

Das „Outing“ erfordert immer noch viel Mut

Weinheimer Förderverein „Leben mit Demenz“ und die Alzheimer-Gesellschaft warben für offenen Umgang mit der Krankheit

Weinheim. (keke) Demenzerkrankungen führen zu unterschiedlichen Wahrnehmungen. Menschen werden nicht nur vergesslich; sie bekommen Probleme mit Sprache und Orientierung. Oft verändert sich ihr Verhalten, sogar ihr Wesen. Doch Menschen mit Demenz möchten nicht auf diese Diagnose beschränkt werden. „Sie verfügen über Fähigkeiten, wollen selbstbestimmt leben, einbezogen werden, sich einbringen“: Es war ein eindrucksvolles Plädoyer zum Umdenken, das Sylvia Kern unlängst vor gut 50 Interessierten, darunter viele Betroffene und deren Angehörige, im Rolf-Engelbrecht-Haus hielt.

Bewegende Beispielgeschichte

„Der Demenz können wir positiv begegnen. Sie kann eine große Chance sein. Ein Geschenk. Aber nur, wenn wir das Geschenkpaket öffnen, können wir etwas Gutes beginnen“, so die ehrenamtlich tätige Zweite Vorsitzende und langjährige Geschäftsführerin der Alzheimer-Gesellschaft Baden-Württemberg. Mit der fiktiven Schilderung von „Walter W. wird wunderbar“ hatte sie ihren Zuhörern zunächst zwei unterschiedliche Versionen vom Umgang mit Demenz verdeutlicht, dass die Diagnose „kein Todesurteil“ bedeutet: „Wichtig ist, die Lebensqualität beider Seiten aufrechtzuerhalten. Es gibt auch ein lebenswertes Leben mit Demenz.“

In der ersten Variante „vom guten oder schlechten Leben mit einer Demenz“ konfrontierte Kern ihre Zuhörer damit, wie es

schlecht verlaufen kann: Walter vergisst mehr und mehr. Der Arzt stellt keine klare Diagnose, Freunde und Angehörige wenden sich ab. Walter dämmert seinem Ende entgegen. Die Geschichte endet tragisch. Im zweiten Teil überraschte die Autorin das Publikum mit neuen Ideen. Walters Erkrankung wird früh erkannt. Seine Angehörigen erfahren Unterstützung, die pflegende Ehefrau wird entlastet. Es gibt Demenz-Partner-Schulungen, die auch Taxifahrer und Supermarktangestellte absolvieren. Das Umfeld ist eingeweiht, zeigt Verständnis. Nichts davon sei erfunden, so Autorin Kern.

Das Geschilderte gebe es, wurde so oder in ähnlicher Weise am Beratungstelefon der Alzheimer-Gesellschaft erzählt. Al-

lerdings: „Nirgends gibt es alle diese Dinge an einem Ort gleichzeitig.“ Etwa jeder zehnte über 65-Jährige ist von Demenz betroffen. Wobei das Erkrankungsrisiko mit jedem weiteren Lebensjahr steigt, hatte zuvor der Vorsitzende des Vereins „Leben mit Demenz Weinheim“, Andreas Marg, die Fakten auf den Tisch gelegt und Demenz als „gesamtgesellschaftliches Thema“ bezeichnet. Bundesweit sind derzeit rund 1,6 Millionen Menschen erkrankt, etwa 200 000 davon in Baden-Württemberg, in Weinheim „ungefähr 900“. Perspektivisch, so Marg, würden sich diese Zahlen bis 2050 verdoppeln. Die rapide Zunahme liege daran, dass die Menschen älter würden, redete Kern Klartext. Die gute Nachricht: Demenz ist weder anste-

ckend noch in hohem Maß vererblich. Die schlechte: „Heilbar ist Alzheimer nicht.“ Ratschlag der Expertin: Um vorzubeugen, sollte man so leben, dass man körperlich und geistig fit bleibt. Auch soziale Aktivitäten helfen.

Wenn sich das eigene Leben mehr und mehr in der Vergangenheit abspielt, wenn Orientierung und gedankliche Zusammenhänge verloren gehen, sei eine schützende, vertraute Umgebung wichtig, so die Fachleute. „Es gilt, Menschen dort abzuholen, wo sie sich gerade befinden und ihre Richtung einzuschlagen. Man solle versuchen, weiter gemeinsam Freude zu erleben, mit der Krankheit offen umgehen und Teilhabe schaffen.“

Doch auch bei noch so viel Unterstützung durch Freunde oder Nachbarn: „Ohne eine professionelle Hilfe geht es nicht.“ Dennoch holten sich die meisten Angehörigen viel zu spät Hilfe, weil das „Outing“ Mut erfordert. Noch immer trauten sich viele nicht, darüber zu sprechen, dass sie selbst oder ein naher Angehöriger eine Demenzdiagnose erhalten haben. Vor allem für die Lebenspartner von Betroffenen bleibe Demenz ein „hartes Thema“, das deren Alltag belastet, so Marg und Kern abschließend: „Jeder Tag stellt eine neue Herausforderung dar“.

📌 **Info:** Hilfe für Betroffene und Angehörige bietet der Förderverein „Leben mit Demenz Weinheim“. Er ist unter der Telefonnummer 06201/ 3 89 94 67, per E-Mail an info@leben-mit-demenz-weinheim.de oder über die Webseite www.leben-mit-demenz-weinheim.de zu erreichen.



Eine Demenzdiagnose ist ein herber Schlag. Aber es könne helfen, klare Verhältnisse zu schaffen, Unterstützung von außen anzufordern und sich freudige Momente zu erhalten, so Referentin Sylvia Kern. Foto: Dorn