Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 78 (2007)

Heft: 11

Artikel: Alzheimertelefon : der erste Schritt, Hilfe anzunehmen : Tabubruch während des anonymen Telefongesprächs

Autor: Hansen, Robert

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-805115

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: 17.07.2025

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

Alzheimertelefon: Der erste Schritt, Hilfe anzunehmen

Tabubruch während des anonymen Telefongesprächs

Robert Hansen

Was sie hören, sind Worte von traurigen Menschen, oftmals voller Verzweiflung. Was sie sagen, soll den Angehörigen von Alzheimerkranken Mut geben, den beschwerlichen Weg weiterzugehen und sich helfen zu lassen. Martha Favre und Regina Fischlin sind Beraterinnen des Alzheimertelefons, anonym und doch Vertrauen aufbauend.

Wenn Regina Fischlin telefoniert, hört sie vor allem zu. Menschen, die befürchten, an Alzheimer erkrankt zu sein, rufen bei ihr an. Angehörige, die ob all der Belastung durch die Pflege verzweifelt sind, weinen am Telefon. In einem Teilzeitpensum betreut Regina Fischlin das Alzheimertelefon der Schweizerischen Alzheimervereinigung in Yverdon. Vor allem Frauen wählen die Nummer 024 426 06 06. Der Anruf erfordert Mut, oftmals Überwindung. Der Tabubruch, mit einer fremden Person erstmals über die Belastung in der eigenen Familie sprechen zu können, ist aber auch eine Entlastung. Plötzlich eröffnen sich neue Perspektiven. Angehörige und Betroffene erfahren von Angeboten und Therapien. Und vor allem: Sie merken, dass sie mit ihren Problemen nicht alleine sind.

«Die Anonymität führt dazu, dass die Menschen viel erzählen. Sie haben keine Angst, dass jemand sie kennt. Nicht alle sagen bei der Begrüssung ihren Namen, und bei manchen spüre ich, dass sie ihren Namen auch nicht nennen wollen und froh sind, wenn wir nicht danach fragen. Ein guter Rat von uns gibt ihnen dann den Mut, auch zu Hause das Thema zu besprechen», erzählt Martha Favre, die ebenfalls in einem Teilzeitpensum das Alzheimertelefon betreut, welches seit November 2004 Hilfesuchenden Rat bietet. Das Angebot wird unterschiedlich beansprucht: Im September diesen Jahres riefen 184 Personen an. Im Juni wurde mit 403 Anrufen der bisherige Höchsttand erreicht. Die durchschnittliche Anrufdauer schwankt laut Statistik zwischen sieben und fünfzehn Minuten. Jeder fünfte Anruf kommt von der Tochter oder dem Sohn eines an Alzheimer erkrankten Menschen, jeder achte vom Ehepartner. Jeder zehnte Anruf kommt von anderen Familienmitgliedern oder Freunden. Bei jedem dritten Telefonat informiert sich eine Fachperson über das Thema. Spitex-Pflegefachleute, Beschäftigungstherapeuten, Architekten, Unternehmer und Gestalter rufen an, verlangen Richtlinien oder einen konkreten Ratschlag. Aber auch Betroffene selber wollen über das Alzheimertelefon mehr über ihre Krankheit erfahren – sechs Prozent laut der diesjährigen Statistik.

Hinter der Statistik stehen Einzelschicksale, Menschen mit einem schlechten Gewissen, weil die Kraft nicht mehr ausreicht, Kinder, die ihre Mutter wieder nach Hause holen möchten, Angehörige, die mit der finanziellen Belastung nicht mehr umzugehen wissen. Selten erzählen die Betroffenen ganze Lebensgeschichten. «Manchmal sprechen wir über eine Stunde über komplexe Themen», sagt Martha Favre. Die Begleitung von Alzheimerkranken, die Auswirkungen auf die familiären Beziehungen und die Zusammenarbeit mit Fachstellen sind oft Thema. Praktisch alle verlangen nach Fachliteratur.

Weniger Tabus

Neu ist, dass zunehmend Menschen anrufen, die Fragen zu sich selber stellen. «Die gute Aufklärungsarbeit beginnt zu wirken. Das Tabu ist gebrochen, über die Krankheit wird gesprochen», sagt Martha Favre. «Manche Betroffene rufen an, weil sie eine entsprechende Diagnose erhalten haben oder gerade vor einer stehen. Ich erinnere mich an einen Mann, der einmal in unserem Büro auftauchte und sagte, er komme gerade vom Arzt und werde die Hilfe der Alzheimervereinigung in Zukunft sicher benötigen.» Durch die Präsenz des Themas in den Medien und die leichte Informationsbeschaffung im Internet beschäftigen sich die Menschen intensiver mit der Krankheit. Von den Hausärzten wünschen sich die Telefonberaterinnen aber deutlich mehr Unterstützung. «Die Menschen werden von ihrem Hausarzt nicht immer ernst genommen. Am Alzheimertelefon können sie erstmals ausdrücken, was sie bewegt», sagt Regina Fischlin. Martha Favre

nickt. «Wenn ein Hausarzt genügend Fachwissen hat und mitspielt, ist das Problem zur Hälfte gelöst. Hausärzte haben einen grossen Einfluss auf die Erkrankten und deren Angehörige. Die Ratschläge werden befolgt.» – «Wenn dieses Tabu, über die Krankheit zu sprechen, gebrochen ist, fällt auch der Weg zu einem spezialisierten Arzt oder zur Memory-Clinic leichter. Heute wissen viele, was Alzheimer ist. Aber nur wenige kennen die Angebote wie Ferien oder Tagesstätten», sagt Regina Fischlin.

Regina Fischlin am Alzheimertelefon in Yverdon. Foto: roh

Hilfe aus der Angehörigengruppe

«Die Leute sind oft erstaunt, was es alles an Angeboten gibt, von unterschiedlichsten Entlastungsangeboten bis hin zu organisierten Ferien. Angehörigenseminare sind aus meiner Erfahrung etwas vom Wichtigsten. Oftmals vergeht jedoch ein Jahr zwischen dem ersten Anruf beim Alzheimertelefon bis zur Teilnahme in einer solchen Gruppe», sagt Martha Favre. In Gruppengesprächen merken die Angehörigen, dass auch andere Menschen die gleichen Sorgen plagen und dass niemand über die Erzählungen entsetzt ist. Den Weg, der bisher unüberwindbar schien, sind andere schon gegangen. «Die Menschen sind bei solchen Gesprächsrunden in einem Wechselbad der Gefühle. Manchmal weinen die Menschen. In solchen Gruppen wird aber auch herzhaft gelacht. Es ist ganz wichtig, den Humor zu behalten», so Martha Favre. «Eine Frau hat erzählt, dass sie überall ihren Putzlappen gesucht habe – bis sie ihn am Abend beim Nachtessen sauber zusammengefaltet unter der Käseglocke gefunden hat. Die Menschen können einander alles anvertrauen, nichts wird verschwiegen aus Angst, peinlich zu sein. Die Angehörigen werden bei diesem Austausch darin bestärkt, dass sie bei all den auftretenden Problemen ihre Arbeit trotzdem richtig machen. Viele sehen nur den Verlust der Fähigkeiten ihres Partners. Sie selber bieten diesen Menschen aber durch ihre Anteilnahme und Betreuung sehr viel. Dessen sind sie sich zu wenig bewusst.» Trotz ihrer Erfahrung hält sich Martha Favre bei solchen Gruppengesprächen zurück: «Ich erteile keine Ratschläge. Ich frage die anderen Angehörigen der Gruppe, wie sie ein Problem angehen würden. Diese Lösungsvorschläge von ebenfalls Betroffenen werden viel eher akzeptiert.» Regina Fischlin fügt hinzu: «Für viele pflegende Angehörige ist es heilend, selber ihre Erfahrungen und Lösungen weitergeben zu können.»

Grenzen akzeptieren

Trotzdem: Einmal kommt der Zeitpunkt, wo die Kraft nicht mehr reicht. «Alzheimer ist die Krankheit, bei der die Angehörigen mehr leiden als die Betroffenen selber. Sie betrifft alle Personen aus dem nahe stehenden Beziehungsnetz. Die Krankheit bringt die Angehörigen an Grenzen, die sie auch akzeptieren dürfen», betont Regina Fischlin. «Die Fachleute in den Tagesstätten betreuen einen Menschen nicht besser. Aber die anfallende Belastung kann auf mehrere Leute aufgeteilt werden. Das Personal ist auch nicht durch eine emotionale Erinnerung beeinflusst. Ganz wichtig dabei ist, dass die Angehörigen ihre Rolle als Partner weiter ausüben können und Abstand erhalten von krankheitsbedingten Konflikten, die der vertrauten Beziehung schadet. Und so hart sich dieser Trost anhört: Wenn es dem Erkrankten durch den Verlauf der Krankheit schlechter geht, geht es den Angehörigen wieder besser. Die zwischenmenschlichen Probleme nehmen ab, da der Erkrankte vergisst, dass er vergisst und nicht mehr

Swissmade

Schweizerqualität und Familientradition.

Bildmontage

igeho
READY FOR THE FUTURE?
17.–21.11.2007
Halle 1.1, Stand B26

ROMER'S
HAUSBÄCKEREI AG

Convenience-Sortiment für Hotellerie, Gastronomie, Gemeinschaftsverpflegung, Grossabnehmer, Detaillisten

darunter leidet.» Häufig wehrten sich die Angehörigen aber vehement, ihren Partner in eine Tagesstätte zu geben. «Die Kinder können dabei eine wichtige Rolle einnehmen, indem sie zu diesem Schritt ermutigen.»

Der schwere Gang in die Tagesstätte

Oftmals zögern die Angehörigen zu lange, bis sie um Hilfe ersuchen: «Häufig wird so lange gewartet, bis eigentlich bereits ein Heimeintritt nötig wäre. Dabei könnte manche Heimeinweisung verzögert werden, wenn ein an Alzheimer erkrankter Mensch früher in eine Tagesstätte gehen könnte. Dieser Schritt muss allerdings von den Familien und Angehörigen initiiert werden und zeigt auch erst nach mehreren Wochen seine Wirkung. Das entlastet sie und gibt ihnen wieder Luft. Plötzlich steht nicht mehr das Leben des Alzheimerkranken im Mittelpunkt, die Angehörigen können endlich wieder einige Tage für sich planen und nach den eigenen Wünschen gestalten. Zudem ist dieser Schritt ja nicht definitiv – und die Kosten für die periodische Betreuung in einer Tagesstätte sind für den Staat viel tiefer als bei einem Heimeintritt», weiss Regina Fischlin. Sie hat aber auch Verständnis, dass die Angehörigen diese Massnahme nicht gerne veranlassen: «Einen Menschen dazu zu bewegen, in eine Tagesstätte zu gehen, ist sehr schwierig. Von zentraler Bedeutung ist auch hier die Unterstützung durch den Hausarzt.» Zudem werde das Thema oftmals falsch angegangen. Natürlich antworte jemand auf die Frage: «Willst du in eine Tagesstätte gehen?» mit einem «Nein.» Oftmals hätten die Angehörigen dann ein schlechtes Gewissen, diesen Schritt trotzdem einzuleiten. Kurze Besuche zu Beginn schafften Vertrautheit zur Tagesstätte und zu den Berufsleuten. «Erst nach einigen Wochen bringt die Entlastung durch die Tagesstätte allen Beteiligten etwas. Wünschenswert sei ein Abholdienst durch die Institution. Das erleichtere den Abschied.»

Sei dieser Schritt einmal gemacht, falle auch der unvermeidliche spätere Heimeintritt leichter: «Die Gerüche sind dem Patienten bereits bekannt, er erkennt Stimmen und Räumlichkeiten.» Die sehr belastende Einweisung in eine Psychiatrische Klinik bei fehlenden Alternativangeboten könne so vermieden werden.

Zu wenig Nachtkliniken

Viele Tagesstätten bieten ihre Dienstleistungen nur tagsüber an (siehe Kasten Seite 8). Dabei wären gerade Entlastungsangebote während der Nacht wichtig: «Wenn die Angehörigen nicht mehr schlafen können, wird die Situation sehr belastend. Die Nachtklinik kann helfen, eine schwierige Phase, die zu einem Heimeintritt führen könnte, zu überbrücken», sagt Regina Fischlin. Vielfach hätten die Familien finanzielle Probleme, den temporären Aufenthalt in einer Tagesstätte zu bezahlen. 100 Franken pro Nacht sei für viele Menschen zu viel Geld. Ferien und andere Anschaffungen könnten sich die Familien dann gar nicht mehr leisten. Fischlin begrüsst deshalb die staatliche finanzielle Unterstützung der Tagesstätten-Angebote wie im Kanton Waadt. «Dreimal 40 Franken pro Woche kann jede Familie aufbringen – und dies kommt den Staat schliesslich günstiger zu stehen, als einen frühzeitigen Heimaufenthalt zu unterstützen.»

Das letzte Geschenk

Regina Fischlin plädiert dafür, die Entlastungsangebote auszubauen, ob nun in Tagesstätten oder in Heimen mit entsprechenden Strukturen: «Die Lebensqualität aller Beteiligten steigt, wenn ein Patient diese Angebote in Anspruch nehmen kann. Zudem ist der Austausch mit dem Pflegepersonal eine Bereicherung für die Angehörigen. Plötzlich sehen sie beispielsweise, dass die Aggressivität auch bei professioneller Betreuung nicht einfach verschwindet. Sie können somit erfahren, dass nicht sie selber die Ursache der Aggressivität waren.» In jedem Fall sei aber die Nähe zur Institution wichtig, damit keine langen Anfahrtswege nötig sind, weder für den Patienten beim Eintritt noch für die Angehörigen bei den Besuchen.

Rund die Hälfte ihres Arbeitspensums verbringen die Beraterinnen am Telefon. Zudem sind sie an der Erstellung von Dokumentationen und Infoblättern der Alzheimervereinigung beteiligt oder bilden sich selber weiter. Jede Beraterin muss für sich einen Weg finden, mit dem Gehörten umzugehen. «Wir können im Team und in der regelmässigen Supervision sehr gut darüber sprechen. Wir müssen aber auch unsere Grenzen akzeptieren», sagt Regina Fischlin. «Oftmals sagen uns die anrufenden Menschen, dass ihnen das Gespräch sehr gut getan hat und zeigen grosse Dankbarkeit. Manchmal hören wir auch an der zuerst bedrückten und am Ende des Gesprächs aber erleichterten Stimme, dass einem Menschen das Gespräch geholfen hat», sagt Regina Fischlin. «Jede von uns hat ihre eigene Art, das Gehörte aufzuarbeiten. Nach einem langen Telefonat brauche ich eine gewisse Zeit und kann nicht gleich wieder zum Hörer greifen», erzählt Martha Favre. Manchmal erhalten die Beraterinnen lange nach dem ersten Gespräch am Telefon ein schriftliches Dankeswort – zusammen mit der Todesanzeige. ■

Die Alzheimervereinigung

Die Schweizerische Alzheimervereinigung mit Sitz in Yverdon-les-Bains ist Anlaufstelle für Betroffene, Angehörige und Fachleute zum Thema Demenz. Diverse Publikationen informieren über die unterschiedlichen Aspekte der Krankheit. Telefon 024 426 20 00, www.alz.ch