

# Ein langsamer Abschied

**Schicksal** Das Ehepaar Lehner ist seit 53 Jahren verheiratet. Kurz nach der Pension erkrankt Elisabeth Lehner an Demenz. Ihr Mann pflegt sie zu Hause. Bis er selbst an seine Grenzen stösst und vor die schwierigste Entscheidung seines Lebens gestellt wird.

Sandra Grünenfelder  
sandra.gruenenfelder@tagblatt.ch

Toni Lehner sitzt in seinem Wohnzimmer in Rorschach. In der linken Hand hält er ein Foto seiner Frau Elisabeth. Seine «Zabeth», wie er sie liebevoll nennt, musste vor zwei Jahren ins Pflegeheim Pelago ziehen. «Das war der schlimmste Moment meines Lebens», sagt der ehemalige Seklehrer. Elisabeth Lehner leidet an schwerer vaskulärer Demenz. Zwei Jahre lang hatte er seine Frau dank der Mithilfe von Bekannten zu Hause gepflegt.

Schlaflose Nächte und der Frust darüber, den Bedürfnissen seiner Frau nicht mehr gerecht zu werden, brachten den 76-jährigen an seine Grenzen. «Ich bewegte mich am Rande eines Nervenzusammenbruchs», sagt Lehner rückblickend. Lange habe er die Heimeinweisung hinausgezögert. Heute weiss er, es war richtig. «Ich hätte ihr die professionelle Pflege zu Hause nicht bieten können.»

## «Angefangen hat es mit Schwindel»

Ähnlich wie Toni Lehner ergeht es vielen Angehörigen von Menschen mit Demenz. Eine geliebte Person in fremde Hände zu ge-

## «Erst im letzten Moment holte ich mir Hilfe.»

**Demenz** Das Alters- und Pflegeheim Pelago in Rorschach ist eine der Institutionen in der Region, die sich auf die Betreuung schwerer Fälle von Demenz spezialisiert hat. Der gesamte vierte Stock des Pflegeheims ist auf die Bedürfnisse und Wünsche der Betroffenen ausgerichtet. Die Bewohner können hier ihrem starken Bewegungsdrang freien Lauf lassen, tun, wozu sie Lust haben und noch fähig sind – sie können sie selbst sein, ohne anderen zur Last zu fallen.

«Wir können den Betroffenen eine professionelle, geschützte und liebevolle Umgebung bieten», sagt Heimleiterin Ingrid Markart. Im Pelago leben rund 100 Bewohner im stationä-



Toni Lehner hält das Bild seiner Frau Elisabeth Lehner. Sie leidet an Demenz und lebt in einem Pflegeheim in Rorschach. Bild: Sandra Grünenfelder

ben fällt nicht leicht und ist oft mit grossen Schuldgefühlen verbunden. Nicht umsonst wird Demenz auch als Krankheit der Angehörigen bezeichnet.

Im Fall von Elisabeth Lehner zeigten sich erste Anzeichen kurz nach ihrer Pensionierung vor rund 15 Jahren. Die pensionierte Seelsorgerin war damals 61 Jahre alt. «Angefangen hatte es mit Schwindelanfällen», erzählt Toni Lehner. Dann seien phasenweise depressive Verstimmungen aufgetreten. «Es war, als hätte sich ein grauer Vorhang über ihr Gesicht gezogen.» Daraufhin veranlassten die Ärzte eine MRI-Untersuchung, konnten jedoch nichts finden. Immer mehr zeichneten sich bei Elisabeth Lehner Wortfindungsstörungen ab. «Sie rang nach Worten und meinte dann: (Ich erzähle es dir später.)» Erst eine Abklärung beim Hausarzt brachte die Gewissheit. Eli-

sabeth Lehner leidet unter einer vaskulären Demenz. Dabei handelt es sich um ein Nachlassen der Gehirnleistung, das durch Durchblutungsstörungen verur-

sacht wird. Elisabeth Lehner, die abenteuerlustige Frau, die früher so lebensfroh war, die Mutter von drei Kindern, die vierfache Grossmutter, die engagierte

Seelsorgerin, begeisterte Velofahrerin und Pfarreileiterin der Katholischen Kirchgemeinde Rorschach – diese dynamische Frau sollte von nun an nicht mehr dieselbe sein. «Am Anfang war mir zum Weinen zumute», gibt Toni Lehner zu. Er musste lernen, den Haushalt zu führen, lernen, wie man kocht und die Wäsche macht. Doch die Sorgen sollen seinen Alltag nicht dominieren, entschied er. «Ich habe Freude an den Dingen, die gelingen, und versuche, die Qualitäten herauszuholen, die wir noch haben.»

## Rückzug ist der falsche Weg

Durch die fortschreitende Krankheit fällt Elisabeth Lehner das Sprechen schwer. Trotzdem, erzählt ihr Mann, gebe es Momente, in denen sie ganz unverhofft differenzierte Dinge sage. «Ein-

## Leben mit Demenz in Rorschach und Umgebung

**Rorschach** Diesen Dienstag, 25. Oktober, um 18 Uhr sowie am 8. November um 19 Uhr finden im evangelischen Kirchgemeindezentrum in Rorschach zwei Informationsveranstaltungen zum Thema Demenz statt. Verschiedene Organisationen und Fachleute aus der Region informieren dabei über die Erkrankung und beantworten offene Fragen. Ausserdem soll aufgezeigt werden,

welche regionalen Angebote und Dienstleistungen für Betroffene und ihre Angehörigen in der Region Rorschach zur Verfügung stehen. Organisiert werden die Anlässe von einer Gruppe, die sich unter dem Dachverband der Alzheimervereinigung in der Region Rorschach und Umgebung dem Thema Demenz widmet. Weitere Informationen unter: [www.alzsga.ch](http://www.alzsga.ch) (sag)

mal fragte ich sie, ob sie einen Kuss möchte. Daraufhin antwortete sie: «Natürlich, schliesslich sind wir ja verheiratet.»

Toni Lehner will auch anderen Angehörigen von Menschen mit Demenz Mut machen. «Gerade in der Anfangsphase ist es wichtig, Anregungen zu schaffen», sagt er. Normal miteinander zu sprechen, zusammen einkaufen zu gehen – all dies trage dazu bei, dass die betroffene Person spürt, dazuzugehören. «Keinesfalls darf man sich zurückziehen.» Wichtig sei auch der Einbezug des Umfelds. Nach der Diagnose des Arztes hat das Ehepaar Lehner seine Freunde und Bekannten über die Krankheit informiert. «Das hat uns sehr geholfen.» Im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung solle man nicht den falschen Helden spielen. «Man muss sich nicht dafür schämen, Unterstützung zu suchen.»

Die Krankheit seiner Frau hat viel Trauriges an sich. Dennoch kann Lehner ihr auch etwas Faszinierendes abgewinnen. «Wenn ich im Gang unseren Hauspflanz von früher pfeife, strahlt sie über das ganze Gesicht wie ein Regenbogen.» Es sei dieser Moment, in dem er spüre, wie stark ihre Verbindung noch immer ist.

## «Man soll nicht den falschen Helden spielen.»

## «Wir können Angehörigen die Last abnehmen»



Menschen mit Demenz haben spezielle Bedürfnisse. Im Pflegeheim Pelago erhalten sie eine helfende Hand. Bild: Sandra Grünenfelder

Person selbst.» Die Eigenverantwortung dürfe aber niemals vergessen werden. Denn die Diagnose Demenz heisse auch zu akzeptieren, dass man den Menschen von früher langsam verliert. «Diese Veränderung fällt leichter, wenn sie zugelassen und ihr gefolgt wird.»

## Veränderung ermöglicht neue Qualitäten

Gerade die Anfangsphase der Demenz sei die schwierigste, erklärt Marko Prietzel, der Stationsleiter im vierten Stock. «Irgendwann kommt der Punkt, an dem der pflegende Angehörige merkt, er wird immer hilfloser.» Den Partner oder einen Elternteil schliesslich einer Institution zu

übergeben, koste viel Überwindung und sei oft auch mit Versagensängsten verbunden. Hier sei es wichtig, dass zwischen den Angehörigen und der Institution ein Vertrauensverhältnis aufgebaut werde. Bis alle Beteiligten einen Weg finden, mit der Veränderung umzugehen, brauche es Zeit. Die neue Situation ermögliche aber völlig neue Möglichkeiten und Qualitäten in der Beziehung. «Wir können den Angehörigen eine grosse Last abnehmen», sagt Prietzel. Eine Tasse Kaffee trinken oder ein Spaziergang zu zweit wird plötzlich viel positiver erlebt.

Sandra Grünenfelder  
sandra.gruenenfelder@tagblatt.ch