Zeitschrift: Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich

Herausgeber: Geriatrischer Dienst, Stadtärztlicher Dienst und Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik der Stadt Zürich

Band: - (1995-1996)

Heft: 52

Artikel: Erste Erfahrungen der Spazierbegleiter von Alzheimer-Patienten

Autor: Schmid, Regula

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-790365

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: 15.07.2025

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

Erste Erfahrungen der Spazierbegleiter von Alzheimer-Patienten

von Regula Schmid, Memory Klinik Entlisberg

Spazierbegleiter machen zusammen mit ihren Patienten und Patientinnen in der Öffentlichkeit allerhand Erfahrungen - erfreuliche und ärgerliche. Es wird berichtet von Leuten in der "Beiz", die am Stammtisch den Patienten schneiden, obwohl sie ihn seit Jahren kennen. Haben Sie Angst, selber dement zu werden? Wissen sie einfach nicht, wie sich einem Dementen gegenüber zu benehmen oder sind sie von allen guten Geistern verlassen? Andere Leute aus der Nachbarschaft sprechen jedoch die Spazierbegleiter auf ihren Einsatz hin an und zeigen Anerkennung. Offensichtlich werden Spazierbegleiter in der Öffentlichkeit beobachtet, und das ist wichtig! Diese Männer haben neben der Entlastung für Angehörige und dem positiven Effekt der Spaziertherapie für die Dementen eine Vorbildfunktion und leisten wichtige Aufklärungsarbeit in der Öffentlichkeit!

Oeffentlichkeitsarbeit - so Herr H. aus Ragaz - wäre in seinem Städtchen dringend nötig. Also haben wir ihm bei unserem letzten Treffen angeboten, in Ragaz ein Seminar zur Einführung freiwilliger Frauen und Männer in die Alzheimerbetreuung zu gestalten. Herr F. hatte die Idee, dass ich zum Beispiel den theoretischen Teil bestreiten könnte und einige Spazierbegleiter aus ihrer praktischen Erfahrung berichten würden. Herr H. meinte zudem, als Spaziergänger sollte man die Bündner Herrschaft sowieso kennenlernen. Da kann ich ihm nur beipflichten!

Die Belastung der Angehörigen beeindruckt die Spazierbegleiter jedesmal. Wie können wir unterstützen, ohne zu bevormunden oder in Intimsphären einzugreifen? Einige Ansatzpunkte haben wir an einem Montagstreff: gesammelte Erfahrungsberichte über das Spazieren im Alzheimerbulletin veröffentlichen, vermehrte Aufklärungsarbeit im privaten und öffentlichen Kreis betreiben, als Spazierbegleiter die Angehörigen sanft unterstützen, damit sie ihre Hemmungen abbauen und Hilfe annehmen können. Es ist ja ein bekanntes Phänomen, dass wir Menschen lieber Hilfe anbieten und leisten, als selber Hilfe annehmen.

Angehörige Demenzkranker haben zum Teil ein enormes Zuwendungsbedürfnis. Das erfahren Spazierbegleiter immer wieder, wenn sie sich Zeit nehmen für ein Gespräch mit der Partnerin ihres Schützlings. Viele Bekannte ziehen sich von einem Ehepaar zurück, wenn jemand demenzkrank wird. Spazierbegleiter können dazu beitragen, die Angehörigen zu ermuntern, ein "coming out" zu wagen und den Kontakt mit Bekannten neu zu knüpfen, indem sie über die Krankheit berichten.

Nicht alle Angehörigen können sich für das von uns vorgeschlagene "coming out" entschliessen. Die Ehefrau eines Patienten mit beginnender Alzheimerdemenz möchte auf keinen Fall, dass dies jemand wisse, weil sie befürchtet, dass ihr Mann sonst diskriminiert würde. Die Wünsche der Angehörigen sind auf jeden Fall zu respektieren! Das "coming out", d.h. das Eingeständnis, dass jemand unter der Alzheimerdemenz leidet, ist eine persönliche Angelegenheit der Familie und nicht Aufgabe der Spazierbegleiter. Die meisten Menschen, die in eine Krise geraten sind, müssen sich zuerst selber mit den Tatsachen abfinden, bevor sie andere ins Vertrauen ziehen können. Falls der Spazierbegleiter in der Nachbarschaft darauf angesprochen wird, kann man die Symptome mit "er ist etwas vergesslich" umschreiben. Diese Antwort ist fremden Personen gegenüber sowieso angebracht, weil der "Morbus Alzheimer" heute in vielen Köpfen als individuelles Schreckgespenst herumgeistert. Vergesslichkeit hingegen ist ein Gentlemansdelikt, das in unserer Gesellschaft salonfähig ist (zum Glück für uns alle, die immer wieder Namen, Schlüssel, Termine und so weiter vergessen).

Immer wieder staunen wir beim Erfahrungsaustausch, wie unterschiedlich sich ein Hirnabbau bei den verschiedenen Menschen auswirken kann! Es kommt so stark darauf an, ob es ein degenerativer Abbau wie eine Alzheimerkrankheit ist oder eine Folge von Hirnschlägen; auch spielt es eine Rolle, wie schwer der Abbau bereits ist. Ebenfalls von grösster Bedeutung ist die Persönlichkeit, die der demente Mensch vor der Krankheit war, wie er die Krankheit heute erlebt und wie seine Nächsten darauf reagieren. "Frage nicht, welche Krankheit eine Person hat, sondern frage, welche Person die Krankheit hat", heisst ein Zitat von Oliver Sacks, einem berühmten Neurologen aus Amerika.

Was macht man, wenn es im Winter draussen "hudlet und chuutet"? Einige Spazierbegleiter kaufen sich warme Unterwäsche und wasserfeste Kleidung, da ihre Schützlinge bei jedem Wetter ins Freie wollen. Andere bereiten sich vor auf einen Jass- oder Spielnachmittag; vielleicht kann man zusammen ein Fotoalbum oder einen Bildband betrachten, ein Video mit einer Musik -, Sport- oder Zirkussendung zum Anschauen mitnehmen (ein Spielfilm kann wegen der Gedächtnislücken meist nicht mehr genossen werden). Oder man studiert Wirtschaftskunde (von einer Beiz zur anderen), natürlich ohne Alkoholgenuss! Spesen, die beim Spazieren entstehen, werden von den Angehörigen bezahlt. Am besten macht man zu Beginn nochmals ab, ob der Patient oder die Patientin Geld mitnimmt oder ob man im Nachhinein abrechnen will.

Spazierbegleiter im Einsatz schildern eindrücklich, was für ein Gewinn diese Arbeit für sie bringt, wieviel ihnen diese paar Stunden zusammen mit ihrem Schützling bedeuten. Dankbarkeit, dass man selber gesund ist und Mitgefühl für Menschen, denen etwas passiert ist, für das sie nicht verantwortlich gemacht werden können, kommt bei allen Erzählungen zum Ausdruck.

Ihren Einsatz möchten die Spazierbegleiter selber begrenzen und mit den Angehörigen abmachen. Bei den monatlichen Diskussionen wird deutlich, dass die Spazierbegleiter sich nicht durch Institutionen einschränken lassen wollen. Sie sind gerne bereit, einen regelmässigen Einsatz zu leisten, aber sie möchten selber und individuell bestimmen können, wie oft und wie lange sie dies tun. Manchem fällt das Eingrenzen schwer, und er "kann nicht nein sagen", besonders wenn schon eine Beziehung vorhanden ist... . Aber da ist doch noch die Seniorenuni, die man gerne besuchen möchte, der Garten muss gepflegt werden, Hobbies und Familie möchte man geniessen, und schliesslich hat man ja eigentlich lange genug gearbeitet.

Zum Verständnis in der Begegnung mit Demenzkranken hilft ein Konzept von Watzlaick, das besagt, dass ein Gespräch eigentlich zwei Botschaften hat, eine inhaltliche und eine beziehungsmässige. Die inhaltliche Botschaft vermitteln wir digital, mit Wörtern und Sätzen. Die Beziehungsbotschaft fliesst analog ein, mit Gesten, Gesichtsausdruck, Tonfall und Blick. Demenzkranke verstehen oft die inhaltliche Botschaft nicht mehr oder nicht mehr richtig, hingegen

wird die beziehungsmässige Botschaft bis zuletzt wahrgenommen. Leider stimmen die beiden Botschaften oft nicht überein und so können sehr schmerzliche Missverständnisse entstehen. Betreuende erklären mit vielen Worten einen Sachverhalt, und der demente Mensch fühlt sich abgewiesen, weil er die Sache nicht versteht und sich deshalb nicht verstanden fühlt. Oder der Alzheimerkranke, dem erklärt wird, dass seine Mutter nicht mehr lebt und dass er sie deshalb nicht mehr besuchen kann, wird traurig, weil er sich ungeliebt vorkommt oder er wird zornig, weil niemand ihm zu glauben scheint. Die Beziehungsbotschaft für einen dementen Menschen sollte wenn möglich Verständnis, Zuwendung und Sicherheit signalisieren, die Botschaft: "Du bist liebenswert und recht, so wie du bist, ich bin für dich da!" Wie schwierig dies für pflegende Angehörige manchmal sein muss und wie hilflos und ohnmächtig sie sich oft fühlen, können sich alle Spazierbegleiter lebhaft vorstellen.

Auf den gemeinsamen Spaziergängen passieren oft "lustige" Episoden. So wollte zum Beispiel ein Patient auf einem Rundgang durch den Zoo alle Schrifttafeln abmontieren. Da er sich sprachlich nicht mehr verständlich machen kann, war es für seinen Spazierbegleiter nicht ganz einfach, ihn davon zu überzeugen, dass man sich besser vor Löwen- und Bärenpranken hütet und die Tafeln dort lässt, wo sie sind.

Neu hat die Stadt Zürich nun ein "Alzheimer-Tanzcafé". Diese Veranstaltung der Memory-Klinik findet im Festsaal des Krankenheims Entlisberg statt, jeweils am ersten Sonntag im Monat von 14 - 16 Uhr. Tanzfreudige Spazierbegleiter besuchen die Veranstaltung bereits mit Erfolg, weitere sind herzlich eingeladen, natürlich samt ihrer Partnerin!