



Wenn das Ich verschwindet und Alzheimer die Persönlichkeit zersetzt, können vertraute Worte zum Schlüssel in die beängstigende fremde Welt der Demenz werden. Worte, die zu etwas gehören, was ein Betroffener sein Leben lang geliebt hat, erreichen Geist und Seele am ehesten, das erfahren Angehörige und Pflegekräfte.

Foto: Karmann/dpa

Wenn das Leben sich auflöst

Krankheit Demenz betrifft nahezu jede Familie – Eine neue Alzheimer-Selbsthilfegruppe will helfen

Von Susanne Schwan

BREMERHAVEN. „Wenn ich morgens aufwache, frag ich immer öfter, wo wir sind und wann wir wieder ausziehen.“ Sie weiß, dass sie immer öfter nicht mehr weiß, was gerade noch Gewissheit war. Wer Karin Fahrenkrug in ihrer sprudeligen, heiteren Art erlebt, erlebt eine Momentaufnahme der 74-Jährigen. Im nächsten kann sie vielleicht vergessen haben, worüber sie gerade gelacht hat. „Ich habe Alzheimer. Meine Mutter hatte es. Meine Schwester auch. Ich weiß, was kommt. Und ich will darüber aufklären und helfen, solange ich noch kann.“ Mit ihrem Mann und einer Mitstreiterin baut sie jetzt eine neue Selbsthilfegruppe auf.

Wie kommt denn der Schlüssel in den Kühlschrank? Wo ist bloß meine Haustür? Mein Sohn hat angerufen? Seit wann hab ich einen Sohn? – Das Auflösen geschieht langsam. Es dauert Jahre, in denen Fragen wie diese einer Familie signalisieren: Ein geliebter Mensch verliert die Bewusstheit. Sein Erinnern. Seine Kontrolle. Alzheimer: Nervenzellen des Gehirns werden von Eiweißablagerungen – Plaques genannt – zerstört. Es gibt etliche Formen von Demenz, mit 60 Prozent An-

ich schusselig geworden. Bis der Neurologe nach den Tests die Diagnose hatte. Seitdem ist da immer mein innerer Beobachter: Was ist jetzt wieder weg? Worte fehlen immer öfter. Ich bekomme zwar ein Medikament, aber ich weiß ja, was kommen wird, und das ist furchtbar. Vieles schiebe ich noch weg.“

Trotzdem, sie hat Vorsorge mit ihrer Familie getroffen, eine Patientenverfügung verfasst. Schaut sich Einrichtungen an, für später mal: „Wir raten Betroffenen drin-

wann man in welches Heim will. Und dieses Schreiben für die Familie, den Hausarzt und auch enge Freunde zu kopieren und notfalls jährlich zu aktualisieren. Falls man seine Meinung ändert.“

Moderne Diagnostik

Auch um solche Hilfestellungen soll es in der neuen Selbsthilfegruppe für Angehörige gehen. „Alzheimer wird durch moderne Diagnostik immer früher auch bei jüngeren Leuten erkannt“, weiß Hans-Hinrich Fahrenkrug, der 25 Jahre lang das Pflegeheim Haus Karolinenhöhe geleitet hat. „Aber es ist immer noch ein Tabu-Thema. Die Scham ist so hoch, Menschen sagen viel eher ‚Ich habe Krebs‘ als ‚Ich hab Alzheimer‘. Aus dieser Dunkelzone muss das raus.“

Bis vor etwa zwei Jahren gab es noch eine Selbsthilfegruppe der Bremerhavener Alzheimer-Gesellschaft, doch durch Todesfälle ist der kleine Verein seit einem Jahr inaktiv. „Aber der Bedarf an Beratung und am Sich-mal-ausspre-

aus dem Schuppen holte und damit auf ihren Balkon geklettert ist, war mir klar, zu Hause geht's nicht mehr, sie bringt sich selbst immer mehr in Gefahr.“

Als Angehörige war Fischer in der alten Alzheimer-Gruppe zuweilen dabei und weiß, es ist für pflegende Angehörige extrem

»Es ist immer noch ein Tabu-Thema. Die Scham ist so hoch, Menschen sagen viel eher ‚Ich habe Krebs‘ als ‚Ich hab Alzheimer‘. Aus dieser Dunkelzone muss das raus.«

Hans-Hinrich Fahrenkrug

schwierig, sich nachmittags freizuschaukeln, eine Betreuung zu organisieren, um zum Gruppentreffen zu kommen. Darum hat das Trio eine neue Idee: „Wir versuchen, mit zunächst privaten Nummern ehrenamtlicher Mitglieder stundenweise eine Telefon-Hotline für Notfälle, gerade

teil ist Alzheimer die häufigste.

In Bremerhaven sind allein nach Einschätzung der AOK knapp 1400 Versicherte von einer Demenz betroffen, rund 150 mit einer diagnostizierten Alzheimer-Erkrankung, etwa zwei Drittel davon weiblich. Die Dunkelziffer aber ist groß, viele alleinstehende Senioren wuscheln sich irgendwie ohne ärztliche Diagnose zu Hause durch und fallen erst als Erkrankte auf, wenn etwas Graueres geschieht, zum Beispiel ein Küchenbrand. Oder die Polizei liest einen Herumirrenden irgendwo auf.

„Meine Frau ist diesen Sommer vom Campingplatz verschwunden, weil sie den Weg zurück nicht mehr gefunden hat, ist durch Fehlmarn geirrt, bis wir sie fanden.“ Karin Fahrenkrug schaut ihn an. Lächelt ein bisschen schüchtern. „Es ist nicht einfach für meinen Mann.“ Seit zwei Jahren weiß die einstige Krankenschwester, dass auch sie nicht verschont geblieben ist von der Krankheit, die sie hautnah bei Mutter und Schwester miterlebt hat. „Anfangs dachte ich, was bin

gend dazu, rechtzeitig in den noch guten Zeiten aufzuschreiben, wie es mal laufen soll“, betont das Paar, „allein oder mit Partnern oder Kindern zu klären, ab welchem Zeitpunkt welche Hilfen geholt werden, auch ab

chen-Können ist riesig“, weiß Marita Fischer. Die Gerontologin hat viel Erfahrung durch die Arbeit im Pflegestützpunkt – und eine demente 91-jährige Mutter. „Als sie sich vor drei Jahren wieder mal ausschloss, eine Leiter

an Wochenenden und Feiertagen, einzurichten“, hofft Fahrenkrug auf Mitspreiter. Denn der Demenz-Notruf in Bremen (☎ 0421/98995299) ist nur werktags erreichbar (montags bis donnerstags von 14 bis 17 Uhr, freitags von 10 bis 13 Uhr). (axt)



Sie sind auf einem Weg, der ihnen viel abfordert – auch die Courage, Tatsachen ins Auge zu sehen, ohne deswegen den Mut zu verlieren: Die Initiatoren der neuen Alzheimer-Selbsthilfegruppe am Haus der Selbsthilfe in der Dürerstraße, (von links) Karin und Hans-Hinrich Fahrenkrug und Marita Fischer.

Foto: Scheschonka

Erstes Treffen

- › Das erste Treffen für Angehörige von Alzheimer-Erkrankten ist am **Donnerstag, 3. Februar 2022**, um 17 Uhr im Haus der Selbsthilfe, Dürerstraße 27 in Geestemünde. Denn der Selbsthilfe-Dachverband Bremerhavener Topf unterstützt auch diese Gruppe mit einem Raum und Fördermitteln für Materialbedarf und Aufklärung durch externe Fachleute.
- › Wer sich über die Alzheimergruppe vorab **informieren** möchte, kann das per Mail an die Koordinatorin des Hauses (m.behrens@bremerhavener-topf) und direkt bei Hans-Hinrich Fahrenkrug unter ☎ 47 05 09 71.