

Mitten drin statt weg gesperrt -**Demenzfreundliche Kommune Oberasbach****Bayern 2 - Nahaufnahme am 20. September 2019****Autorin: Ulrike Nikola****Redaktion: Corinna Mielke**

Erstmals findet heuer eine Bayerische Demenzwoche statt, die noch bis Sonntag geht (13. - 22.09.2019) mit zahlreichen Veranstaltungen für Demenzkranke, ihre Angehörigen und Interessierte. Damit will das Bayerische Pflegeministerium die Erkrankung stärker in die Öffentlichkeit bringen, denn fast jeder kennt jemanden, der an Demenz erkrankt ist. (In Deutschland sind rund 1,7 Millionen Menschen dement.) Um ihnen und ihren Angehörigen weiterhin Lebensfreude zu geben und sie am öffentlichen Leben teilhaben zu lassen, gibt es immer mehr Angebote - auch in den Gemeinden. So ist beispielsweise Oberasbach die erste demenzfreundliche Kommune im Landkreis Fürth gewesen. Mitwirkende in einem Arbeitskreis überlegen dort, was es braucht, damit Menschen mit und ohne Demenz in ihrem Heimatort gut leben können: Quartiersplanung, Tanztees, Schulungen im Umgang mit demenziell erkrankten Menschen, gemeinsame Wohnprojekte, Begegnungen zwischen jungen und alten Menschen mit und ohne Demenz. Für ein menschenwürdiges Leben. Ulrike Nikola mit einer Nahaufnahme über die demenzfreundliche Kommune Oberasbach: Mitten drin statt weg gesperrt:

Atmo Tür... Reingehen... Begrüßung Frau Rümpelein...

Seit fast vierzig Jahren wohnen Heidemarie und Rudolf Rümpelein in Oberasbach. Mehrfamilienhaus, erster Stock. Ich bin mit ihnen verabredet und besuche sie daheim. Heidemarie Rümpelein begrüßt mich im Flur. Und als ich das Wohnzimmer betrete, kommt Rudolf Rümpelein vom Balkon herein:

Grüß Gott - Grüß Gott!... hast du wieder keine Hausschuhe? Ich brauche keine Hausschuhe... Grüß Gott Herr Rümpelein, ich bin Ulrike Nikola und komme vom Bayerischen Rundfunk, - so Rundfunk - ich habe ein Mikrofon dabei.../ Geh aufs Sofa... / Habe ich Sie jetzt gestört beim Zeitunglesen? Nein, nein - das war bekannt, dass Sie kommen

Was bekannt ist und was nicht - das ist so eine Sache. Vor allem in dem vergangenen halben Jahr ist Rudolf Rümpelein sehr vergesslich und orientierungslos geworden ist. Bereits 2016 wurde in der Gedächtnissprechstunde am Nürnberger Klinikum festgestellt, dass er Alzheimer hat. Seitdem versucht seine Frau immer wieder Brücken zu seinem Gedächtnis zu bauen:

Wie alt bist du? Allmächt - da müsste ich erst ausrechnen... Mann lacht... ja rechne mal aus, du hast diese Woche Geburtstag gehabt...jawohl... und wie alt bist du geworden? Ich? Ja... Ach Gott oh Gott... Achtzig! / Achtzigsten Geburtstag hatten Sie? Das ist ja toll - einen Haufen Leute - und das hat er gut ausgehalten, den ganzen Tag nicht geschlafen - wenn mich einer anschauen will oder sonst was, dann bin ich hat da. / Was haben Sie denn geschenkt bekommen? Was ich gekriegt habe? Alles, alles... was war denn auf dem Geburtstagstisch gestanden? / Das hast gar nicht alles sagen können, das ist einfach zu viel... er lacht....

Charmant überspielt Rudolf Rümpelein seine Ratlosigkeit.

Atmo holst du mal das Bild vom Rosario? Als ihn seine Frau ins Nebenzimmer schickt, um eine Fotografie zu holen, kommt er nach einiger Zeit mit leeren Händen zurück. Er hat vergessen, was er tun sollte.

Er weiß auch die Namen nicht mehr, also wenn ich sage, de rund der war es - wer ist das? Da hat er schon große Probleme, aber überspielt das, am Telefon spricht er mit den Leuten und man denkt, das sind seine besten Freunde und wenn ich sage, wer hat angerufen? - Weiß er nicht!

Dienstags und donnerstags besucht Rudolf Rümpelein die Tagespflege im benachbarten Zirndorf. Das ist für seine Frau Heidemarie eine Entlastung, weil sie dann einige Stunden Zeit hat für Erledigungen und auch für sich selbst. Denn sonst nimmt sie ihn immer mit - ob zum Einkaufen oder zum Arzt. Alleine lässt Heidemarie Rümpelein ihren Mann nicht mehr. Die Tage, an denen er morgens um 8 Uhr zur Tagespflege abgeholt wird, beginnen jedoch stressig. Denn Heidemarie Rümpelein muss dann um 6 Uhr aufstehen, ihren Mann wecken, im Bad und beim Anziehen helfen, Frühstück zubereiten und ihn antreiben. Geht er denn gerne zur Tagespflege?

Es sind schöne Sachen dabei, aber manche könntest du an die Wand klatschen. Aber ich bin ruhig und höre zu / Wieso an die Wand klatschen? / Ich bin nicht kleinlich / manche Tage kommt er heim, da haben sie ihn so wütend gemacht, ich denke da

haben sie ihn geärgert. Da wird er seinen Willen nicht bekommen haben, ich weiß es nicht. Widersprechen darf man ihm überhaupt nicht, dann wird er aggressiv - na, net.... / Und wie ist das zuhause? Momentan geht´s gut, aber er ist mir gegenüber sehr aggressiv. / Bitte was? Das du so böse bist zu mir! / Ach das auch noch - das schreibe ich auf / ja, schreib es dir mal auf, ich werde dich erinnern. Zurzeit ist er gut drauf, ne.. die haben mich ja auch gut bezahlt... *lacht*

Sie nutzen die Angebote der Diakonie Fürth und der demenzfreundlichen Kommune Oberasbach, gehen beispielsweise gemeinsam zum Tanztee oder zum wöchentlichen Treffen für Demenzkranke:

Da hat er heute Nachmittag wieder Gruppe, Singen, Gedächtnistraining, Kaffee trinken - ich gehe in die Angehörigengruppe. Man kann reden und muss nicht immer erklären. Denn jeder ist betroffen, jeder weiß, wovon man spricht. Jeder hat andere Probleme. Ist schon entlastend und man kann auch mal was erzählen, wo man nicht immer erzählen kann. - Wo gehst du denn noch hin? / Überall, wo ich mich wohl fühle, da gehe ich hin... heute, ja heute..

Auf solche konkreten Fragen antwortet Rudolf Rümpelein meist allgemein. Es ist für ihn und seine Frau nicht leicht, auch wenn sie sich schon sehr lange kennen und seit 55 Jahren verheiratet sind.

Ich habe keine Kraft mehr. Ich bin nur für ihn - mein Leben bleibt auf Strecke Es verändert sich auch das Umfeld - leider - die Leute ziehen sich zurück. Ich oder wir sind einsam. Und das kann ach niemand verstehen wie es ist mit einem kranken Menschen. Und er war doch...! Ja - er war - das ist vorbei. Die sehen ihn immer noch wie er vor zehn Jahren war, aber so ist er nicht mehr / *Aber Sie gehen sehr liebevoll mit ihm um - halten gerade seine Hand / Ja, muss ich - also das ist ganz wichtig, obwohl er zeitweise keine körperliche Berührung will, ne... was ? Hast du nicht verstanden / nein hab ich nicht ganz verstanden .. ist vielleicht auch besser so*

Dann gehen wir mal in die Küche und schauen wir mal, dass wir was zu essen herbringen für heute Mittag... ich komme mit... / Und was gibt es heute zum Mittagessen - wir haben noch Reste von gestern - Spätzle und Putenschnitzel und machen ein paar Nudeln dazu

Atmo Küche und Geschirr....

Musikakzent

Oberasbach - eine demenzfreundliche Kommune: Vor sechs Jahren beschloss der Stadtrat, einem Aufruf des Bezirks Mittelfranken und der Gerontopsychiatrischen Fachkoordination in Nürnberg zu folgen, und erste Initiativen zu starten - mit dem Ziel: Aufklären über Demenz, ein Bewusstsein für die Erkrankung in der Öffentlichkeit schaffen, Bedarfe ermitteln und Angebote machen. Seitdem gibt es beispielsweise den sehr aktiven Arbeitskreis Demenzfreundliche Kommune und das Quartiersmanagement Oberasbach der Diakonie Fürth:

Atmo Gespräch... Hallo... will mich bedanken.... Das ist eine Anlaufstelle für viele Fragen wie Pflegestufen, Versorgung daheim, ambulant oder stationär. Welche Fachstellen gibt es? Wie erstelle ich eine Patientenverfügung? Was bietet Oberasbach an für pflegende Angehörige? Dazu kann man die Quartiersmanagerin Renate Schwarz zu bestimmten Zeiten im Bürger-Info-Treff neben dem Rathaus besuchen - und das tue ich, werde von ihr aber erstmal mit einer Art Test überrascht:

So hallo - schön, dass Sie da sind! Ich habe was vorbereitet für Sie, um in die Thematik eines Menschen mit Demenz hinein zu fühlen bzw. wie sich auch Angehörige fühlen und das würde ich gerne mit Ihnen ausprobieren! / Was ist das? Das ist Teil eines Demenzparcours - in diesem Jahr hat der Arbeitskreis überlegt wie können wir das nach außen transportieren und daher waren wir am Stadtfest mit diesem Spiegelstern und es sind viele zum Nachdenken gekommen - das muss man einfach mal ausprobieren - ich spiele einen ungeduldigen Angehörigen oder an der Kasse, wenn was nicht geht / Okay, dann schaue ich mir das jetzt mal an! Wir sind hier im Bürgerinfotreff in Oberasbach, da ist ein Tisch und ein Stuhl, auf den ich mich draufsetze - habe vor mir ein Blatt Papier mit einem Stern, den ich nachzeichnen soll, sehe das Ganze aber nur über einen Spiegel und nicht direkt - und lege mal los - oh geht schon in die falsche Richtung! / schneller - wir müssen los - das ist doch eine einfache Aufgabe, geht das nicht schneller, der Bus wartet - / es ist mir vor Ihnen fast ein bisschen peinlich, dass ich das echt nicht schaffe, diesen Stern akkurat nachzuzeichnen, sondern über die Linie hinaus schieße und über diese Spiegelung Schwierigkeiten habe das kognitiv zu schaffen. Ich mag mir das selber eigentlich nicht eingestehen - / Ja genau - ich schäme mich. Deswegen gehe ich nicht mehr nach außen, deswegen habe ich keinen Kontakt mehr zu anderen, weil - es ist hier ein Stern - aber es könnten ganz einfache Tätigkeiten sein, die kann ich in dem Moment nicht abrufen und bevor ich wieder was falsch mache, mache ich es gar nicht und gehe nicht mehr raus. Und solche Sachen finde ich sehr wichtig zur Aufklärung zu diesem Thema!

Wir können es auch nur erahnen, ob sich ein Mensch mit Demenz so fühlt, eine leichte Aufgabe ist auf einmal so ein Hindernis die einen nehmen´s lustig, die anderen werden aggressiv. Und das ist ein einfacher Test, um zu zeigen wie ich jemanden in Bedrängnis bringen kann mit falscher Kommunikation und - mach hin, schneller - das hören Menschen mit Demenz ja sehr häufig, weil es für einen Außenstehenden nicht begreifbar ist, dass einfache Sachen manchmal nicht gehen und am nächsten Tag geht es wieder - das ist ja das Schwierige.

Wie groß sind denn die Hemmschwellen öffentlich darüber zu reden oder überhaupt zu zugeben, ja in meiner Familie ist jemand von Demenz betroffen? Nach wie vor sehr, sehr groß. Ich erlebe es oft, dass man sich sehr schämt und es kommt zu Situationen, wo ich mich für meinen Angehörigen schäme und das darf nicht sein! Was ist Ihr Ziel, Ihre Vision - was würden Sie sich für Oberasbach wünschen? Offene Augen und Ohren, sich diesem Thema nicht zu verschließen, auch wenn man selber in der Familie noch nicht betroffen ist - Schulungen für Arztpraxen, Apotheken usw., aber das ist schon in Bewegung, dass man Menschen mit Demenz und Angehörige nicht ausgrenzt, sondern toleriert - auch in Mietshäusern, dass ich mich nicht sofort beschwere, sondern die Ausgrenzung abgebaut wird.

Also sich nicht zu verstecken, dass sie willkommen sind, das wünsche ich mir für Oberasbach von vielen Veranstaltungen, dass ich einfach willkommen bin - auch mit dieser Erkrankung, wo ich vielleicht ein bisschen anders bin als wir das erwarten, aber es so viele gibt, die wissen wie man damit umgeht, dass es nicht mehr so schlimm ist und ich mich auch nicht mehr schämen muss.

Ist es nicht ein Problem, dass wir im Alltag zu wenig Kontakt zu Menschen mit Demenz haben? Ja - aber wenn man ein bisschen nachfragt: jeder kennt jemanden, der an Demenz erkrankt ist, und das aus dieser Nische zu holen - also das ist uns ein großes Anliegen. Jede Kommune sollte einen Ansprechpartner haben, wo Menschen wissen, da kann ich hingehen und die lotst mich weiter. Und dann auch die Vielfältigkeit von Angeboten, die ein Arbeitskreis leisten kann, die dann auch wahrzunehmen. Wenn Vorträge sind zu dem Thema, die dann auch zu besuchen, damit ich informiert bin, damit ich weiß, mir steht eine Reha zu als pflegender Angehöriger, also all die Angebote anzunehmen und dann zu merken: Ich bin nicht allein in der Situation - das ist ganz wichtig!

Musikakzent.....

Atmo Karabiner.....

Ein ganz besonderes Projekt in Oberasbach ist Klettern trotz(t) Demenz - es ist einmalig in ganz Bayern. Die Diakonie Fürth und die Deutsche Alzheimer Gesellschaft bieten spezielle Kletterkurse für Menschen mit und ohne Demenz an. Jeden zweiten Donnerstag können sie an einer Kletterwand unter fachlicher Leitung mit einer Seilsicherung klettern

Die Wand schauen wir uns an – schauermal wie weit? bis dahin komm ich ... was machen wir jetzt? Die Hände an die Griffe.. und die Füße... der ist zu kurz ... das mach ich net... das läuft super... die Roten..... Atmo....

Die 88 Jährige lacht gerne und viel, selbst beim Klettern. Für ihr Alter zieht sich die weißhaarige Frau erstaunlich behände an der senkrechten Wand nach oben. Gesichert durch Klettergurt, Seil und Helferin am Boden.

Sie ist eine lustige und fröhliche Persönlichkeit, sie redet ohne Punkt und Komma, konzentriert sich nicht auf die Wand und klettert doch immer wieder / Und hat jetzt schon Dreiviertel geschafft

Unten vor der Kletterwand steht Gudrun Schuster, die Initiatorin des Projekts Klettern trotz(t) Demenz in Oberasbach. Sie ist Krankenschwester und Fachkraft für Gerontopsychiatrie in der Oberasbacher Diakoniestation und Mitglied im Arbeitskreis Demenzfreundliche Kommune. Sie beobachtet die Kursteilnehmerinnen und – teilnehmer und freut sich mit ihnen, wenn sie es bis oben geschafft haben wie die weißhaarige Dame:

Füße runter... gut gemacht... Applaus.. das war richtig toll...schön... so weit oben waren sie noch nie, hab ich gehört! Einmal muss sein, bin nicht runter gefallen

Als Nächster kommt ein hoch gewachsener Mann an die Reihe. Beim Anlegen des Gurtes und beim Sichern hilft ihm Franca Walser vom Deutschen Alpenverein:

So das ist ein Achterknoten, der ist notwendig, dass die Leute da hoch kommen und nichts passiert... so und unten durch... jetzt ein doppelter Achterknoten, dann ist man eingebunden in den Gurt und ins seil... Atmo Karabiner... sitzt!. ..lacht...

Und jetzt die linke Hand zu dem Großen.. die Linke? Ja... .. Atmo.....

An der Wand kämpft sich der Mann mühsam Zentimeter für Zentimeter hoch – zieht sich mit den Armen weiter, versucht sich aus den Beinen hochzudrücken, doch die Füße wollen aufgrund einer Erkrankung nicht so recht.

Kurz schnaufen? Ja! Okay.....

Auch diesmal fiebert die Initiatorin des Projektes, Gudrun Schuster, mit dem Teilnehmer mit, der sich gerade an der Kletterwand abmüht:

Er ist seit Januar dabei, hatte am Anfang viel Angst, weil er körperlich inaktiv ist durch eine Nervenerkrankung. Über die zwölf Wochen haben wir die Angst komplett überwunden, die Gangunsicherheit, das Körperbewusstsein – er läuft besser und er war vor zwei Wochen das erste Mal oben – der Stolz, die Freude, die Überraschung Glocke und .. / Wir schauen uns das an – vielleicht schafft er es heute wieder? / Er weiß, dass er oben war – und wir sprechen darüber, weil die Menschen hier über 70 und über 80 Jahre alte... nicht jeden Tag gleich drauf – das ist einfach so

Die Anstrengung ist ihm ins Gesicht geschrieben, hochkonzentriert schiebt und zieht er sich an der acht Meter hohen Wand weiter nach oben!

Ist ja so, dass die Kletterbewegung in uns drin ist, dass wir mit Händen und Füßen hoch wollen - und Glücksgefühle trotz Erkrankung, was man im Alltag nicht mehr hat, wenn man nicht weiß wie man Zahnbürste benutzt. / Aber das Greifen und das Haltsuchen mit dem Fuß, das vergisst man nicht? / Nein, das nennt man posturales Gedächtnis, das macht der Mensch einfach, das Gedächtniszentrum, wo auch das Schlucken ist und das Schlucken ist auch was, das erst ganz am Ende weggeht.

Positive Nebeneffekte des Kletterns sind – ganz allgemein – eine Verbesserung der Koordination von Gehirn, Armen und Beinen, bessere Beweglichkeit, mehr Kondition, Steigerung der Konzentrationsfähigkeit und größeres Selbstbewusstsein durch das Erfolgserlebnis. Das gilt übrigens für alle Menschen, die in die Kletterwand steigen. Egal, in welchem Alter und egal, ob mit oder ohne Demenz, sagen die Experten.

Atmo Riesen-Jubel für Mann... Dann hat er es geschafft – der Mann ist oben! Jetzt kann er sich ins Seil fallen lassen und wird Stück für Stück abgeseilt.

Atmo Lachen.. Durchatmen! ... Ganz nach oben haben Sie es geschafft! Ja .. es ist sehr anstrengend. Beim ersten Mal hatte ich noch Probleme, noch Wackeln und Zittern,

aber das ist weg. Ich muss erstmal die Arme und Füße setzen, dann am Seil hochziehen. / Und was ist das für ein Gefühl, wenn man ganz oben ist? / Lacht... das Gefühl ist natürlich gut, wenn man von oben runterschauen kann und unten der Applaus kommt

Er lächelt zufrieden, genießt den Moment des Erfolgs und des Glücks. Es ist wichtig im Leben, darauf zu schauen, was noch geht, und nicht auf das, was nicht mehr geht. Daher ist es ein zentrales Anliegen der Deutschen Gesellschaft für Alzheimer, die Demenz nicht als Defizitthema darzustellen, sondern die Kompetenzen von Menschen mit Demenz in den Vordergrund zu rücken sowie die Möglichkeit auf die Erkrankung positiv Einfluss nehmen zu können, beispielsweise durch Sport- und Bewegungsangebote. Das ist auch das Anliegen der gerontopsychiatrischen Fachkraft Gudrun Schuster:

Ich neige dazu, dass ich mit allen Menschen auch in der Arbeit ausprobiere, was kann der? Was ist weckbar oder lernbar? Und dann machen wir das! Dann habe ich 2015 in einer Zeitung gelesen, dass das Hermann Wiesinger in Linz macht seit 2013 und das war's dann, bin zu meinem Chef, der hat gesagt: Ja probier mal!

Doch bis das Projekt Klettern trotz(t) Demenz der Diakonie Fürth tatsächlich starten konnte, mussten viele Fragen geklärt werden: Organisation, Finanzierung, Versicherung und und und.

Es ist ein ungewöhnliches Projekt und in der Öffentlichkeit stößt man auf Widerstände ... dass die Leute alle krank sind und die müssen alle Medikamente nehmen und das ist alles unmöglich

Inzwischen gibt es das bayernweit einmalige Projekt seit zwei Jahren und es beweist: Mit professioneller Anleitung können auch ungeübte, ältere Menschen klettern, und vor allem davon profitieren. Während eine weitere Kursteilnehmerin an der Wand klettert, schaut ihre Tochter von unten zu und bestätigt sie:

Super Mama! Du bist die Beste!

Alle zwei Wochen bringt sie ihre Mutter hierher in die Turnhalle und erkennt positive Auswirkungen:

Also wenn sie hier ist, daran kann sie sich erinnern. Aber im Alltag erinnert sie sich oft an nichts. Sie kommt sehr gerne her. Immer wenn Bewegung im Spiel ist, also

körperliche Bewegung, geht's ihr besser – hat man auch den Eindruck, dass ihr Kopf besser funktioniert

Das Gedächtnis wird zumindest kurzfristig besser, die Beweglichkeit nimmt zu – und das vielleicht Wichtigste ist: Die Teilnehmer des Projektes „Klettern trotz(t) Demenz“ sind am Ende der zwei Kursstunden glücklich:

Wird immer besser, aber es macht Spaß. / Und sie strahlen! / ja ich strahle ... lachen... Musikakzent....

Im Zimmer der Bürgermeisterin Birgit Huber hängt die Auszeichnung von der Initiative „Demenzfreundliche Kommune Mittelfranken“ an der Wand. Was bedeutet das denn eigentlich im Alltag eines Ortes mit rund 18 000 Einwohnern, von denen jeder Vierte im Rentenalter ist?

Eine menschenfreundliche Kommune, in der wir auch solche Menschen mittragen, mit unterstützen, in der Demenz erkrankte Menschen zum Alltagsbild gehören, was das Leben in einer kleineren Kommune wie Oberasbach schon auszeichnet, dass man ein bisschen aufeinander achtet. Wir haben dann nach dem ersten Stadtratsbeschluss einen Flyer gedruckt und Aktivitäten gestartet, einen Film gezeigt, man hat den Tanztee initiiert, wir haben die Frau Schuster unterstützt, damit die ihr Kletterprojekt umsetzen konnte, haben die Monatsmaler ins Leben gerufen und und und - ich glaube, wir sollten die Menschen teilhaben lassen und mitmachen lassen, denn die haben ihre Berechtigung in der Gesellschaft mit teilzunehmen.

Bürgermeisterin Birgit Huber erlebt bei Hausbesuchen in der Gemeinde immer wieder, dass sich ältere Menschen zurückgezogen haben, dass sie sich schämen, wenn ein Familienmitglied an einer Demenz erkrankt ist. Diese Menschen möchte sie wieder mehr ins öffentliche Leben einbeziehen. Darüber hinaus kann sich die Bürgermeisterin die ein oder andere städtebauliche Maßnahme vorstellen - beispielsweise farbige Schilder oder Symbole, damit sich orientierungslose Menschen besser im Ort zurechtfinden. Ideen hat der Arbeitskreis Demenzfreundliche Kommune, dem auch die Bürgermeisterin angehört, viele - doch die Möglichkeiten sind begrenzt:

Wir waren kürzlich auf einer Tagung „Ohne Moos nichts los“ in der Hoffnung, dass wir erfahren, wo wir Gelder herbekommen können, um sowas wie die Monatsmaler, wo wir mal eine Kunstpädagogin brauchen, um das durchzuführen, finanzieren können - oder beim Singen mit Demenz braucht man jemand Fachliches - du kannst nicht nur Ehrenamtliche haben. Aber da war die Aussage, dass wir viel zu klein sind, um Mittel

zu beantragen. Da wird von ganz großen Netzwerken gesprochen, die aber auch Landkreisebene oder noch größer agieren müssen. Und ich hoffe, dass wir da ein Netzwerk mit anderen Kommunen aus dem Landkreis bilden können und Töpfe aufmachen - im Moment bleiben uns nur der Lions Club oder die Sparkasse, aber das hat auch alles seine Grenzen.

Doch auch im Kleinen ist schon viel entstanden -so gab es beispielsweise im Oberasbacher Rathaus eine Multiplikatoren-Schulung für Bankangestellte, Busfahrer, Verkäuferinnen und andere, die im täglichen Leben auf Menschen mit Demenz treffen: Wie geht man mit jemandem um, der beim Bäcker 500 Brötchen bestellen will, der im falschen Bus sitzt oder der in der Apotheke zum dritten Mal das gleiche Medikament holen will?

Atmo Straße... reingehen... Atmo Laden-Gong....

**Grüße Sie.. bitte schön... Kopfehtabletten / Kopfschmerztabletten bräuchten Sie!
Was haben Sie vorher genommen? Oder gibt es was, das Sie nicht vertragen? /
Irgendwelche.... Hin und wieder brauche ich mal eine... Alles klar, ich komme sofort wieder.....**

Atmo Apotheke..... Die Luna Apotheke ist die erste demenzfreundliche Apotheke in Oberasbach und auf Landkreisebene hat sich ein entsprechender Arbeitskreis gebildet, erzählt Apotheker Andreas Gördes. Es gibt eigens Schulungen für Apotheker zum Umgang mit der Krankheit Demenz - was auch Thema auf dem diesjährigen Bayerischen Apothekertag in Bamberg gewesen ist.

Für jemanden, der zum ersten Mal demenzfreundliche Apotheke hört - was muss der sich darunter vorstellen? Also wir sind ja neben der Familie oft die ersten, die mitbekommen, dass jemand dement wird. Oder dass ein Angehöriger berichtet, dass der Partner entsprechend Demenz entwickelt und wir versuchen ein bisschen Lotse zu sein. Das haben wir schon immer gemacht, aber jetzt wird es koordiniert, damit es effektiver wird. Und man kann durchaus große Hilfestellungen leisten, allein schon dadurch, dass die Demenz aus dem Bereich Scham und Schuldgefühle herausgeholt wird. Und wirklich öffentlich angegangen wird, dass man sagt: Es ist eine Erkrankung, es ist ein gesellschaftliches Problem, wir können begrenzt was machen, aber wir können auf jeden Fall die Lebensqualität verbessern, wenn man die Hilfen in Anspruch nimmt. /)

Welche Hilfen oder Tipps geben Sie denn, wenn Sie merken, jemand kommt mit derselben Frage zum fünften Mal und macht einen etwas verwirrten Eindruck? Erstmal ist nicht jede Demenz gleich. Es geht auch darum: Haben wir eine echte Demenz? Oder eine vorübergehende Geschichte? Wir müssen uns dann die Medikamente anschauen, weil einige Medikamente natürlich auch solche Symptome verursachen können. Dass man da schaut, liegt es daran? Hat es Umstellungen gegeben, ein Umzug, eine größere Krankheit, Partner verloren, die ja auch solche Schübe machen können und man versucht dann erstmal, die Leute da abzuholen, wo sie sind. Man muss individuell arbeiten. Ich kann nicht sagen, dieses Rezept passt für alle. Und man muss schauen, sehr schwierig oft - dass man Kontakt zu Angehörigen bekommt. Weil wenn keine zusätzlichen Hilfen aus dem Alltag kommen, dann wird es wirklich schwierig.

Oft ist es das Erste, was die Leute berichten, meine Frau schimpft immer, oder mein Mann schimpft immer und ich kann der gar nichts recht machen. Das sind oft schon erste Anzeichen von einer beginnenden Demenz und wenn man da schafft, wenn die Leute noch bis einem bestimmten Grad alltagstauglich denken können, sie zu einer guten Diagnose zu überreden, dass sie zum Arzt gehen, dass ein Neurologe eingeschaltet wird, dann kann ich das Geschehen unter Umständen um Jahre bremsen, nicht aufheben, aber bremsen. Und das bringt Lebensqualität.

In der Luna Apotheke in Oberasbach arbeitet auch die Pharmazeutisch-Technische-Assistentin Andrea Schneider. Sie sieht sich als Schnittstelle zwischen medizinisch-pharmazeutischer und seelsorgerischer Versorgung, denn Andrea Schneider hat achteinhalb Jahre ihre Mutter mit Alzheimer Demenz gepflegt - und das ist mittlerweile ihr beruflicher Schwerpunkt. Denn sie weiß, wovon Betroffene sprechen. Auch ihre Mutter hat sie nicht mehr erkannt, hat das Bügeleisen brennen lassen oder die Toilette nicht gefunden, sodass sie ihre Notdurft auf dem Teppich verrichten musste. Besonders belastend waren die Nächte, in denen ihre Mutter die ganze Familie beschäftigte:

Mein Mann musste schlafen und dann arbeiten, die Große musste in den Kindergarten - die Kleine musste ich stillen - da mussten wir Routine reinbekommen, die Mama muss Ruhe geben und da war ich bei der Nervenärztin und habe was aufschreiben lassen, damit sie in der Nacht schläft, aber nur für die Nacht ein paar Tropfen

Andrea Schneider hat sich damals auch Unterstützung in der Angehörigenberatung in Nürnberg geholt, hat die sogenannte Verhinderungspflege in Anspruch genommen, so

dass sie mit ihrer Familie auch mal in den Urlaub fahren konnte. All diese Erfahrungen gibt sie in der Luna Apotheke gerne an Betroffene weiter - auch die guten Erinnerungen:

Das Schönste waren die Gefühle, wenn man der Mama über das Gesicht gestreichelt hat oder über die Hände, dann hat es noch ein Busserl gegeben: Ach, dich hab ich noch am allerliebsten! Und das war das, was einen aufbaut und dass es sich lohnt, es zu tun. Damit es ihr gut geht und man kriegt noch was zurück. Natürlich erkennt sie mich nicht mehr als Tochter. Natürlich wusste sie nicht mehr, wer ich bin. Aber das Gefühl, dass da jemand ist, die sich kümmert und die hat mich lieb, weil das Gefühl bleibt. Und das bleibt bis zum Schluss! Es lohnt sich für sie zu kämpfen, denn sie bleiben bis an ihr Lebensende Individuen und von Gott gewollte Menschen, die nichts dafür können, dass sie jetzt krank sind.

Das war die Bayern 2 Nahaufnahme zum morgigen Weltzheimerstag. Mit dem Beispiel einer demenzfreundlichen Kommune im Landkreis Fürth. Sie können die Sendung auch jederzeit nachhören im Podcastcenter unter www.br.de

Dieses ist ein Beitrag des Bayerischen Rundfunks. Alle Rechte daran liegen beim Bayerischen Rundfunk.