint.

Erna ist eine Frau mit Demenz. Es gibt sie nicht und es gibt sie gleichzeitig hundertfach. Ihre Geschichte wird stellvertretend erzählt in 13 Stationen eines sogenannten Demenzsimulators. Diese Art Postenlauf wurde geschaffen von «Hands on Dementia». Es ist das Projekt des 29-jährigen Leon Maluck aus Deutschland. Er schreibt auf seiner Website, er habe schon in der Schulzeit mit dementen Menschen Kontakt gehabt, er habe es aber schwer gefunden, richtig zu reagieren. «Ich habe das Verhalten nicht verstanden», schreibt er.

In der Schweiz kann der «Demenzsimulator» je nach Kanton via die Reformierte Landeskirche (Aargau und St. Gallen) oder Alzheimerorganisationen (Basel) ausgeliehen werden. Zum Beispiel von Pflegeheimen, die ihren Angestell-



Den Tisch zu decken ist im Grunde eine komplexe, gelernte Handlung.

Bild: Tetiana Melnyk/Getty Images

ten vermitteln möchten, wie es ist, dement zu sein. Für Angehörige ist der Perspektivenwechsel ebenso wichtig.

Kein Zufall, zeigt der Demenzsimulator immer wieder auch die Perspektive, welche die erwachsenen Kinder von Betroffenen oft haben. Zur eingangs geschilderten Situation zum Beispiel könnten sie aufgrund mangelnden Verständnisses sagen: «Mama, ruf an, bevor du ins Bett gehst. Putz dir die Zähne. Zieh dein Nachthemd an. Schliess die Haustür ab. Mach alles so, wie du es im-

mer gemacht hast. Das ist doch ganz einfach.»

Die grösste Geduld brauchen die Betroffenen

Diesen Winter mietete das Zentrum für Pflege und Betreuung «Pfauen» in Bad Zurzach den Demenzsimulator. Bildungsverantwortliche Cornelia Frauendiener hat die Posten durchlaufen und sagt: «Danach ist man nudelfertig.» Es beginnt mit dem Anziehen eines Kittels, wenn man gleichzeitig Handschuhe trägt, und die erste Erkenntnis lautet: Alte Menschen

müssen extrem Geduld haben mit sich selbst. Schon beim Anziehen am Morgen, wenn die Geschicklichkeit abgenommen hat. Kommt eine Demenz hinzu, ist das Gehirn noch mehr gefordert – bei zuvor selbstverständlichen Alltagshandlungen.

Der nächste Posten führt vor Augen, wie viel im Normalfall automatisch abläuft und eigentlich gar nicht so trivial ist – wenn man sich das Frühstück macht. Das Brot gehört auf den Teller. Die Messer sind in der Schublade. Was streicht man aufs Brot? Als Erna schliesslich einkaufen

geht, trifft sie auf Leute, die ihren Namen kennen, ohne dass sie selbst weiss, wer sie sind. Sie möchte Kartoffeln, aber das Wort dafür fällt ihr nicht ein. Sie zeigt nur darauf. Und versteht dann den Betrag nicht, den sie bezahlen soll. Es ist eine einzige Geschichte der Überforderung.

Einkaufszettel helfen nicht immer. Um das verständlicher zu machen, liest man einen Zettel, auf dem die Buchstaben in den Wörtern durcheinander geraten sind. Die Wörter ergeben keinen Sinn. So ist das auch, wenn man wegen Demenz an einer Sprachstörung leidet.

«Wenn Menschen mit Demenz im Alltag ihr eigenes Unvermögen immerfort erleben, wird dies zu einer grossen psychischen Belastung», liest man in der Erklärung zum Demenzsimulator. Dieser Stress verschlechtert die Konzentration. Und eine Depression, sozialer Rückzug und Schlafstörungen werden wahrscheinlicher.

Der Durchgang fährt ein. Nicht wegen der teilweise unlösbaren Aufgaben an sich. Sondern, weil plötzlich klar wird, dass für jemanden mit Demenz der ganze Tag ein Postenlauf mit schwer lösbaren Aufgaben ist. Wie ein fieses Verwirrspiel, in dem man sein Bestes gibt und trotzdem scheitert. Und dazu von anderen oft kritisiert oder belächelt wird. Erna in ihrer ständigen Verunsicherung und Überforderung tut einem leid.

Die Überforderung ist immens

Beim Mittagessen im Pflegeheim denkt Erna: «Das kleine Runde esse ich nicht.» Als sie am Nachmittag hinausgeht, fehlt das kleine blaue Auto, das ihr Mann immer fuhr. Erna denkt: «Wer hat es gestohlen?

Und wo war der Ort, an den wir damit hinführen? Wo es etwas kühler war und es Wind und Sand gab? Ob Max nicht mehr fahren will? Komisch.»

Für Menschen mit Demenz werden Ereignisse aus der Vergangenheit zur Gegenwart. «Zu dieser Zeitgitterstörung kommt hinzu, dass Situationen falsch eingeschätzt werden und Erinnerungen an Erlebnisse verloren gehen», erklärt der Demenzsimulator. Und auch, warum die Betroffenen rastlos werden: Sie erkennen ihr Zuhause nicht mehr. Sie machen sich auf den Weg, um nach ihrem Elternhaus zu suchen, der vertrauten Umgebung ihrer Kindheit.

Das Zwischenmenschliche funktioniert noch immer

Etwas aber bleibt auch Dementen sehr lange erhalten: Die Wahrnehmung von Stimmungen, durch den Tonfall und die Mimik. Zwar wickelt Erna Besteck in Handtücher, wenn sie aufräumt, und legt die Wäscheklammern hinzu. Aber wenn sie im Fernseher jemanden sieht, merkt sie sofort, wie es ihm geht: «Der Mann da sieht traurig aus», denkt sie.

Das bedeutet, dass, selbst wenn keine Gespräche mehr geführt werden können, eine Umarmung immer noch verstanden wird.

Beim Abendessen vermisst Erna ihren Max. Da fällt ihr wieder ein, dass er gestorben ist. Im Bad sieht sie eine fremde Frau im Spiegel. «Was macht die da?», fragt sie sich, «ich muss hier weg.» Man kann nur hoffen, dass gerade dann jemand kommt, der lieb zu ihr ist. Und sie dafür respektiert, was sie den ganzen Tag leistet, mit einem Gehirn, das schlecht mitspielt.