

Neue Serie: „Pflege im Alltag“ greift – in loser Folge – wichtige Themen rund um die Erkrankung von Menschen und die Behandlung und Betreuung auf – Vom Alltag in einem Pflegeheim

# „Für mich ist das Heim zum Zuhause geworden“

Von unserem Redaktionsmitglied  
Andreas Wühler

**PLANKSTADT.** 74 Jahre lebte Frau Fust in ihrer Wohnung, nun, mit 90 Jahren, geistig noch voll auf der Höhe, machte sich das Alter immer stärker bemerkbar, stand sie vor der Frage, ob sie ihren Haushalt behalten oder auflösen soll, ob sie in ein Pflegeheim geht oder nicht. Die Skepsis war groß, „darf ich dort noch Fernsehen schauen?“ und insgesamt überwog der Eindruck „das ist, wie ins Gefängnis gehen“. Doch trotz der Bedenken, ihr selbstbestimmtes Leben aufzugeben, entschied sich die Seniorin für das Pflegeheim und da ihre Tochter auf dem Grenzhof lebt, sie in ihrer Nähe sein wollte, kam sie aus Wuppertal nach Plankstadt ins Caritas-Altenzentrum.

Sämtliche im Vorfeld erwogenen Überlegungen sind längst zerstoßen, geht sie heute zu Besuch zu ihrer Tochter, so fällt spätestens am Abend der Satz, „so, und jetzt bringt mich nach Hause“. Ein Zeichen dafür, wie verwurzelt sie mit dem Haus

fänglich nur ins Caritas-Altenzentrum kam, um nach seiner schwerkranken Frau zu schauen. Dreimal die Woche fuhr ihn seine Tochter von Mannheim nach Plankstadt doch irgendwann stand er vor der Frage, wie es weiter gehen soll.

## Weg vom Verwahrnalt-Image

Da er von der Betreuung seiner Frau wusste, wie es in einer Pflegeeinrichtung zugeht, stand für ihn die Antwort sofort fest: „Ich ziehe ins Altenzentrum.“ Zwar hätte er in seiner Wohnung bleiben können oder zur Tochter ziehen, das Treppensteigen schreckte ihn ab, doch entschied er sich bewusst für das Zentrum und genoss die letzte Zeit mit seiner Frau.

Die Schwestern richteten die Betreuung seiner Frau so ein, dass er möglichst viel Zeit mit ihr verbringen konnte. Gemeinsam wurde gefrühstückt, gespielt und gegessen, wurden Spaziergänge unternommen, wurde gemeinsam gelebt.

Mittlerweile ist seine Frau verstorben und er ist Heimbeirat, doch seine Entscheidung hat er keine Sekunde bereut. Schmunzelnd erzählt er die Anekdote vom Besuch eines Freundes, der sich wie gewohnt länger hinzuziehen schien. Während ihn noch die Sorge umtrieb, sein Abendessen zu verpassen, klopfte es schon an der Tür, eine Schwester kam herein, zwei Essen und zwei Flaschen Bier auf einem Tablett balancierend und wünschte „Guten Appetit“.

## Hier geht es sehr lebendig zu

Doch ungeachtet von seinem weitgehend von ihm selbst bestimmten Leben und jenseits der Pflege, die ihm im Heim zuteil wird, schätzt Stahl einen anderen Aspekt besonders hoch ein: die Gemeinschaft. Er ist unter Menschen, nicht allein in einer Wohnung, sondern mitten drin im Leben.

„Die Menschen denken immer in einem Pflegeheim gehe es still zu, aber bei uns ist ein nie langweilig“, stellt Schwester Antonia an die Runde gewandt fest und lacht dabei herzlich in Erinnerung an so manch lustige Episode. Gesprochen wurden die Worte in einem Zimmer im Caritas-Altenzentrum, in dem sich Schwestern, Bewohner und deren Angehörige sowie die Heimleitung versammelten, um gemeinsam im Gespräch mit unserer Zeitung zu ergründen, wie es heute in den Köpfen der Menschen um das Thema Pflegeheim bestellt ist.

Schwester Antonia fügt noch einen weiteren, nicht unwichtigen Aspekt hinzu: Für viele Menschen sei das Pflegeheim die letzte Station auf



In einen gemeinsamen Dialog treten: Im Caritas-Altenzentrum in Plankstadt gibt es Gesprächskreise für pflegende Angehörige. Hier gibt es allerlei wichtige Tipps und Informationen aus erster Hand – schnell und unbürokratisch.

BILD: LENHARDT

dem Weg in die Ewigkeit. Zwar würden die Menschen auch in den eigenen vier Wänden altern, doch ist der Umzug ins Pflegeheim rein subjektiv von einer anderen Dimension als das Altern zu Hause.

„Die Menschen kommen immer später zu uns, die Anforderungen sind immens gestiegen“, stellt in diesem Zusammenhang Martha Trautwein, die Leiterin des Caritas-Altenzentrums, fest. Immer öfter stehe die Frage im Raum, was ein Pflegeheim eigentlich leiste und im Gegenzug müssten sich die Betreuer ständig fragen, was können wir leisten.

Wichtig für Trautwein ist in diesem Zusammenhang an erster Stelle der Dialog. Schon bei den Aufnahmegesprächen werde mit den Senioren und ihren Angehörigen die Situation nach allen Seiten beleuchtet. Denn oft, so Trautwein, würden gerade die Kinder ihre Eltern so sehen wie sie früher waren, nicht wie sie heute sind: „Demenz wird oft nicht erkannt oder verdrängt.“ Nun sind nicht alle Menschen in der glücklichen Lage wie Frau Fust oder Herr Stahl, selbst zu entscheiden, ob sie in ein Heim gehen oder nicht. Oft muss diese Entscheidung von den Angehörigen getroffen werden. So wie Frau Gieser, die gemeinsam mit ihren Brüdern, entschied, die Mutter ins Pflegeheim zu bringen.

Zuvor hatte sie ihre Mutter zehn Jahre lang gepflegt, die letzten vier Jahre bei sich, bis es einfach nicht mehr ging, die Krankheit die Oberhand behielt. Schwangen bei ihr anfänglich auch Ängste mit, die Be-

fürchtung, der Mutter nicht gerecht zu werden, so sieht sie die Situation mittlerweile völlig entspannt: Der Stress, sich um die Mutter, um die eigene Familie und den Haushalt kümmern zu müssen, ist weg.

## Gemeinsame Zeit genießen

Wenn sie nun ihre Mutter besucht, kann sie die Zeit mit ihr bewusst erleben und genießen. Und sie sieht, wie gut ihre Mutter gepflegt wird. „Ich habe mich selbst schon angemeldet“, drückt sie halb im Scherz ihre Zufriedenheit mit der Situation aus.

Nicht nur, so Trautwein, dass die Menschen immer älter werden, wenn sie ins Heim kommen, auch ihre Kinder werden älter. Oftmals seien diese selbst schon im Seniorenalter, könnten die Betreuung kaum leisten. Wie überhaupt gerade im Bereich der Demenz die Pflege in einem Heim viel wirkungsvoller sei.

## THEMA PFLEGE

**PLANKSTADT.** Die Gesellschaft wird immer älter, die Alterspyramide steht auf dem Kopf und die Zahl der Pflegebedürftigen, der an Demenz Erkrankten, wächst stetig. Eine große Herausforderung, sowohl für die Gesellschaft als auch für jeden Einzelnen. Denn treffen kann es jeden von uns. In loser Folge möchten wir uns in der nächsten Zeit mit Fragen der Pflege beschäftigen, wobei der Mensch stets im Mittelpunkt steht.

Mit entsprechenden Therapieangeboten, mit speziell ausgebildeten Schwestern könne die Krankheit zwar nicht gestoppt, aber der Umgang mit ihr erträglicher gestaltet werden.

Davon wissen auch Frau Fischer und Herr Huber zu berichten, für die die Krankheit ihrer Mutter nicht einfach war und zu vielen Konflikten führte. „Es ist eine grausame Erkrankung“, schildert der Sohn die veränderte Persönlichkeit der Mutter. Mal klar, dann wieder nicht ansprechbar, dann wieder ob der Krankheit aggressiv – „ein sehr emotionales Thema“, schildern Schwester und Bruder. Ihn selbst trieb die Krankheit dergestalt um, dass er mit einem Gesprächskreis ins Leben rief, in dem sich Angehörige und Betreuer austauschen können. „Viele, ob im Haus oder außerhalb, sind mit dem Thema überfordert“, berichtet Schwester Margarete, die den Kreis jeden Mittwoch im Monat leitet. Insbesondere die veränderte Persönlichkeit der Kranken, gelte es zu akzeptieren. Kein leichter Schritt weiß sie.

## Nicht immer ein leichter Schritt

Natürlich führen die Demenzkranken ein anderes Leben als jene Senioren im Heim, die noch in der körperlichen und geistigen Lage sind, über sich selbst zu entscheiden. Doch ist das Reglement, dem sie sich vonseiten des Heims unterwerfen müssen, „nichts im Vergleich zum Autonomieverlust durch die Krankheit“, wie Frau Fischer erläutert.

Und, fügt Schwester Ingeborg hinzu, gerade der Demenzkranke braucht feste Regeln, eine Struktur im Alltag sei für ihn ein wichtiges Gerüst, an dem er sich festhalte.

## Ein Stück weit Familienersatz

Ein Punkt, an dem Frau Fehring nur zustimmen kann. Sie kümmert sich um eine Hausbewohnerin. „Der klassische Fall“, wie Trautwein bemerkt. Alleinstehend, die nächsten Verwandten weit entfernt und dann schlägt die Krankheit zu. Wie bei Fehring. Die Hausgemeinschaft begann sich Sorgen zu machen, schaltete eine Sozialarbeiterin ein und letztlich mündete die Krankheit im Altersheim. Anfänglich habe sie sich geäußert, ja gewehrt, mittlerweile sei sie mit ihrem neuen Leben zufrieden. Ja, zwischen den beiden Frauen sei eine Freundschaft gewachsen, „ich habe Verantwortung für sie übernommen“. Wie Schwester Antonia hinzufügt, zwei wichtige Aspekte für Demenzkranke, die Verlässlichkeit und der Rückhalt, das sich geborgen fühlen“.

Davon weiß auch Herr Weide-meier ein Lied zu singen. Eigentlich will er nicht, dass seine Mutter im Heim ist, will sie zu Hause pflegen. Doch seine Mutter, die nur zu einer Kurzzeitpflege ins Altenzentrum kam, blüht dort richtig auf. Anfänglich wollte sie kaum ihr Bett verlassen, mittlerweile ist sie ein belebendes Element der Station, berichtet Schwester Antonia.

## Täglicher Umgang mit Menschen

Der Grund hierfür liegt in ihren Augen auf der Hand: die Gemeinschaft. Die Geselligkeit, der tägliche Umgang mit Menschen, noch dazu mit Menschen, die ein gemeinsames Schicksal verbindet, die gemeinsame Interessen haben, das schweiß zusammen, gebe neue Lebenskraft.

Fazit: Ob die Menschen aus eigenem Antrieb in ein Pflegeheim gehen oder von den Angehörigen gebracht werden, oft stellt sich die Situation im Nachhinein alles völlig anders dar als gedacht. Solange wie möglich wird den Senioren ein selbstbestimmtes Leben ermöglicht. Im Idealfall im Dialog mit den Angehörigen.

Denn daran lässt sich eine gute Einrichtung erkennen, am Gespräch. Wie überhaupt kaum einer der Bewohner im Caritas-Altenzentrum oder deren Angehörigen das Haus aufgrund von Zertifikaten oder Qualitätsstandards ausgesucht hat. Nein, die regionale Nähe war ein Grund und noch entscheidender die Mundpropaganda, das Gespräch eben.

## PFLEGE IM ALLTAG



Schwetzingen Zeitung  
Hockenheimer Tageszeitung

geworden ist. Zumal sie im Pflegeheim keine ihrer Freiheiten aufgeben musste, im Gegenteil: „Es ist ganz anders, als ich es mir jemals vorgestellt habe“.

## Freiheiten wie früher auch

Sie kann Besuche machen, Besuche empfangen, ins Theater oder Kino gehen, kurzum ihr Leben leben und auch die Essens- und Schlafenszeiten sind längst nicht so festgezurrert wie vielfach vermutet wird.

Das Altersheim existiere in den Köpfen vieler Menschen noch immer als Verwahrnalt, vermutet ihr Schwiegersohn und bedauert, dass die „enorme Dienstleistung, die in den Heimen geleistet wird, nicht transparent wird“. Ähnliche Erfahrungen machte Herr Stahl, der an-