

*Alzheimer Gesellschaft*

*Thüringen e.V.*

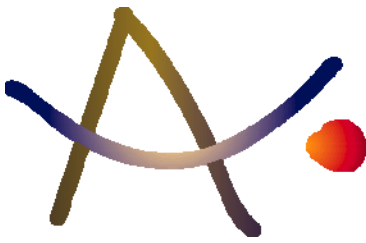
*Selbsthilfe Demenz*

Thüringer Lyrikwettbewerb 2011/2012 in Kooperation mit der Thüringer Allgemeinen

Petra Koczan, Erfurt

## **Ein Job für Multitalente mit Nerven wie Drahtseile**

Vom heutigen Zeitpunkt aus gesehen, kann ich schon wieder Witze machen. Aber die Situation war damals vor anderthalb Jahr nicht mehr zu ertragen. Es litt meine Familie samt Hund Martin darunter. Ich war ständig genervt, manchmal ungehalten, wütend über die Ausweglosigkeit. Ich hätte brüllen, alles an die Wand schmeißen und ins Kissen beißen können vor Wut. Oft dachte ich, mir platzt der Kopf. Und irgendwann sagte meine Tochter dann zu mir: "Also Mutti..., wenn Du weiterhin so drauf bist und nicht bald eine Lösung findest, kann ich dir deinen Enkel leider nicht anvertrauen." Das traf mich wie ein Schlag mitten ins Herz. Ich wollte doch schon ewig ein Enkelchen. Und heute wartet man ja recht lange darauf, endlich als stolze Oma auftreten zu können. Nun war es soweit und ich einfach nicht in der Lage, in mein Leben wieder Ruhe und Ordnung zu bringen. Ich muss feststellen, es ging mir echt beschissen. An Arbeiten gehen, war fast nicht zu denken. Gut, dass ich mir meine Arbeit recht flexibel von der Zeit her, selbst einteilen kann. Ich war genervt vom Verhalten meiner eignen Mutter, die immer und ständig an mir klebte, mich auf Schritt und Tritt verfolgte, jede Hilfe von Fremden abwies, sie letztendlich aber doch akzeptieren musste - in Form von Pflegedienst und Essenlieferung, und ständig nur Forderungen an mich stellte. Sie wohnte allein, seit dem Tod meines Vaters im Jahr 2007. Ihre hübsche Drei-Raum-Wohnung lag nur 50m über unseren Hof, uns vis-à-vis in Parterre. Meine Mutter war immer präsent und ich dachte zu Anfang es wäre Trauer oder eine daraus entwickelte Depression: erst versuchte sie es ständig per Telefon, denn damals konnte sie noch telefonieren, später klopfte, klingelte und rief sie vor meiner Haustür, warf Kieselsteine an meine Fenster oder pochte an meinen Balkon. Es half nichts, wenn ich sie zu mir holte, sie beruhigen wollte, sie zurückbrachte, bei ihr blieb - sobald ich wieder in meine Wohnung zurück ging, marschierte sie hinter mir her und das Theater ging von vorn los. Nachts verhielt sie sich damals noch ruhig und schlief. Bald beschwerten sich dann auch die Nachbarn über das Verhalten meiner Mutter, sie konnte schon ganz schön Rabatz machen, die Gute. Sie stellte sich tagsüber, egal ob ich zuhause war oder nicht, in die leicht geöffnete Balkontür und rief stundenlang monoton aneinandergereiht: PetraPetraPetra.! Irgendwann war sie nicht mehr in der Lage, Haustüren richtig zu verschließen. Ich versuchte die Situation aufzuklären - Mancher verstand es,



*Alzheimer Gesellschaft  
Thüringen e.V.  
Selbsthilfe Demenz*

**Thüringer Lyrikwettbewerb 2011/2012 in Kooperation mit der Thüringer Allgemeinen**

mancher aber auch nicht! Eine Nachbarin meiner Mutter gehörte zu den Nicht-Verstehern und sagte mir dann im garstigen und sehr aufgereizten Ton: "Wann wollen Sie sie denn nun endlich ins Heim geben?" Puh, da stand ich nun mit mir und meinem Problem!

Ehrlich gesagt, wollte ich sie eigentlich selbst pflegen im Fall aller Fälle oder ihr zumindest ein Leben in Ihrer eigenen Wohnung ermöglichen so mit Pflegedienst, Tagespflege, Mittagessenlieferung etc., weil ich ja eine nette Tochter bin und ich auch damals, als meine Oma ins Heim gegeben wurde, völlig hysterisch meine Tanten angefaucht habe, wie sie das denn nur machen könnten, also mein Unverständnis darüber zum Ausdruck gebracht habe.

Aber meistens kommt es wohl anders als man denkt

So konnte es einfach nicht weiter gehen! Ich beschloss, mich von meiner bisherigen Einstellung zu lösen. Ich suchte mir Hilfe und besuchte Vorträge. Die Aufklärung tat mir gut und ich traf viele ebenso betroffene Angehörige. Ich stellte fest, ich bin nicht allein mit meinem Problem. Die Schicksale in den Familien ähneln sich. Obwohl die Demenz in vielen Facetten erscheint, jeder Mensch anders tickt, die Angehörigen einzigartige Persönlichkeiten sind und alles das auch ein Drumherum - eine Umwelt - hat. Die Pflegekasse war und ist mir ein guter Partner. Der Neurologe meiner Mutter klärte mich darüber auf, dass die Situation nicht besser werden würde. Ich ging in ein Stressbewältigungsseminar, schaute mir zahlreiche Pflegeheime an und hinterließ bei denen, die mir zusagten, eine Anmeldung für meine Mutter.

Vor ca. einem Jahr habe ich mit mehreren pflegenden Angehörigen von Demenzkranken die SHG "Demenz-Pflaster" gegründet, um anderen Menschen in ähnlichen Situationen Hilfestellungen zu geben zu können.

Heute lebt meine Mutter im Heim hier in Erfurt, dank dessen, dass ich sie so zahlreich angemeldet habe. Es hat nicht gleich mit dem richtigen Heim geklappt und es gab viel Ärger, dort wo sie zuerst war. Jetzt aber ist alles gut, ich kann mich wieder meinem, doch quirligen Leben widmen, besuche sie ein Mal pro Woche, finde sie immer gut versorgt trotz Demenz und ihrem Laufzwang (Ich weiß jetzt, dass das ein Teil der Krankheit ist!). Ich kümmere mich um alles Drumherum und nehme die Vorsorgevollmacht wahr. Schlimm sind nur noch ihre Krankenhausaufenthalte, aber auch daran habe ich mich gewöhnt und gönne mir auch dort den nötigen Abstand.

Meine Erkenntnis aus dem Erlebten ist, dass die Pflege eines an Demenz erkrankten Menschen eine Unmenge von Konflikten auslöst, die die körperliche und psychische



*Alzheimer Gesellschaft  
Thüringen e.V.  
Selbsthilfe Demenz*

**Thüringer Lyrikwettbewerb 2011/2012 in Kooperation mit der Thüringer Allgemeinen**

Gesundheit des Pflegenden gefährdet und später auch ruiniert. Dazu kommt ein 24-H-Pflegealltag. In wenigen Fällen kann der Kranke ein positives Feedback aussenden. Die Verzweiflung an der Situation nimmt rapide zu. Die eigenen erträglichen Grenzen werden mehr als nur einmal überschritten. Ich habe Loslassen lernen müssen. Ich muss nichts ertragen, was ich nicht ertragen will und kann. Eigene Vorbehalte, Zweifel und Pflichtgefühle sind schwer beiseite zu schieben und liegen anfangs auch zentnerweise auf der Seele. Alles ist für mich ein Prozess, bei dem die Schwere der Situation langsam abnimmt, immer mehr abflacht, wahrscheinlich aber nie zu Ende geht. Es bleibt doch der Gedanke, dass es meine Mutter ist. Wichtig erscheint für mich, Klarheit in meinem Kopf zu schaffen und herauszufinden, was ich will und kann. Das ist die Entscheidung, die jeder selbst für sich fällen muss und dabei kann Beratung und Unterstützung einfließen und hilfreich sein.

Zu sagen wäre noch: Meine Familie hat in der gesamten doch sehr schweren Zeit immer zu mir gehalten, mich versucht aufzumuntern, mich zu unterstützen. Leider gingen Freundschaften verloren, aber es kamen auch neue Bekannte hinzu. Ich habe meinen kleinen Enkel schon oft bei mir gehabt. Er bereichert mein Leben sehr. Leider wohnt der Kleine mit seinen Eltern in Berlin, so dass es zeitweise nur per Telefon, Skype und Videophonie Kontakt gibt. Aber es gibt ja noch Bahn, Auto und neuerdings auch Überlandbusse...