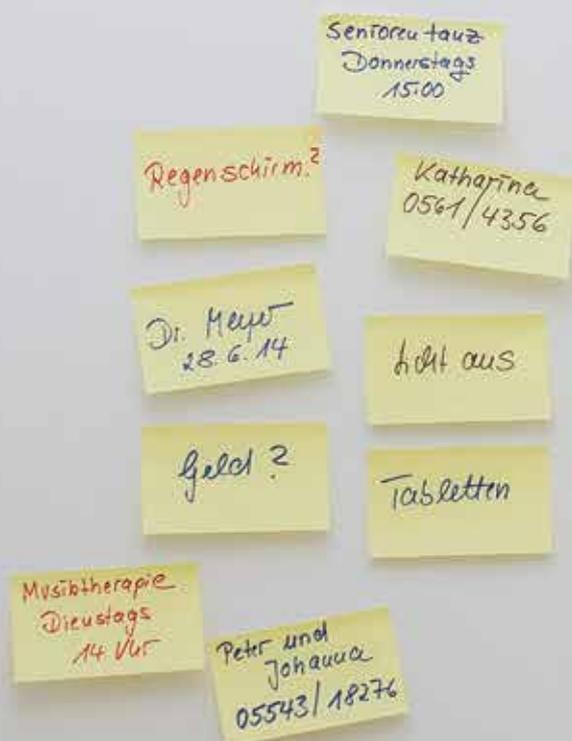


blick

magazin

in die kirche



Erinnern – *vergessen*

DEMENZ

*Alterserscheinung oder
schlimme Krankheit?*

TROST

*Die Seele kehrt heil
zu Gott zurück*

Foto: medio.tv/Schauderna

Inhalt

MENSCHEN

4 Leben in einer anderen Welt –
der Alltag mit Demenz

BESINNUNG

8 Befreit wie ein Schmetterling –
die Seele kehrt heil zu Gott zurück

THEMA

10 Alterserscheinung oder
schlimme Krankheit?

Angebote der Kirche

INTERVIEW

12 Kann man einer Demenz
vorbeugen?

RATGEBER

13 Eine Herausforderung für alle

RÄTSEL

14 Erinnern – vergessen
„Nachtmeerfahrt“-Theater –
100 Jahre Edersee

15 Genießen in historischen Mauern:
Hotel Schloss Waldeck

UNTERWEGS

16 Wie auf dem Kindergeburtstag –
Musikprojekt mit Erkrankten

Vergesslich im Alter – welche Ängste stellen sich bei Ihnen ein?



Die Vergesslichkeit meiner Mutter hat mich sehr beschäftigt: Wie weit geht meine Verantwortung? Wo sind meine Grenzen? Ich fühlte mich oft so hilflos! Jetzt überlege ich immer häufiger, wie das ist, wenn ich vergesslich werde. Was muss ich unbedingt festhalten, bevor ich einiges nicht mehr selbst regeln kann? Das heißt: früh genug für mich sorgen und zugleich meine Angehörigen entlasten, weil wichtige Dinge dann schon geklärt sind.



Foto: privat



Christine von Knobloch (50)
arbeitet als Erzieherin in Kassel



Da die Versorgung von Demenzkranken in Deutschland vorwiegend eine pflegerische Aufgabe ist, habe ich Angst davor, im Alter nicht in meiner gewohnten Umgebung leben zu können. Auch spielt die Belastung der Angehörigen eine nicht unwesentliche Rolle für mich. Vieles zu vergessen oder sich nicht adäquat mitteilen zu können, sind meine Hauptsorgen – ich möchte niemandem zur Last fallen.



Foto: privat



Stephan Grosch (36)
ist Inhaber eines Bestattungsinstituts in Kassel

IMPRESSUM

Herausgeber: Landeskirchenamt der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck
Wilhelmshöher Allee 330, 34131 Kassel

Redaktion: Cornelia Barth, Lothar Simmank
Heinrich-Wimmer-Straße 4, 34131 Kassel
Telefon: 0561 9307-152, Fax: -155
E-Mail: redaktion@blick-in-die-kirche.de
Online: www.blick-in-die-kirche.de

Beirat: Dr. Anja Berens, Christian Fischer, Wilhelm Hammann, Carmen Jelinek, Eckhard Lieberknecht, Petra Schwermann (Herausgeberin), Detlev Wolf

Layout-Konzept: Liebchen+Liebchen Kommunikation GmbH, Frankfurt

Gestaltung: Cornelia Barth



Bei mir stellen sich gar keine Ängste ein. Vergesslichkeit ist eine Art Barmherzigkeit. Für das soziale Umfeld ist es sicher ein Problem, aber für den, der vergisst, klärt sich vieles. In der Bibel steht: Selig sind die geistlich Armen, denn ihrer ist das Himmelreich. Wenn wir anfangen zu vergessen, verdrängen wir alle negativen Seiten. Das ist nicht unbedingt immer real, bringt aber inneren Frieden.



Foto: A. Langensiepen

Karsten Koppelin (65)
ist Gastronom in Waldeck



Ich verbringe viel Zeit damit, meine neue Lesebrille zu suchen. Schlimm wäre, wenn ich mein Leben nur noch mit Suchen verbrächte: nach dem Schlüssel, dem Monat, der Mutter, mir selbst. Am Schlimmsten aber wäre, wenn man mich im Suchen stecken lassen würde. Ich hoffe, dass ich unter Menschen selbstvergesslich werde, die es völlig normal finden, dass man sich anders verhält, die auch das Vergessen spielend nehmen.



Foto: privat

Annegret Zander (47)
Pfarrerin aus Gelnhausen, leitet die Fachstelle Zweite Lebenshälfte der Landeskirche



Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Unsere Persönlichkeit, unser „Ich“ speist sich aus Erinnerungen. Die Welt, in der wir leben, ist erinnerte Welt. Verlieren wir die Erinnerung, verlieren wir die vertraute Welt. Das ist beängstigend. Und darum löst die steigende Zahl von dementiellen Erkrankungen in ihren unterschiedlichen Facetten große Sorge aus. Für die Betroffenen ist es ein schweres Schicksal, fast mehr noch für die Angehörigen. Dabei meine ich nicht nur die Herausforderungen von Pflege, Aufsicht und Betreuung. Viel mehr belastet das allmähliche Verschwinden einer Persönlichkeit das Zusammenleben. Wenn wir einander nicht mehr erkennen – kennen wir uns dann noch? Und wenn gar Gefühle, vor allem Wut, Zorn und Angst, sich ungefiltert ausleben, wenn der einst sanfte oder kluge oder freundliche Mensch wirt, abweisend und verletzend wird – dann ist das oft eine Überforderung. Wir stehen noch ganz am Anfang, die Ursachen zu verstehen. Heilungsmöglichkeiten gibt es kaum.



Foto: medio.tv/Schauderna

Demenz hat viel damit zu tun, dass wir heute sehr alt werden können. Aber sie hat vielleicht auch etwas damit zu tun, wie wir leben. Die Verunsicherung ist groß. „Fürchte dich nicht, ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du bist mein.“ Diese Zusage, die Gott uns schenkt, kann uns trösten. Er erinnert sich an uns, in ihm ist alles aufbewahrt, was wir sind. Damit bleibt unsere Würde erhalten, auch wenn in unserem Erleben vieles von dem verlorengeht, was wir damit verbinden. Das ist eine Ermutigung für alle Betroffenen.

Doch seien wir ehrlich: Es ist einstweilen noch sehr unbestimmt, was Demenz bedeutet. Dieses Heft möchte Mut machen, sich mit dieser Lebensfrage auseinanderzusetzen. Denn es kann unsere Zukunft sein – als Angehörige oder auch als selbst Betroffene.

Herzlichst
Ihr

Prof. Dr. Martin Hein
Bischof der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck

Herstellung: Bechtle Druck & Service GmbH & Co. KG, Esslingen

Vertrieb: HNA, Kassel, u. a.

Mehr Informationen über die vielfältigen Angebote der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck finden Sie im Internet: www.ekkw.de





Leben in *einer anderen* Welt

Foto: Rolf Wegst

Lässt sich Demenz in den Alltag integrieren? Wie schaffen wir es, unseren Angehörigen, die sich nicht mehr erinnern können und in einer anderen Welt zu leben scheinen, liebevoll zu begegnen? Und wer hilft uns dabei?

Erst mal ins Café Nicolai und unter Leute kommen

Als die Erzählung bei den Laken ankommt, die noch bis in die 1950er-Jahre an der Lahn gebleicht wurden und auf den Wiesen ringsum in der Sonne trockneten, hat plötzlich jeder Selbsterlebtes beizutragen. Wie gut das immer noch! Ein älterer Herr lacht heraus, als einige wilde Spiele der Weidenhäuser Jungs und einige nicht ganz so harmlose Streiche erwähnt werden. Die nassen Laken mit Kieselsteinen bewerfen, okay! Aber Backsteine auf Hausdächer?!

Während Friederike Haack von der Alzheimergesellschaft aus dem Buch „Erst mal in die Milchbar – Geschichten und Anekdoten aus Marburg in den 1950er- und 1960er-Jahren“ von Susanne Kolbe vorliest, lassen es sich die Besucher im Café Nicolai schmecken. Es ist aufgetischt: Zitronen-, Obststreusel- und Käsekuchen, alles selbst gebacken. Um die Tafel sitzen

alte Menschen und junge, von Demenz Betroffene und ihre Angehörigen. In Kooperation mit der Evangelischen Familien-Bildungsstätte Marburg öffnet die Alzheimergesellschaft seit März mittwochs von 15 bis 17 Uhr den Begegnungsraum für Menschen mit und ohne Demenz im Mehrgenerationenhaus am Lutherischen Kirchhof. Die von Demenz Betroffenen, die hierher kommen, leben in der Regel zu Hause und werden von ihren Angehörigen ins Café Nicolai begleitet.

„Wir bieten ihnen die Möglichkeit, einmal in der Woche unter Leute zu kommen und sich als Teil einer Gemeinschaft zu erleben“, sagt die ehrenamtliche Café-Leiterin Friederike Haack, „auch den Angehörigen wollen wir eine Atempause verschaffen und eine Gelegenheit, mit Menschen in einer ähnlichen Situation ins Gespräch zu kommen.“ Aber auch Menschen ohne persönlichen Bezug zur Demenz sind willkommen, denn nur über die Begegnung können sich Berührungängste abbauen.

Schließlich trägt eine Besucherin auf der Mundharmonika das eigens für dieses Treffen einstudierte Stück „In einer kleinen Konditorei“ vor: Fast alle singen mit, lachen an einer Stelle auf, singen weiter. „Wir hatten schon eine professionelle Märchenerzählerin hier“, berichtet Friederike Haack, „auch ein Klarinetten trio und eine Sitzgymnastin.“ Sie finanziert diese Aktivitäten über Spenden. Ihr persönlicher Lohn: die Freude ihrer Gäste, wenn es mittwochs heißt: „Erst mal ins Café Nicolai.“ ●

Yasmin Bohrmann

„Manchmal habe ich 48 Stunden nicht geschlafen“

Diesen Tag in 2006 wird Doris Curth niemals vergessen; er verändert ihr Leben komplett. Ihre Mutter, damals 84 Jahre alt, steht am Geländer im oberen Stockwerk in ihrem gemeinsamen Haus in Kassel-Niederzwehren und ruft

mit zitternder Stimme: „Ich springe jetzt hier runter.“ Voller Sorge und Entsetzen über eine Reaktion, die ihre Mutter vorher nicht im Entferntesten andeutete, holt die Tochter ärztliche Hilfe. Nach vier Wochen Klinikaufenthalt lautet die Diagnose: aggressive Demenz.

„Für mich war von Anfang an klar, dass ich meine Mutter wieder mit nach Hause nehme. Dass die nächsten Jahre wirklich hart werden, war mir damals nicht bewusst.“ Auch der Vater von Doris Curth leidet an Demenz, an einer schleichenden Form. Während er eher klar im Kopf ist, dafür aber nachts viel weint und schreit, verändert die Mutter nach und nach ihr Wesen.

„Sie war ihr ganzes Leben lang eine liebenswerte, nette Frau, plötzlich zeigte sie sich böse und randalierend“, beschreibt die 64-Jährige ihre Mutter. Dann wieder irrt die alte Dame im Haus umher, versteckt sich kauernd und schweigend stundenlang in Winkeln und Ecken. Als Doris Curth eines Morgens für einen Moment den Schlüsselbund aus der Hand legt, nutzt die Mutter die Gelegenheit und verschwindet aus dem Haus; sie wolle zu Gustav, so die alte Frau murmelnd. „Ihre Jugend ist für meine Mutter oft präsent. Gustav war ihre erste große Liebe, aber dann musste er in den Krieg ziehen. Glücklicherweise kannte meine Tante die Geschichte, so kann ich mit meiner Mutter darüber sprechen, als ob es im Hier und



Foto: Grit Finauer

Mit jemandem reden, der auch betroffen ist: Gudrun Herrmann (l.) und Doris Curth lernten sich in einer Angehörigengruppe kennen. Seitdem verbindet sie eine vertrauensvolle Freundschaft.

Jetzt ist.“ Heute lebt die Mutter von Doris Curth mit ihren 92 Jahren im Pflegeheim; nach einem schweren Sturz war die Versorgung zu Hause unmöglich geworden.

Das Beste im Umgang mit Demenzkranken sei, sie in ihrer eigenen Welt wahrzunehmen und zu bestätigen. „Dagegen zu steuern und immer wieder zu behaupten, das Gesagte wäre falsch, bringt überhaupt nichts.“ Auch Gudrun Herrmann aus Niesetal bestätigt das. Ihr demenzkranker Vater starb 2011, aber die Erinnerungen an ihn und seine Krankheit sind noch immer präsent. „Anfangs habe ich darüber geschmunzelt, als mein Vater statt Deo Haarspray nahm. Wie er später dann wirklich war, fantasierend, unruhig und extrem sturzgefährdet, das hat niemand mitbe-

kommen. Manchmal habe ich 48 Stunden nicht geschlafen, weil er mit seinem veränderten Schlaf- und Wachrhythmus keine Ruhe gab.“

Pflegen und betreuen rund um die Uhr, dazu die ständige Angst vor ungeahnten Vorfällen, keine Zeit für das eigene Leben und eine Perspektive, die wenig Hoffnung auf Besserung macht – da ist die Grenze der Belastbarkeit oft erreicht.

„Sie dürfen ruhig auch mal die Nerven verlieren und das auch zeigen – ohne ein schlechtes Gewissen zu haben“, dieser Rat einer Psychologin tat Doris Curth gut. Auch das ZEDA – Zentrum für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen – bot Entlastung im schwierigen Alltag. „Besonders die Töchtergruppe ist uns in all den Jahren ans Herz gewachsen“, bestätigen die beiden Frauen. „Das Reden mit ebenfalls Betroffenen und der Zuspruch sind ehrlich und authentisch, weil alle hier wissen, wie mühsam, kräftezehrend und entbehrungsreich das Leben an der Seite eines Demenzkranken ist.“ ●

Grit Finauer

Kochen wie bei Großmutter: familiäres Pflegeangebot

Es wird geschnippelt, gemixt und geschält in der Küche der Pflegeeinrichtung „Häusliche Krankenpflege Wehretal“ in der Gemeinde Reichensachsen. Sigrid Drux, Ursula Weißmantel und Elisabeth Thiel haben an diesem Vormittag alle Hände voll zu tun. Gemeinsam mit Angelika Schreiber, ihrer Seniorenbegleiterin, wird hier immer donnerstags ein



Foto: Rolf Wegst

Einmal in der Woche unter die Leute kommen: Im Café Nicolai in Marburg treffen sich Menschen mit und ohne Demenz bei Kaffee und Kuchen und Geschichten von früher. Manchmal wird auch gesungen, oder es werden Märchen erzählt.

gemeinsames Mittagessen vorbereitet. Schon beim Ausarbeiten des Essensplans und beim Einkauf achtet man darauf, dass Vorbereitungen für alle Teilnehmerinnen mit einem großen Maß an Handarbeit verbunden sind. „Wir kochen hier wie bei Großmüttern“, lacht Angelika Schreiber, selbst sichtlich begeistert von ihrer munteren Küchentruppe.

Im Raum nebenan sorgt bereits Theo Kratzenberg für einen mit Sorgfalt gedeckten Tisch und ausreichend Stühle, während Irmgard Knierim noch rasch ein paar Geschirrtücher bügelt. Man kennt sich meist aus früheren Zeiten und bringt reichlich Gesprächsstoff mit. Familiär und fröhlich geht es zu. Vor dem Mittagessen hält Cornelia Sandrock, Gründungsmitglied und ehrenamtliche Geschäftsführerin der Pflegeeinrichtung, eine Andacht. „Die Menschen, die unsere Gruppenangebote besuchen, sind meist noch erfreulich eigenständig“, erläutert sie, „und sie nehmen dieses attraktive Angebot regelmäßig wahr.“

Aber auch für von Demenz Betroffene, die ihr häusliches Umfeld nicht mehr verlassen können, ist die „Häusliche Krankenpflege Wehretal“ da. „Hier starten wir meist eine weit in die Vergangenheit reichende Biografie-Arbeit, um herauszufinden, was gewünscht und notwendig ist“, erklärt Sandra Bock, die den Bereich Demenzbegleitung leitet, „denn es ist wichtig, dass die uns anvertrauten Menschen

für ein paar Stunden etwas Schönes erleben.“ Dazu gehöre, Zeit mit Lachen und Freude zu verbringen, vielleicht mit einem Lieblingsspiel oder einfach bei einem Spaziergang zu altbekannten Plätzen im Ort. „Dabei werden unsere Patienten“, so Sandra Bock, „ihrer gesundheitlichen Situation angemessen und einfühlsam gefordert.“ Ziel sei, dass sie möglichst lange im vertrauten häuslichen Umfeld bleiben.

Über ein Vierteljahrhundert gibt es die „Häusliche Krankenpflege Wehretal e. V“. Was als reine mobile Pflegedienstleistung begann, ist heute ein ausgeklügeltes System mobiler pflegerischer und auch hauswirtschaftlicher Leistungen und seit 2008 Träger sehr unterschiedlicher mobiler und stationärer Gruppen-Angebote im Rahmen der Begleitung von Senioren mit Demenzerkrankungen.

Zusätzlich lädt das Team jeden ersten Montag im Monat gemeinsam mit Pfarrer Dirk Panke und der evangelischen Kirchengemeinde Reichensachsen zum großen Seniorenkaffee ein. Die Fäden aller Leistungen halten Sandra Bock und die Pflegedienstleiterin Xenia Möller in den Händen. Über 20 Teilzeit-Pflegekräfte, zwei Azubis und bis zu acht ehrenamtliche Helferinnen für 24 Stunden täglich wollen gut gemagt sein. Nicht selten, sagt Sandra Bock, würden Patienten von Pflegepersonal betreut und gleichzeitig mit einer Demenzbegleitung unterstützt. ●

Matthias Siegk



Tiere – Brückenbauer zu den Menschen

Therapie mit Tieren – das ist fast schon eine Selbstverständlichkeit in der Altenhilfe. Tatjana Rech arbeitet seit sieben Jahren als Therapeutin mit ihren Tieren – Hunden, Hühnern, Enten, Meerschweinchen – in verschiedenen Einrichtungen, unter anderem in der Evangelischen Altenhilfe Gesundbrunnen Hofgeismar. „Tiere können Brückenbauer zum Menschen sein“, erklärt sie, „Türöffner für Emotionen und Mobilitäts-, Wahrnehmungs- und Kommunikationsförderer.“ Um eine abwägende und nicht übergriffige Begegnung zwischen Mensch und Tier zu ermöglichen, hat sie einen Tischbauernhof entwickelt: Die Tiere begegnen hier den Menschen auf Augenhöhe und auf einem begrenzten Erfahrungsraum. „Ruhe, Empathie, wenig Umfeld und sehr gezielte Reize sind für eine effektive und gelungene Fördersituation sinnvoll“, erzählt Rech. Im Folgenden beschreibt sie die Begegnung einer an Demenz erkrankten Frau mit Huhn Sylvia, Hahn Isolde und wuscheligen Vierbeinern.

„Frau A. wird an den Tisch gebracht, sie setzt sich, wirkt geistig abwesend und ein wenig ängstlich. Sie ist überfordert, der Platzwechsel hat sie aufgeregt, verunsichert. Ich lasse ihr Zeit zum Ankommen, Zeit, sich in die Situation einzufühlen, Stimmungen und Stimmen, Geräusche und Gerüche aufzunehmen. Langsam baue ich den Kontakt zu ihr auf. Aufgrund ihrer Erkrankung kann sie die Tiere nicht einzeln wahrnehmen, aber sie kann sie sehen, riechen, hören und, wenn sie möchte, auch fühlen. Noch will sie dies gar nicht.

Ich ahme die Tierlaute rhythmisch nach und stimme ab und zu ein Lied an. Manchmal greift Frau A. es auf und singt ein bisschen mit. Die gezielt eingesetzten Reize – das duftende Heu, die grüne Gurke, der frische Salat, die rote Tomate, der wusche-



Foto: Matthias Siegk

Handarbeit ist wichtig: Während die anderen letzte Vorbereitungen in der Küche treffen, deckt Theo Kratzenberg den Tisch. Irmgard Knierim bügelt rasch ein paar Geschirrtücher.

lige Hund, die umherwuselnden, quiekenden Meerschweinchen und die gefiederten Schönheiten – sind Anregungen für Nase, Augen und Ohren und erfreuen das Herz. Nach und nach verändert sich Frau As. Gesichtsausdruck. Sie wirkt zufrieden, lächelt manchmal, und nach einer Weile beginnt sie, meine Bewegungen und die Tiergeräusche nachzuahmen. Nun ist sie nicht mehr nur versunken in ihre Eigenwelt, sondern hat wieder mehr Kontakt zu ihrer Umgebung und kann Sinnesreize besser einordnen. Sie erlebt – vielleicht unbewusst – die Begegnung mit den Tieren als positiv und gelungen. Das beruhigt sie, führt zu mehr Zufriedenheit und einem besseren Empfinden der eigenen Persönlichkeit." ●

Tatjana Rech



Huhn Sylvia lässt sich gern streicheln. Der Tischbauernhof bietet Mensch-Tier-Begegnungen auf Augenhöhe: Erlebnisse mit allen Sinnen – hier im Seniorenzentrum Wolfhagen.

Schöne Geschichten gibt es auch im Heim

Wann kann man loslassen? Wenn die erwachsenen Kinder die Hilflosigkeit der alten Eltern spüren, ist das ein Schock. Den Vater, die Mutter als abhängig und verwirrt zu erleben, dieser Rollenwechsel ist eine Erfahrung, die niemand machen möchte. Die Organisation des Alltags wird zu einer extremen Belastung, zu einem Balanceakt zwischen Realität und Wahnsinn. Aber „ins Heim“? Nein, das möchte man Mama oder Papa auf jeden Fall ersparen.

Charlotte Bellin, Leiterin des Evangelischen Altenhilfezentrums Stiftsheim Kassel, kann sich gut in die Situation der Angehörigen einfühlen. Trotzdem rät sie, die leidvolle Entscheidung für einen Einzug ins Altenheim so früh wie möglich zu fällen. „Das ist ein ganz schwieriger Punkt“, bestätigt sie, „aber der Demenzkranke sollte die Chance haben, sich in einer anderen Umgebung einzuleben.“ Noch könne er sich ein wenig orientieren, neue Wege erlernen. Später geht das nicht mehr.

Um den vergesslichen Menschen das Leben in einer anderen Umgebung zu erleichtern, wurde der Innenhof im Stiftsheim so gestaltet, dass die Bewohner im geschützten grünen Bereich immer gemütlich umhergehen können, ohne je an eine Barriere zu stoßen. „Denn es ist schlimm für die Demenzkranken, wenn sie vor verschlossenen Türen stehen“, erläutert Angelika Krahn vom Sozialdienst. Auf deren

Bedürfnisse wurde auch der Neubau im Stiftsheim ausgerichtet. Hier gibt es jetzt Räume für zwei Wohngruppen: Dazu gehört jeweils eine schön gestaltete geräumige Wohnküche mit Ausgang zur Terrasse, wo ein Mensch-ärgere-dich-nicht-Spiel im Rasen und Hochbeete zur Betätigung einladen. „Wie Inseln“, beschreibt es Charlotte Bellin, „wo unsere Bewohner einen Ruhepunkt finden können.“ Hier ist immer eine Mitarbeiterin des Stiftsheims anwesend, hier können die alten Menschen rasten, müssen nicht mehr umherirren.

Auch den Angehörigen tut das gut: Sie haben in der häuslichen Situation zuweilen erlebt, wie sie in aggressiven Momenten kaum an ihren Kranken herankamen, haben sich aufgeopfert und abgearbeitet. „Aber in unserer Wohngemeinschaft begegnen sie ihren dementen Eltern in einer entspannten, kommunikativen Situation.“ Vielleicht wird in der WG auch die immer wieder vorgebrachte Bitte: „Ich will nach

Hause!“ erfüllt. Charlotte Bellin interpretiert sie als Synonym für den Wunsch nach Geborgenheit. Wichtig ist es, sagt sie, den kranken Menschen in seiner Welt zu lassen. So kann die Wohngruppe als Schleuse in eine verrückte Welt fungieren. Zu Hause, in der Familie, fällt es den Angehörigen schwer, einen Zugang zu diesem Kosmos zu finden, denn in ihm gelten andere Maßstäbe.

Wann kann man loslassen? Vielleicht dann, wenn man erfährt, welche schönen Geschichten sich im Altenheim ereignen. Zwei Frauen, erzählt die Heimleiterin, begegneten sich zu Beginn ihrer fortschreitenden Demenz und freundeten sich an. Die beiden treffen sich bis heute täglich und kommunizieren in „sinnfreien“ Gesprächen, aber auf einer emotionalen Ebene. „Sie reden aneinander vorbei“, ergänzt Angelika Krahn, „aber sie verstehen sich trotzdem.“ ●

Cornelia Barth



Geborgenheit durch Vertrautes vermitteln: „Installation“ im Stiftsheim

„Wie ein Schmetterling, der sich zunächst als Raupe in einem Kokon verpuppt und eines Tages als bunter Falter einer neuen Freiheit entgegenfliegt, kehrt auch die Seele heil zu Gott zurück.“



Foto: Shutterstock/jcjj photography

Befreit wie ein Schmetterling – die Seele kehrt heil zu Gott zurück

Musik und Singen, vertraute Andachten, behagliche Atmosphäre, menschliche Nähe – das tut Menschen mit Demenz in ihrer letzten Lebensphase gut, weiß die Seelsorgerin Brigitte Rohde. Und ganz am Ende steht eine überraschende Erfahrung ...

Wir sitzen im Stuhlkreis, feiern in einem Wohnbereich unserer Stiftung eine Andacht. Das Vaterunser haben wir gebetet, der Segen ist zugesagt. Nun singen wir das Volkslied „Kein schöner Land in dieser Zeit“. Das mögen sie alle. Neben mir sitzt ein Bewohner im Rollstuhl, er ist dementiell erkrankt. Schon seit langem hat er das Sprechen eingestellt, ist verstummt. Seine Frau, die jeden Tag mehrere Stunden mit ihm verbringt, hat ihn zur Andacht gebracht, auch wenn die Worte der Pfarrerin an ihm vorbeirauschen werden. Doch mitten im Lied hören wir ihn singen, die richtigen Worte kommen ihm über die Lippen. Er hat das Lied erkannt und mit eingestimmt. Seine Frau kann es nicht fassen. Sprachlos schaut sie ihn an, ob wirklich er es ist, der die Melodie formt. Die anderen staunen ebenfalls und hören mit dem Singen auf. Etwas irritiert schaut er in die Runde. Ich singe gemeinsam mit ihm weiter und kann ihn mitreißen.

Dieses Erlebnis liegt bereits einige Jahre zurück. Seitdem weiß ich, dass das musikalische Gedächtnis auch in der dementiellen Erkrankung lange erhalten bleibt. Vertraute Musik erreicht Menschen selbst bei ausgeprägter Demenz. Musik tut gut und ist Balsam für die Seele. Bereits im Alten Testament hören wir davon, dass Musik heilende Wirkung haben kann. So wurde David an den Hof Sauls geholt, um ihn aus seinen depressiven Stimmungen – welche Krankheit auch immer sich dahinter verborgen haben mag – herauszuholen (1. Sam. 16,14 ff.). Von Johann Sebastian Bach wissen wir ebenfalls, dass Musik seinen Lebensmut förderte: Sie verhalf ihm immer neu zu seelischer Stabilität.

Musik ist eine der seelsorglichen Möglichkeiten, Menschen mit Demenz zu beglücken. Die vertrauten Lieder können auswendig mitgesungen werden, selbst wenn das Lesen längst nicht mehr möglich ist. Ähnlich ist es mit den bekannten Psalmversen, wie beispielsweise dem 23. oder 121. Psalm. Einstimmen können fast alle beim Vaterunser. So ist es bei Andachten für Menschen mit Demenz auch gar nicht von Bedeutung, die Mitfeiernden jedes Mal mit neuen Gedankengängen zu konfrontieren. Wichtig ist der wiederkehrende liturgische Rahmen, der ihnen wie ein Geländer Halt und Orientierung gibt.

„Auch der krankheitsbedingte allmähliche Tod kann unsere Seele nicht zerstören.“

Die häufig von Kindheit und Jugend an eingeübten und deshalb vertrauten Gebete und Lieder können so zum Klingen gebracht werden. Menschen, deren Aktionsradius sich stark reduziert hat, sind darüberhinaus vermehrt auf nonverbale Kommunikation angewiesen. Menschliche Nähe und auch körperliche Berührungen erhalten das Miteinander. Salbung und Segnung sind spürbare Zeichen von Gottes Gegenwart. Doch auch die Atmosphäre, in der sich diese Menschen befinden, sollte behaglich sein. Ein freundlicher Raum, warmes Licht, ein angenehmer Duft und wohltuende Geräusche können Menschen in ihrer letzten Lebensphase hilfreich sein. All das vermittelt Geborgenheit und hilft, Ängste abzubauen.

Bei der Begleitung Sterbender habe ich eine überraschende Erfahrung gemacht. Selbst Menschen mit ausgeprägter Demenz, die in ihrer kognitiven Wahrnehmungsfähigkeit sehr minimiert sind, zeigen am Ende ihres Lebens plötzlich wieder eine hohe Präsenz. Nicht selten habe ich den Eindruck, dass meine Worte sie erreichen, dass sie sich intuitiv ihrer besonderen Situation bewusst sind. Ein aufmerksamer Gesichtsausdruck, ein intensiver Augenkontakt, manchmal ein spürbares Ruhigerwerden. Als wir im Mitarbeiterkreis unsere Beobachtungen austauschen, meint eine Kollegin, dass dies durchaus mit unserem Glauben korrespondiert, schließlich vertrauen wir darauf, dass unsere Seele unbeschadet zu Gott zurückkehrt. Im Neuen Testament heißt es: „Du wirst meine Seele nicht bei den Toten lassen“ (Apg. 2,27). Es ist ein tröstlicher Gedanke, der sich in unserem Glauben an die Auferstehung widerspiegelt: Der Tod – auch der durch Krankheit bedingte allmähliche Tod – kann unsere Seele nicht zerstören. Wie ein Schmetterling, der sich zunächst als Raupe in einem Kokon verpuppt und eines Tages als bunter Falter einer neuen Freiheit entgegenfliegt, kehrt auch die Seele heil zu Gott zurück. Gottes Wertschätzung für uns Menschen ist bedingungslos und orientiert sich nicht an Krankheit, Behinderung oder Alter. Er misst uns nicht an unseren Defiziten, denn seine Liebe kennt keine Grenzen. ●

Brigitte Rohde,
Pfarrerin, Vereinte
Martin Luther und
Althauer Hospital-
stiftung



Demenz – Alterserscheinung oder schlimme Krankheit?

Was tun, wenn Oma immer mehr vergisst? Wenn man die Luft anhält, wenn die Eltern Auto fahren? Wenn man das Brillenetui im Kühlschrank findet und dieselben Geschichten immer wieder anhören muss? Ist das krankhaft? Kann man das behandeln? Wie wird das enden? Was muss man über diese merkwürdige Krankheit wissen?

Solche Fragen höre ich als Altersmediziner immer wieder. Die Demenz (vom lateinischen de-mentia, das bedeutet: schwindender Geist) ist eine häufige Krankheit im hohen Lebensalter. Man rechnet mit 1,4 Millionen Patienten, also rund zwei Prozent der Bevölkerung in Deutschland – Tendenz steigend. Aber sie betrifft bei weitem nicht jeden. Ich sehe viele über 90-Jährige, die geistig völlig klar sind. Die von Demenz Betroffenen und ihre Familien geraten dennoch in Angst, weil im Anfangsstadium schwer zu beurteilen ist, ob es sich schon um eine Krankheit handelt oder um die gutartige „Altersvergesslichkeit“, mit der es sehr wohl möglich ist, auf Dauer den normalen Alltag zu bewältigen.

Die Diagnose Demenz setzt voraus, dass eine Gedächtnisstörung dauerhaft mit dem Ausfall einer oder mehrerer hö-

herer Hirnleistungen verknüpft ist, bei erhaltenem Bewusstsein. Höhere Hirnleistungen sind diejenigen, die wir Menschen den Tieren voraushaben und die wir als Kulturtechniken mühsam lernen müssen: Sprechen, Lesen, Schreiben, Rechnen, logisch Denken, gezielt Planen, geordnet Handeln usw. Bei diesen Leistungen muss das große Netzwerk von rund hundert Milliarden Nervenzellen kompliziert zusammenarbeiten. Wenn Sie zum Beispiel diesen Text lesen, müssen Sie Buchstaben und Wörter (wieder-) erkennen, sich „ein Bild“ machen, dieses speichern und mit dem vergleichen, was Sie schon wissen. Kurz: eine komplizierte Aufgabe, deren Lösung ohne gründliche Schulbildung und ohne gutes Gedächtnis aussichtslos wäre.

Diese bewundernswerte Fähigkeit unseres Gehirns nimmt im Alter normalerweise kaum ab. Leider neigen die alten Zellen

aber dazu abzubauen, und zwar in allen Organen, auch im Gehirn. Dies geschieht umso schneller, je weniger sie gebraucht werden: Muskeln werden schwach, Knochen zerbrechlich, Blutgefäße verhärtet, Gelenke steif. Ablagerungen in den Geweben können nicht mehr entfernt werden. Wenn Hirnzellen betroffen sind, die das Arbeitsgedächtnis steuern, nimmt die Vergesslichkeit zu. Das allein ist noch nicht weiter schlimm, so lange die höheren Hirnleistungen zu Hilfe kommen können: Man greift zum Notizbuch, dem „äußeren“ Gedächtnis. Dazu muss man allerdings schreiben und lesen können (und sich natürlich daran erinnern, wo das Notizbuch liegt).

Wer sich geistig immer beschäftigt und dies mit körperlicher Aktivität kombiniert hat, bleibt meist – auch geistig – länger fit. Ein Geiger, der für ein Konzert probt, liest, hört, empfindet, bewegt sich rhythmisch,

Angebote der Kirche

Hilfe für Menschen mit dementiellen Erkrankungen bietet die Kirche auf verschiedenen Ebenen. Da sind zunächst die **stationären Einrichtungen** der Diakonie, Alten- und Pflegeheime – rund 50 gibt es in Kurhessen-Waldeck.

Die Evangelische Altenhilfe Gesundbrunnen Hofgeismar beispielsweise unterhält 23 Altenpflegeheime an 18 Standorten, dazu ambulante Dienste, Einrichtungen für betreutes Wohnen, Tagespflege, zwei Hospize und ein geriatrisches Krankenhaus (www.gesundbrunnen.org).

Die Vereinte Martin Luther und Althanauer Stiftung Hanau, legt neben stationärer Pflege und betreutem Wohnen besonderen Wert auf ambulante Dienste (www.hilfezentrale.de). Auf die Betreuung dementiell erkrankter Menschen hat man sich in den „Hausgemeinschaften“ und im „Beschützen des Wohnen“ spezialisiert (www.mls-hanau.de).

Vielfältige Hilfeleistungen bieten auch die **ambulanten Dienste**, die Diakoniestationen, die als gGmbHs oder in Trägerschaft von Kirchengemeinden oder -kreisen arbeiten: von häuslicher Krankenpflege über stundenweise Unterstützung bis zu Beratung und Schulungen wird das Ziel verfolgt, dass Menschen so lange wie möglich in ihrem Zuhause bleiben können. (www.diakonie-hessen.de/ueber-uns/regionale-diakonische-werke)

Beratungs- und Hilfeangebote **vor Ort** gibt es in evangelischen Einrichtungen wie Familienbildungsstätten (in Kassel, Marburg und Eschwege) oder der Fachstelle Zweite Lebenshälfte (www.fachstelle-zweite-lebenshaelfte.de) sowie in den **Kirchengemeinden**: vom Treff für Erkrankte und ihre Familien bis hin zu Demenzgottesdiensten ist das Angebot breit gefächert. Informieren Sie sich im Pfarramt.



Foto: Shutterstock/jcig photography

und dies immer wieder, bis zum Auftritt. Wen wundert's, dass aktives Musizieren statistisch vor Demenz schützt?

Wie kann die moderne Medizin bei der Erkennung und Behandlung der Demenz helfen? Zuerst gilt es zu prüfen, ob überhaupt eine Demenz vorliegt. Eine Reihe von Krankheiten wie Entzündungen, Verletzungen, Tumore des Gehirns, aber auch eine schwere Depression können das Bild einer Demenz hervorrufen, die gar nicht besteht. Die Hirnfunktion normalisiert sich nach Behandlung der Grundkrankheit wieder.

Eine häufige Form der Demenz entsteht durch mehrere aufeinanderfolgende Schlaganfälle. Sie heißt Multi-Infarkt-Demenz. Ihr Fortschreiten kann man aufhalten, indem man konsequent Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Diabetes, erhöhte Blutfette und bestimmte Herzrhythmusstörungen behandelt.

Bei der Abklärung helfen Tests, die einfache Vergesslichkeit von den verschiedenen Erscheinungsformen der Demenz abzugrenzen. Ist letztere gesichert, wird der Arzt prüfen, ob eine medikamentöse Behandlung den Verlauf der Krankheit

hinauszögern kann. Leider gibt es bei der Alzheimer-Demenz noch keine Heilung, da man deren genaue Ursache ja noch immer nicht kennt. Sollte eine wirklich ursächlich wirksame Behandlung gefunden werden, wären wir der Lösung eines großen gesellschaftlichen Versorgungsproblems näher

»Zunächst gilt es, Klarheit zu schaffen. Angst ist ein schlechter Ratgeber.«

gekommen. Bis dahin kann man nur den Verlauf der Krankheit günstig beeinflussen. Zunächst gilt es, wie gesagt, Klarheit zu schaffen. Angst ist ein schlechter Ratgeber. Die Krankheit zu ignorieren oder den Betroffenen zu „verstecken“, wie es leider immer noch geschieht, wäre für alle Beteiligten die schlechteste Lösung. Vielmehr sollten sich Patienten und Angehörige durch medizinische, pflegerische und soziale Beratung gezielt über mögliche Hilfen informieren.

Es gibt vielerlei professionelle und ehrenamtliche Unterstützung, etwa Tages-

pflege, Besuchsdienste, Selbsthilfegruppen und organisierte Nachbarschaftshilfen (siehe auch Kasten links). Dort erfährt man auch, wie man mit den Kranken geschickt umgeht, um Missverständnisse und Frustrationen auf beiden Seiten zu vermeiden. Demenzkranke sind mit Argumenten oder Belehrungen nicht (mehr) erreichbar. Viel besser ist eine freundliche Atmosphäre, die auf die Gefühle der Betroffenen eingeht, denn diese können die Kranken noch sehr lange wahrnehmen. Geduld und ein Lächeln können Wunder wirken – wie bei kleinen Kindern, denen Demenzkranke im Krankheitsverlauf immer mehr ähneln.

Die Einteilung in leichte, mittelschwere und schwere Demenz entspricht den Stadien der Kindesentwicklung vom Säugling, über das Kindergarten- bis zum Schulkind. Dies allerdings in umgekehrter Reihenfolge, was Fähigkeiten und Betreuungsaufwand angeht. ●

*Prof. Dr. med.
Werner Vogel,
Internist, Geriatrie,
Hofgeismar*



Foto: Aumeier

Krankheit des Vergessens

Ist sie eine Frage des Schicksals, oder kann man einer Demenz vorbeugen?

Dr. med. Rahel Eckardt antwortet im blick-Interview

blick in die Kirche: Demenz in ihren unterschiedlichen Formen scheint die neue Geißel der Menschheit zu sein. Sucht sie sich ihre Opfer willkürlich aus?

Dr. Rahel Eckardt: Tatsächlich wirken die Aussichten erschreckend. Bei Erreichen der durchschnittlichen Lebenserwartung wird etwa jeder Dritte in Deutschland an einer Demenz erkranken. Demenzen sind jedoch nicht immer schicksalhaft. Rund ein Drittel aller Erkrankungen könnten Studien zufolge vermieden werden. Daher rücken Maßnahmen zur Prävention immer mehr in den Fokus. Alter, Geschlecht oder genetische Faktoren lassen sich nicht beeinflussen. Auch eine gezielte Prävention durch Medikamente ist bis heute nicht möglich. Was dagegen schon als wirksame Demenzprophylaxe funktioniert, sind Blutdruckeinstellung und die Behandlung erhöhter Blutzucker- und Cholesterinwerte. Andere Faktoren, die laut Studien mit der Entstehung einer Demenz zusammenhängen können, sind beispielsweise Depressionen, ungesunde Ernährung, Bewegungsmangel, vermehrter Alkoholkonsum und ein niedriges Bildungsniveau – all dies können wir durch unser Verhalten beeinflussen. Denn das menschliche Gehirn braucht Reize und Anstöße, um leistungsfähig zu werden und zu bleiben. Körperlich fitte und geistig rege Menschen erkranken seltener. Vorbeugung lohnt sich also.

Wenn die Entstehung etwas mit dem Lebensstil zu tun hat, dann könnte man ja rechtzeitig etwas dagegen tun. Ist das realistisch?

Lange Zeit war man der Meinung, das Demenzrisiko werde hauptsächlich durch genetische Faktoren bestimmt. Inzwischen ist belegt, dass der Lebensstil eine wesentliche Rolle spielt. So ist es durch regelmäßige körperliche Betätigung möglich, Alterungsprozessen im Gehirn entgegenzuwirken und dessen Leistungen bis ins hohe Alter zu erhalten oder sogar zu verbessern. Wer rastet, der rostet, und das auch im Gehirn. Wer vorbeugen möchte,

sollte möglichst frühzeitig mit sportlicher Betätigung beginnen. Das muss nicht sehr anstrengend sein. Das Zauberwort lautet: „Dreimal und dreißig“: Es wird empfohlen, dreimal pro Woche 30 Minuten Sport zu treiben. Schnelles Gehen, leichtes Joggen, Radfahren, Schwimmen oder Tanzen sind geeignet, eine bessere

Hirnleistung zu erzielen. Aber auch moderate Bewegung bringt das Gehirn auf Trab. Das Mindestziel sollte bei 30 Minuten pro Tag liegen. Diese halbe Stunde kann auch über den Tag verteilt werden: ein zügiger Spaziergang, Treppensteigen oder Gartenarbeit reichen meist schon aus. Wird das sportliche Training aber beendet, gehen die positiven Effekte rasch verloren.

Wie genau kann Bewegung helfen, die Gehirnleistungen zu verbessern?

Körperliche Bewegung steigert die Gehirndurchblutung, Gefäße werden neu gebildet, was die Versorgung der Nervenzellen mit Glucose und Sauerstoff erhöht. Bewegung fördert auch die Ausschüttung bestimmter Wachstumsfaktoren, die zu einer Vermehrung der Kontaktstellen zwischen den Nervenzellen, den Synapsen, führen und die Bildung neuer Nervenzellen anregen. Selbst Personen, die bereits eine leichte beginnende Demenz aufweisen, können von regelmäßiger körperlicher Bewegung profitieren. So verlangsamt Bewegung das Voranschreiten der Demenz und erhöht das Wohlbefinden. Die Aktivitäten sollten vor allem Spaß machen. Der Satz „Mens sana in corpore sano“ – ein gesunder Geist steckt in einem gesunden Körper – enthält offenbar mehr als einen Funken Wahrheit.

Spielt neben der regelmäßigen Bewegung auch die Ernährung eine Rolle?

Verschiedene Studien haben sich mit der Frage befasst, ob die Ernährung das



Dr. med. Rahel Eckardt

Demenzrisiko beeinflusst. Isolierte Nahrungskomponenten erwiesen sich vielfach als wenig wirksam. Vielversprechender zeigte sich dagegen ein ganzheitlicher, an der mediterranen Lebensweise orientierter Ansatz: reichlich Olivenöl mit einem hohen Anteil an einfach ungesättigten Fettsäuren, zudem Gemüse, Früchte,

Salate, Hülsenfrüchte und Getreide, mehr Fisch und dafür weniger rotes Fleisch und Geflügel. Entscheidend ist, dass die Ernährungsmaßnahmen möglichst frühzeitig begonnen werden.

Weiß man, ob der exzessive Gebrauch von Computer, Handy und Co. auslösende Faktoren für dementielle Erkrankungen sind? Wir sind ja ständig „auf Empfang“. Wäre „aktives Erinnern“ (nicht gleich googeln) hilfreich?

Es gab in den vergangenen Jahren Diskussionen zur „Digitalen Demenz“. Aktuell gibt es allerdings keinerlei medizinische Evidenz, dass der Gebrauch von modernen Medien zu krankhaften Veränderungen im Gehirn führen könnte. Im Gegenteil, immer mehr ältere Menschen entdecken, dass Trainingsprogramme auf dem Computer Spaß machen. Ein Handy möchte kaum jemand mehr missen. Internet und E-Mail ermöglichen Kontakte zu weit entfernt lebenden Verwandten – digitale Medien sind also eher hilfreiche Ergänzungen. Aber auch hier gilt es, Maß zu halten. ●

Fragen: Cornelia Barth

ZUR PERSON

Dr. med. Rahel Eckardt ist Fachärztin für Innere Medizin/Geriatrie und Leitende Oberärztin am Evangelischen Geriatriezentrum Berlin

Lesen Sie das vollständige Interview mit ihr unter www.blick-in-die-kirche.de (Was nicht im Heft steht)

Eine Herausforderung für alle

In seinem Comic „Keine Macht für Al Tsoy Ma“ erzählt Thibaut Lambert die Geschichte von Tom, der sich mit der Demenz seines Großvaters auseinandersetzt. Mit ihm spielte er am liebsten Weltraumgeschichten. Allmählich merkt Tom, dass sein Opa sich verändert, immer vergesslicher und komischer wird. Er beschimpft das Kind ohne Grund. Tom stellt sich vor, dass ein Monster, Al Tsoy Ma genannt, im Kopf des geliebten Opas haust. Der Junge nimmt den Kampf mit dem Außerirdischen auf.



Foto: medio.tv/Schneiderma

Pfarrerin Ute Zöllner, Pastoralpsychologin, leitet die Psychologische Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensfragen des Diakonischen Werks Kassel
T 05 61 70974-250
www.dw-kassel.de

Opa soll wieder ganz der Alte werden. Am Ende muss Tom erkennen, dass er die Krankheit nicht besiegen kann. Er muss lernen, mit ihr zu leben. Auf diesem Weg befindet sich auch die Familie von Frau K., die sich um ihre Tochter Marie sorgt.

Marie, 13 Jahre alt, hat einen um zwölf Jahre älteren Bruder, der das Elternhaus bereits verlassen hat und sein eigenes Leben führt. Mit seinem Auszug holte die Familie den 90-jährigen Vater von Frau K. zu sich. Fortan leben Marie und ihr Opa Tür an Tür. Zunächst waren alle glücklich mit dieser Lösung. Marie hat den Opa gern, für Frau K. fallen die langen Fahrten in ihr Elternhaus weg, ihr Vater fühlt sich geborgen und gut aufgehoben. Herr K. findet die Lösung praktisch.

Aber die dementielle Erkrankung des Vaters schreitet voran und führt zu ständig wachsender Pflegebedürftigkeit. Der Pflegedienst wird eingeschaltet, kommt mehrfach täglich. Frau K. reduziert die Wochenstunden ihrer Teilzeittätigkeit, muss dafür aber vermehrt am Wochenende und nachts arbeiten. Die Belastungen in der Familie nehmen zu. Vor allem kommt sie mit dem barschen, unwilligen – bisweilen ausfälligen Verhalten des Vaters nicht zurecht.

Sichtlich erschöpft kommt sie zur Beratung und sieht die Probleme, die aus der andauernden Überlastung resultieren, zunächst bei Marie. Das Mädchen zieht sich immer mehr zurück, klagt über Kopfschmerzen, liegt am liebsten im Bett und spielt mit seinem iPhone. Frau K. hingegen sieht ihre Probleme eher als „normal“ an. „Es ist doch klar“, sagt sie, „dass man meint, nicht alles zu schaffen. Dass

*„Es muss allen
möglichst gut mit
der Situation gehen.“*

man abends todmüde ins Bett fällt und morgens wie gerädert aufwacht. Ich weiß auch, dass ich mehr für mich tun müsste.“ Zeit für den Chor und die Gymnastikstunden hat sie schon lange nicht mehr.

„Ich weiß selbst, dass das nicht richtig ist, aber ...“ – nach diesem Muster verhält sich Frau K., und so lauten zunächst auch ihre Antworten im Gespräch mit der Beraterin. Es ist gut, in der Familie füreinander da zu sein, sich zu unterstützen und Probleme miteinander lösen zu wollen. Aber niemandem ist damit geholfen, wenn einer in der Familie das ganze Leben aller Fa-

milienmitglieder bestimmt. Es muss allen möglichst gut mit der Situation gehen.

Marie findet zu ihrer Fröhlichkeit zurück als sie versteht, dass sie nicht verantwortlich ist für die Erkrankung des Opas. Stolz ist sie auf die „Fühlkiste“, die sie mit ihrem Vater gebaut hat. Mit der besucht sie den Großvater einmal täglich. Der Opa liebt vor allem das kleine Fell darin; früher hatte er einen großen Stall mit vielen Kaninchen. Marie weiß nun, dass sie nicht mehr für ihren Großvater tun muss und kann. Und demnächst wollen die Eltern ihr ein anderes Zimmer einrichten. Frau K. möchte sich einer Angehörigengruppe anschließen. Sie hat gelernt, wie sie zugespitzte Situationen besser entschärfen kann und kommt mit den unvermeidlichen Hochs und Tiefs in ihrem Erleben leichter zurecht. Eine große Herausforderung für die Familie wird die Pflege des Vaters trotzdem bleiben. ●

LITERATUR-TIPP

Thibaut Lambert und Sabine Henry:
Keine Macht für Al Tsoy Ma.
Ein Alzheimer-Comic, Mabuse-Verlag 2013

Erinnern – vergessen

Das *blick*-Rätsel von Karl Waldeck

Demenz – Alter. Diese Thematik nimmt unser Rätsel mit einem Blick in die Geschichte auf: in die der Demenz-Forschung und in die Bibel. Und schließlich geht es hier auch noch spielerisch zu. Viel Freude beim Nachdenken und Suchen, Raten und Lösen!

1 Vorname I
Die häufigste Demenz-Erkrankung wurde nach ihrem Entdecker benannt: dem Psychiater und Neuropathologen Alzheimer (1864-1915). 1901 begegnete er in Frankfurt der Patientin, die ihn diese Krankheit beschreiben ließ. Wie aber lautete Alzheimers Vorname?

ALOIS

XAVER

LEOPOLD

2 Der alte König
Die letzte Lebens-Etappe eines biblischen Monarchen – nachzulesen im 1. Kapitel des 1. Königsbuches: „Als aber der König ... alt war und hochbetagt, konnte er nicht warm werden, wenn man ihn auch mit Kleidern bedeckte.“ Die Berater des Königs („seine Großen“) finden eine ebenso originelle wie naheliegende, heute freilich eher unübliche Weise, dieses Problem zu lösen. Von welchem König ist hier die Rede?

SALOMON

DAVID

USIA

3 Vorname II
Ihr Schicksal und ihre Krankengeschichte wurde durch die Begegnung mit und Behandlung durch den Psychiater und Neuropathologen Alzheimer bekannt: Er lernte Frau Deter (1849

– 1906) im Jahr 1901 in Frankfurt kennen. Ihr Krankenblatt wurde 1996 im Archiv der dortigen psychiatrischen Klinik wiedergefunden. Wie hieß die Patientin mit Vornamen?

CHARLOTTE

AUGUSTE

BERTA

4 (Mehr als ein) Spiel:
Auch hier geht's um Gedächtnis. Gesucht wird ein Spiel nach dem „Pairs-Prinzip“: Paare gleicher, verdeckt liegender Kärtchen müssen durch Aufdecken im Wechsel der Spieler erkannt werden. Wie heißt das Spiel?

TRIVIAL PURSUIT

SCHACH

MEMORY



Das **Lösungswort** ergibt sich aus den jeweils ersten Buchstaben der richtigen Antworten 1 bis 4.

Es bezeichnet einen Menschen, einen Mann, ja, man kann sagen: den Prototypen des Menschen. Im Hebräischen hört man bei diesem Namen das Wort „Erde“, „Staub“ mit (vgl. 1. Mose 2,7 und 1. Mose 3,19). Die Vergänglichkeit des Menschen gilt allem, was lebt, und kommt so auch mit in den Blick.

Nachtmeerfahrt – ein Traumspiel zu 100 Jahre Edersee

Im Jahr 1914 wurde der Edersee eingeweiht – er diente zur Regulierung der Schiffbarkeit von Weser und Mittellandkanal, zum Hochwasserschutz und zur Stromerzeugung. Die hundertjährige Geschichte des Stausees wird in einer Vielzahl von Veranstaltungen gewürdigt. (www.100jahre-edersee.de)

Der Kultursommer Nordhessen präsentiert in diesem Rahmen „Nachtmeerfahrt“, inszeniert vom Theater Anu aus Berlin, als poetische Reise in ein Land, das schon lange verschwunden ist. Die Geschichte des Edertals trifft auf alte Mythen: Realität und fantastische Welten verschwimmen zu einem sinnlichen Traumspiel. (www.nachtmeerfahrt-anu.de)

Gewinnen Sie zwei Freikarten für dieses Ereignis in einer begehbaren Theaterlandschaft unterhalb der Sperrmauer. ●



Senden Sie das Lösungswort bis zum 13. Juni 2014 (Einsendeschluss) auf einer frankierten Postkarte an blick in die kirche
Heinrich-Wimmer-Str. 4, 34131 Kassel
oder per Mail an raetsel@blick-in-die-kirche.de

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Redaktion behält sich vor, die Namen der Gewinner im Magazin blick in die kirche zu veröffentlichen. Teilnehmende erklären ihr Einverständnis. Die Gewinnerin des letzten Preisrätsels (März 2014, Lösungswort: Kult) war Greta Ebbach aus Marburg. Den Tag im Kletterwald für eine Konfirmandengruppe gewann Hannah Billing aus Haunetal-Wehrda.

Genießen über dem See

Hotel Schloss Waldeck: ein besonderes Erlebnis in historischen Mauern

Die im 11. Jahrhundert erbaute Ritterburg Waldeck liegt als Wahrzeichen der Region 120 Meter hoch auf einem bewaldeten Bergrücken und bietet einen herrlichen Blick auf den Edersee, den Nationalpark und den Naturpark Kellerwald-Edersee. Im September 2009 wurde das hier neu gestaltete 4-Sterne Superior Hotel Schloss Waldeck eröffnet.

Alle 42 Zimmer sind neu und hochwertig ausgestattet. Im Restaurant „Alte Turmuhr“ zaubert Küchenchef Dieter Kastner wunderbare Gerichte für den gehobenen kulinarischen Anspruch. Dabei verwendet er erstklassige regionale Produkte für überraschend schön anzuschauende und vor allem traumhaft schmeckende Gerichte.

In schwindelerregender Höhe thront das Café und Restaurant „Altane“ über dem Edersee. Ein überwältigender Ausblick bietet sich bei gutem Wetter weit ins Land hinein. Hier kann man, auch auf der schönen angrenzenden Terrasse, hausgebackene Kuchen und delikate Gerichte aus der gutbürgerlich-regionalen Küche genießen.

Fünf moderne Veranstaltungsräume stehen für Seminare und Tagungen zur Verfügung. Im historischen Rittersaal können bis zu 200 Personen festlich feiern. Und schließlich: Der kleine, feine Wellness-Bereich (Finnische Sauna, Dampfsauna, Ruhezone, Erlebnisduschen) lädt zu einer Portion Extra-Erholung ein. ●

Zu gewinnen beim blick-Rätsel

Gewinnen Sie das Arrangement
Genuss-Wandern

2 Übernachtungen (inkl. Frühstück) für 2 Personen
im Komfort-Doppelzimmer mit Landblick
2 x Halbpension im Restaurant „Altane“
1 Wanderkarte, Museumsbesuch „Hinter Schloss
und Riegel“, freier Zutritt des Wellness-Bereichs
Entspannung im Kaminzimmer

Hotel Schloss Waldeck
Schloss Waldeck 1
34513 Waldeck
T 05623 589-0
info@schloss-hotel-waldeck.de
www.schloss-hotel-waldeck.de



Zimmer mit Seeblick



Die Halle



Restaurant Alte Turmuhr

Wie auf dem Kindergeburtstag

Gemeinsam musizieren, spielen, sich bewegen – ein Projekt des Demenz-Zentrums Kassel und der Musikakademie Louis Spohr bringt an Demenz Erkrankten Spaß und Geselligkeit

Das Erste, was man von ihr hört, ist ein volltönendes Lachen: Martina Hümmel, Studentin der Elementaren Musikpädagogik und angehende Opernsängerin, steckt gerade eine ganze Menge Leute mit ihrer guten Laune an.

Musikakademie „Louis Spohr“ in Kassel: Junge und alte Menschen begrüßen sich mit herzlicher Umarmung. „Na, bist du wieder da?“, scherzt Martina mit einem etwas hilflos blickenden Mann. Der strahlt zurück. Einige Wochen haben sie sich wegen der Semesterferien nicht gesehen, aber nun geht es weiter mit dem Musikprojekt. Demenzkranke, deren Familienmitglieder oder Betreuer, Mitarbeiter des „Zentrums für Menschen mit Demenz sowie deren Angehörige“ (ZEDA beim Diakonischen Werk Kassel) und die Sozialarbeiterin Elke Just-Lindemann sowie vier Studentinnen der Elementaren Musikpädagogik treffen sich unter der Leitung der Dozentin und Fachbereichsleiterin Verena Dotzler, um miteinander zu musizieren, zu spielen, sich zu bewegen.

„Bestimmt ist das eine ganz traurige Sache, mit Dementen“, befürchteten manche, als sie von Verena Dotzlers Projekt hörten. Was aber hinter den Türen des Musiksaals geschieht, ist alles andere als trist: Eine Stimmung wie auf dem Kindergeburtstag. Nur sind viele Köpfe grau, die Erkrankten alt – der Spaß aber

riesig. Im Stuhlkreis singen und klatschen alle gemeinsam ihr Begrüßungslied. Keiner muss, jeder darf mitmachen. „Hallo Ruth“, singen sie, „Hallo Edmund“. 16 Menschen im Kreis, die lachen und lärmern. Wo sind die an Demenz Erkrankten? Auf den ersten Blick nicht zu erkennen. Tücher werden verteilt, „Vogelflügel“, sagt Verena Dotzler: Aufstehen, fliegen, Futter picken. Ein buntes Durcheinander aus flatternden Stoffen entsteht, und die Wangen werden rot.

Ansteckend wie überzeugend, was die Elementare Musikpädagogik erprobt. Und erfolgreich! Das deutschlandweit einzigartige Hochschul-Projekt, gefördert von der EU und der Robert-Bosch-Stiftung, geplant zunächst für ein Jahr, wird wegen des Erfolgs fortgesetzt. Die Studentinnen haben hier ihre Lehrproben abgelegt, mit Bravour. „Es ist einfach schön, rauszugehen und was Gutes zu tun“, erzählt Martina Hümmel. Ein kleines Gegengewicht zum Opernstudium eben. Volkslieder, Orff-Instrumente, alles wird ausprobiert.

Verena Dotzler betont: „Wir sind Pädagogen und Künstler, keine Therapeuten.“ Sie spielen auch mal auf dem Flügel, der Flöte oder beziehen die Erkrankten in eine Aufführung mit ein. Nicht Lernen oder Leistung, sondern in Geselligkeit zu musizieren steht im Vordergrund. So öffnen sich verschüttete Kommunikationswege, bricht Isolation auf. „Über die Musik sind wir

nah beisammen“, sagt die Dozentin. Als die Gruppe vor Weihnachten beim Plätzchenessen ein bisschen feiern wollte, sei es viel schwieriger gewesen – da fehlte die Musik. Die erreicht Menschen emotional, auch die an Demenz Erkrankten. Dass Erinnerungen belebt werden, zeigt sich, als Verena Dotzler ein Vogellied ankündigt: Der zurückhaltende alte Mann stimmt sogleich „Kommt ein Vogel geflogen“ an und singt es bis zur letzten Zeile. „Bravo!“, ruft es aus der Runde.

Die Studentinnen verteilen nun wassergefüllte Vogelpfeifen und dirigieren zu Vivaldis: „Il Gardellino“ ein munteres Zwitscherkonzert, da bleibt niemand still. Die Kranken werden locker, es lösen sich Verspannungen, schlechte Stunden sind wie weggeblasen – auch ein Gewinn für die begleitenden Angehörigen. Und die Lieder und Gedichte kann man gut zu Hause singen und sagen. Vergessen – macht nichts, am nächsten Donnerstag geht es ja weiter. ●

Anne-Kathrin Stöber

Foto: medio.tv/Schauderna

BERATUNG UND BEGEGNUNG

ZEDA (im Diakonischen Werk Kassel) ist Kontakt-, Begegnungs- und Beratungsstelle für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Infos: T 0561 71288-0 www.dw-kassel.de/rat-und-hilfe-finden