Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 83 (2012)

Heft: 12: Familienbande : Angehörige in Pflege und Betreuung

Artikel: Obwohl Gerhard Wulff Pflege braucht, bleibt das Ehepaar Wulff in der eigenen Wohnung : "Ich habe die Entscheidung nie bereut"

Autor: Gerisch, Natascha

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-803832

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Obwohl Gerhard Wulff Pflege braucht, bleibt das Ehepaar Wulff in der eigenen Wohnung

«Ich habe die Entscheidung nie bereut»

Seit sechs Jahren pflegt und betreut Ruth Wulff ihren Ehemann Gerhard bei sich zu Hause. Das Paar hat sich bewusst dafür entschieden, dass er nicht in einem Heim leben soll.

Von Natascha Gerisch

Ein Rollator steht mitten in einem grosszügigen Wohnraum. Das Mobiliar mit Polstergruppe, Schrank und Salontisch lässt genügend Abstand, sodass sich Gerhard Wulff, 90, daran nicht verletzen kann. Kein Teppich bedeckt den Holzparkettboden. Das verringert die Stolpergefahr. Wulff ist in seiner Bewegungsfähigkeit stark eingeschränkt. Er kann nicht mehr ohne fremde Hilfe stehen oder zu Fuss gehen. Deshalb benötigt er den Rollator.

«Dass ich meinen Mann damals nach zehn Monaten Pflegeheim wieder nach Hause genommen habe, war für uns beide eine riesige Erleichterung und die richtige Entscheidung», sagt Ruth Wulff, 70.

Damals, das war vor sechs Jahren. Seither betreut sie ihren Ehemann zu Hause – ohne fremde Hilfe. Gerhard Wulff ist auf die vollumfängliche Hilfe seiner Frau angewiesen. Als Ruth Wulff sich entschied, ihren Mann wieder nach Hause zu holen, wusste sie, dass sie damit die gesamte Verantwortung und Koordination des gemeinsamen Lebens übernimmt wie auch die eigenen Bedürfnisse in den Hintergrund stellt. Aufgrund einer schweren Krankheit hatte sich im Jahr 2005 der Gesundheitszustand des damals 83-jährigen Gerhard Wulff rapid verschlechtert. Er litt an einer bedrohlichen Infektion und musste für mehrere Wochen hospitalisiert werden. Dass sich Gerhard Wulff davon wieder erholte, lässt auf eine gute Konstitution schliessen. Heute ist er, seinem hohen Alter entsprechend, gesund und wach im Geist. Doch die Krankheit hat zu solch starken Beeinträchtigungen geführt, dass er seither pflegebedürftig ist.

Ruth und Gerhard Wulff sehen sich ein Fotoalbum an: Erinnerungen an vergangene Zeiten in Lateinamerika.

Fotos: Monique Witter

Engagierter Pflegealltag

Ruth Wulff unterstützt ihren Mann schon frühmorgens beim Aufstehen. Sie hilft ihm, die Stützstrümpfe über die Beine zu ziehen. Ebenso ist sie ihm bei der Morgentoilette behilflich. Aufgrund der eingeschränkten Blasentätigkeit trägt Gerhard Wulff einen Dauerkatheter. Das regelmässige Wechseln des Urinbeutels kann er selbst nicht übernehmen. Dazu benötigt er die Hilfe seiner Frau, denn Gerhard Wulff hat Mühe, sich zu bücken oder zu drehen. Er duscht sich zwar allein, benötigt aber Hilfe beim Ein- und Aussteigen in die Duschkabine. Im Alltag gibt ihm der Rollator die nötige Stabilität, er ist seine sichere Stütze, sein drittes Bein. Doch weite Strecken kann er heute nicht mehr zurücklegen. Genügend Bewegung ist ihm trotzdem wichtig. Darum machen er und seine Frau jeden Tag einen kurzen Spaziergang. Wenn die Zeit nicht für einen Ausflug draussen reicht, fahren sie mit dem Lift zwei Stockwerke höher. Im zehnten Stockwerk gibt es einen Flur, der ihr Haus mit dem Nachbarhaus verbindet. Da kann Gerhard Wulff ohne grossen Aufwand mit seiner Gehhilfe eine kleine Runde drehen. Hier geniesst er die Aussicht über Bern. Mit dem öffentlichen Verkehr unterwegs zu sein, ist für Gerhard Wulff zu anstrengend. Deshalb sind für ihn ein Auto und eine Chauffeuse eine grosse Hilfe. Das Auto nutzen die Wulffs häufig. Es gibt ihnen das Gefühl von Unabhängigkeit. Mit dem Auto können sie Dinge gemeinsam unternehmen und den Alltag beleben. Sie fahren an den Murtensee und füttern Schwäne oder geniessen ein Essen auswärts.

Allein duschen, das geht. Doch beim Einstieg in die Duschkabine braucht Gerhard Wulff Hilfe.

Ohne gute Organisation gehts nicht

Direkt nach dem Spitalaufenthalt im Sommer 2005 lebte Gerhard Wulff für zehn Monate in einem Pflegeheim. Damit waren jedoch beide unglücklich. «Eine schlimme Zeit war das», sagt Ruth Wulff. «Mein Mann konnte die Situation besser akzeptieren, ich hatte mehr Mühe. Vielleicht liessen mich die Schuldgefühle oder das ungewohnte Alleinsein verzweifeln.» Ruth Wulff entschied, ihren Mann nach Hause zu nehmen. «Weil ich nicht wollte, dass er im Pflegeheim, wie ich bei anderen Heimbewohnern beobachtet hatte, die Lebensfreude verliert.» Ruth Wulff besprach sich mit ihrem Mann, mit dem Hausarzt wie auch mit der Heimleitung über mögliche Konsequenzen. Mit Unterstützung des Hausarztes traute sie sich die Herausforderung zu.

Weil Gerhard Wulff wenig medizinische Pflege benötigt, muss keine Spitex-Pflegefachkraft vorbeikommen. Zudem hat sich Ruth Wulff in den vergangenen Jahren fehlendes Fachwissen angeeignet – an einem Kurs für betreuende Angehörige. Bei Unsicherheiten oder in Notsituationen holt sie Rat beim Hausarzt, der für sie immer erreichbar ist. «Ohne diese Sicherheiten ginge es nicht», sagt sie. Zusätzlich trägt Gerhard Wulff an seinem Arm eine Notrufuhr. Ein Knopfdruck genügt, dass die Notzentrale Medgate alarmiert ist und eine Ambulanz losschickt. Ein deponierter Wohnungsschlüssel ermöglicht der Ambulanz jederzeit den Eintritt in die Wohnung.

Höchst selten, nur wenn ihr Mann zu Boden fällt, benötigt Ruth Wulff die Hilfe einer zusätzlichen Person. Dem grossgewachsenen Mann kann sie nicht alleine aufhelfen. Auch da ist sie gut organisiert. Ruth Wulff hat eine Abmachung mit dem Nachbarn getroffen, dass sie seine Hilfe jederzeit in Anspruch nehmen darf. Dafür ist sie dankbar. Solche Sicherheiten entlasten. Bevor Ruth Wulff ihren Mann ab und zu für kurze Zeit alleine in der Wohnung zurücklässt, wenn sie zum Beispiel einkaufen geht, sichert sie sich bestmöglich ab. Sie legt das Telefon in seine Nähe, damit Gerhard Wulff sie bei Bedarf auf dem Handy erreichen kann. Und sie zieht vorsorglich den Wohnungsschlüssel aus dem Schlüsselloch, um der Ambulanz den Eintritt in die Wohnung zu ermöglichen. Trotzdem belasten Ruth Wulff grosse Schuldgefühle und die Angst, nicht alles Mögliche vorzukehren, um ihren Mann vor einem Unfall zu schützen.

Die Wulffs bewohnen in einem Hochhausquartier in Bern-Bethlehem eine grosszügige Viereinhalbzimmerwohnung mit offener Küche und grossen Fensterfronten. Das Panorama ist beeindruckend. Bei schönem Wetter sehen sie die ganze Kette der Berner Alpen. Obwohl nicht als Alterswohnung konzipiert, >>

Ruth Wulff wollte nicht, dass ihr Mann im Pflegeheim die Lebensfreude verliert.

eignen sich diese Räumlichkeiten gut fürs Wohnen im Alter. Die Wohnung ist rollstuhlgängig und mit dem Lift einfach zu erreichen. Im Frühling 2006, als Gerhard Wulff aus dem Pflegeheim zurückkehrte, waren nur wenige Veränderungen nötig, um die Räume den pflegerischen Anforderungen anzupassen. Das Paar stellte das Mobiliar um und liess im Bad eine behindertengerechte Dusche einbauen. «Wir hatten wirklich Glück mit dieser Wohnung», sagt Ruth Wulff.

Bevor Ruth Wulff ihren Mann alleine lässt, trifft sie Sicherheitsmassnahmen.

Früher und heute

Zweiunddreissig Jahre zuvor: Ein Paar mittleren Alters sitzt nebeneinander auf einem Schiff. Im Hintergrund sind Wasser und bewaldete Berge erkennbar. Er, der Mann, hält eine Frau mit beiden Armen umarmt und schmiegt sich an sie. Sie wendet ihm den Kopf zu. Beide lachen und wirken entspannt, glücklich. Das etwas verblichene Foto stammt aus dem Jahr 1980 und wurde in Guatemala, Zentralamerika, aufgenommen. Das Paar sind Ruth und Gerhard Wulff-Fries nach ihrer Hochzeit, als sie mit ihren Familien einen Ausflug an den Atitlansee machten.

Ruth Fries aus Bern und Gerhard Wulff, gebürtiger Deutscher, aber in Guatemala aufgewachsen, lernten sich im Jahr 1978 in der Hauptstadt Guatemala Ciudad kennen und lieben. Ruth Fries war für das Eidgenössische Departement für auswärtige Angelegenheiten, EDA, auf der Schweizer Botschaft tätig. Gerhard Wulff arbeitete als Handelsvertreter für eine deutsche Firma. Bis zur Pensionierung vor zwölf Jahren arbeitete Ruth Wulff-Fries im konsularischen Dienst. Dass Gerhard Wulff nach der Heirat seine berufliche Laufbahn aufgab, hatte mit den Richtlinien des EDA zu tun. Als Ehepartner einer EDA-Mitarbeitenden war es damals nicht möglich, berufstätig zu bleiben.

Nach vielen Jahren im Ausland kehrten Ruth Wulff und ihr Mann im Jahr 1995 in die Schweiz zurück. Im Jahr 2000 wurde Ruth Wulff pensioniert. Gerhard Wulff war die Schweiz unbekannt. Bis heute versteht er Schweizerdeutsch schlecht. Er und seine Frau sprechen hauptsächlich Spanisch oder Hochdeutsch miteinander. «Ich bin mehr Lateinamerikaner als Germane», sagt er, «und genau das mag ich so an dir.» entgegnet ihm sei-

Das frisch verheiratete Ehepaar Wulff im Jahr 1980: Schifffahrt auf dem Atitlansee in Guatemala.

Foto: Aus dem Familienalbum

ne Frau und lacht. «Er mag es, wenn etwas läuft, denn er ist ein geselliger Mensch. Und er mag Musik. Er singt bereits frühmorgens beim Aufstehen.»

Der Altersunterschied zwischen Gerhard Wulff und seiner Frau ist beträchtlich: Er ist zwanzig Jahre älter als sie. Als sie heirateten, war er 58 Jahre und sie 38 Jahre alt. «Dass wir keine Kinder haben, ist altersbedingt. Denn wir waren nicht mehr so jung, anders als andere Paare», sagt Gerhard Wulff. Früher war der Altersunterschied für beide nicht von Belang. Inzwischen hat sich die Situation geändert. Trotzdem haben sie beide damit keine Probleme. Dass Ruth Wulff heute die Hauptverantwortung trägt, ist für ihren Ehemann nicht ungewohnt. Schon früher, bedingt durch die berufliche Situation seiner Frau, war es üblich, dass sie wichtige Entscheide für das gemeinsame Leben übernahm.

«Meine Freizeit ist rar. Und wenn, dann gibt es immer etwas zu organisieren.»

Sich Entlastung gönnen

Obwohl sie die Situation nicht anders haben möchte, wird Ruth Wulff die enorme Verantwortung zuweilen zu viel. «Meine Freizeit ist rar, ich habe beinahe keine Zeit für mich selbst. Und wenn, dann gibt es immer etwas zu organisieren.» Damit Ruth Wulff nicht zu kurz kommt, hat sich das Paar für eine Entlastung entschieden: den Tagesheimaufenthalt. Gerhard Wulff verbringt jeweils einen Tag pro Woche im Domicil Baumgarten, einem Alters- und Pflegeheim in Bern. Für seine Frau ist das der Tag, an dem sie sich etwas Gutes tut. Sie macht Ausflüge, trifft sich mit Bekannten oder geniesst die Musse. Und vor allem tankt sie Energie für den anspruchsvollen Alltag. Ausserdem schätzt Ruth Wulff die Möglichkeit, ihren Mann auch für eine mehrwöchige Ferienablösung in das Tagesheim bringen zu können. Aufgrund steigender Nachfrage bieten immer mehr Altersinstitutionen solche Möglichkeiten an. Gerhard Wulff seinerseits nutzt die Gelegenheit, im Tagesheim Kontakte zu pflegen. Er mag diesen Ausgleich, da er Personen trifft, mit denen sich neue Bekanntschaften ergeben können, denn in den vergangenen Jahren hat sich der Freundeskreis des Paares zunehmend verkleinert. Einige Freunde verstarben, andere sind selbst zu wenig mobil. Auch für Wulffs wird es zunehmend umständlicher, selber Besuche zu machen.

Mit 90 Jahren ist Gerhard Wulff zwar noch immer vif. Aber er benötigt mehr Schlaf als früher. Was er sich indes nicht nehmen lässt: Er liest gerne die Zeitung und diskutiert mit seiner Frau über die Tagesaktualitäten. Er spielt Triominos, eine Art Domino, und er schreibt an seinem Schreibtisch oder sieht fern.

Gerhard Wulff hat ein sonniges Gemüt. Er liebt es, Witze zu machen oder Lieder zu singen. Während Ruth Wulff erzählt, summt Gerhard Wulff mit seiner kräftigen Stimme. Das Lied erzählt von Regentropfen, die an die Fensterscheibe klopfen und das Herz erobern.

Obwohl die Wulffs ihr Leben derzeit geniessen wie es ist, machen sie sich auch viele Gedanken über die Zukunft. Beiden ist bewusst, dass sich die Situation verändern und mehr externe Fachhilfe nötig sein wird. Aber sie wissen nicht, wann das ist. Deshalb wünschen sie sich, «dass uns noch eine möglichst lange gemeinsame Zeit bleibt». ●

Der Film zum Thema: Der neue Film «Zwischen Wunsch und Verpflichtung – Angehörige begleiten und pflegen» (2012) von Annemarie Friedli zeigt, wie Angehörige von Pflegebedürftigen mit dem Alltag zurecht kommen. Zur DVD gehört ein Begleitheft, das Informationen über den Umgang mit Behörden beinhaltet oder finanzielle Fragen beantwortet.

Leserinnen und Leser der Fachzeitschrift Curaviva können die DVD für 20 Franken (statt 38 Franken) bestellen über www.ffg-video.ch/bestellungen.php5