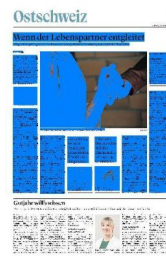


Wenn der Lebenspartner entgleitet

Pflegende Angehörige sind oft selber am Anschlag. Ein St. Galler Pionierprojekt will Abhilfe schaffen.



Wer sich um einen kranken Angehörigen kümmert, braucht oft selber Unterstützung.



Noemi Heule

Plötzlich ist die Kontrolle weg. Wenn ein Demenzpatient die Herrschaft über sein Gedächtnis, seinen Körper verliert, verliert manch ein Angehöriger gleichsam die Beherrschung. Das Gegenüber entgleitet ihm und mit ihm die Kontrolle über den Alltag. Wenn der Partner zwar körperlich da ist, aber geistig entschwindet, spricht Albert Baumgartner von einem «Partnerverlust zu Lebzeiten».



Alt werden in der Ostschweiz

Der 67-Jährige ist einer von mehreren sogenannten Coaches, die für die Pro Senectute betreuende Angehörige begleiten. Das St. Galler Pionierprojekt wurde nach einer Testphase nun in Rorschach und dem Rheintal übernommen und soll bald auch in Gossau etabliert werden.

Dass Baumgartner die Beherrschung verliert, ist kaum vorstellbar. Er ruht in sich, ist keiner, der aneckt. Die runde Brille sitzt inmitten des kantenlosen Gesichts, die Mundwinkel stets zu einem Lächeln hochgezogen. Diese Ruhe gibt er weiter.

Der unsichtbare Feind

Mit einer Atemübung als Ritual beginnt Brigitte Walz jeweils die Sprechstunde. Nach 55 gemeinsamen Jahren hat ihr Mann 2016 die Diagnose Alzheimer erhalten. «Mit einem Schlag hat sich

das Miteinander verändert», sagt sie. Ihr Partner, einst Musiker, breit interessiert und beliest, vergisst und verwechselt Dinge und reagiert verständnislos, wenn sich für ihn Selbstverständliches verändert hat und er korrigiert wird. Sie selbst, jetzt für alles allein verantwortlich, kommt an ihre Grenzen. Brigitte Walz spricht von zunehmenden Konflikten und Spannungen im Alltag wegen der Krankheit, die für sie von aussen nicht sichtbar ist.

Die Balance zu halten sei eines der wichtigsten Ziele des Angebots «Coaching für Angehörige», sagt Albert Baumgartner. Die meisten kommen, weil der Partner an Demenz erkrankt ist. «Mit körperlichen Krankheiten können Angehörige in der Regel besser umgehen.» Er verteilt keine Ratschläge, sondern bietet eine emotionale Begleitung. Das Gesundheitswesen dagegen sei «hochgradig versachlicht». Zudem vermittelt er Informationen zur Krankheit und zum Umgang mit ihr oder unterstützt die Angehörigen in praktischen Belangen, indem er etwa ein Tagesheim organisiert.

Angespannt, ratlos und traurig komme sie oft im Coaching an, sagt Brigitte Walz und spricht von Stimmungsschwankungen, «die wechseln können wie Wolken an einem Föhnhimmel». Bei Albert Baumgartner kann sie ohne Wertung erzählen. Lange sei es ihr schwergefallen, über die Krankheit zu sprechen, weil sie das Gefühl hatte, ihren Mann zu verraten. Bekannte und Ver-

wandte glaubten zu helfen mit Erklärungen, wie: «Er macht nichts extra, das ist alles die Krankheit.» «Rational war mir dies völlig klar, aber keine Hilfe.» Sich im Nichtvollkommenen, im Nichtperfekten zu bewegen und wohlzufühlen, das sei ihre Lebensschule.

Der Krankheit verliebt oder neugierig gegenüber treten

Albert Baumgartner kam als Mittzwanziger zur Pro Senectute St. Gallen und blieb für vier

Wie wir alt werden

In fünf Jahren wird jede fünfte Person in der Schweiz über 65 Jahre alt sein. In 15 Jahren gar jede vierte. Dann werden landesweit rund 800 000 Menschen 80 Jahre alt sein oder älter. Wie gehen wir mit dem Alterwerden um? Als Menschen? Als Familien? Als Gesellschaft? In einer Serie widmet sich unsere Zeitung dem Thema «Alt werden in der Ostschweiz». (red)

Jahrzehnte. Zur Sozialarbeit kam er über Umwege. Nach der Verkehrsschule arbeitete er bei der Swissair, kam herum. Heute reise er ins Innere der Menschen, sagt er. «Jeder Mensch bringt seine Kultur, seine Geschichte mit.» Sei die Beziehung vor der Krankheit liebevoll gewesen, sei jemand eher bereit, sich ebenso um den Partner zu kümmern. Den Angehörigen helfen unterschiedliche Strategien. Jemand stelle sich seine Frau in jungen Jahren vor, als er sich in sie verliebte. Ein anderer näherte sich der Krankheit neugierig, ja forschend an und nehme ihr so den Ernst.

Einigen Angehörigen rei-

chen wenige Gespräche. Andere Situationen, wie bei Brigitte Walz, erfordern eine längere Begleitung. Sie ist seit zwei Jahren dabei, als die Pilotphase startete. In der Zwischenzeit hat sich die Situation des Ehepaares Walz grundlegend verändert. Frau Walz erlitt einen Unfall, ihr Mann lebt deshalb in einem Pflegeheim.

Vor kurzem wurde das kostenlose Angebot in einer Studie positiv bewertet und soll nun ausgebaut werden. Auch Brigitte Walz feiert ihre Erfolge: «Wir üben uns darin, uns immer wieder Inseln zu schaffen, um den Moment zu geniessen», sagt sie über sich und ihren Mann. Gerade weil die Krankheit unsichtbar sei, sei sie auch nicht allgegenwärtig.

Hinweis

www.sg.prosenectute.ch

«Angehörige können besser mit körperlichen Krankheiten umgehen.»



Albert Baumgartner
Sozialarbeiter Pro Senectute

«Nach der Diagnose hat sich das Miteinander schlagartig verändert.»



Brigitte Walz
Pflegerische Angehörige