

Das Jetzt steht im Vordergrund

Leben im Pflegezentrum Ein Vormittag als «Mitläuferin» im neuen Marthastift zeigt: Betreuung von Demenz-Betroffenen erfordert viel Geduld und Pragmatismus.

Julia Konstantinidis

Aufmerksam folgt die Frau mit den Augen dem Ball, der sich ihr nähert. Als er in Griffweite ist, packt sie zu und hält ihn fest. Dann legt sie ihn sich zurecht und kickt ihn einmal quer durch den Raum, einer anderen Person vor die Füsse. Einige Minuten zuvor war mir die gepflegte Dame mit den farblich abgestimmten Kleidern schon aufgefallen. Da stand sie mit starrem Blick im Gemeinschaftsbereich ihrer Wohngruppe im neuen Marthastift. Sie schien nicht zu wissen, wohin sie gehen wollte. Vielleicht konnte sie sich in diesem Augenblick nicht daran erinnern, wie das geht, gehen. Einen Fuss vor den anderen setzen. Eine Pflegefachfrau nahm sie an die Hand, und mit zögerlichen Schritten gingen die beiden in die Richtung des grossen Mehrzweckraums, zur Bewegungsstunde.

Die Stimmung dort ist gelöst, man sitzt gemeinsam im Kreis und bewegt sich unter der Anleitung von drei Aktivierungstherapeutinnen, so gut es eben geht zu Musik oder im Spiel mit dem Ball. Die knapp 20 Menschen im Alter zwischen 51 und über 100 Jahren leben im Pflegezentrum für Demenz und psychogeriatrische Erkrankungen. Die Demenz äussert sich bei den insgesamt 107 Bewohnerinnen und Bewohnern sehr unterschiedlich. Manchen ist die Krankheit, von der es mehr als 100 verschiedene Formen gibt, im ersten Augenblick nicht anzumerken, andere scheinen in ihre eigene Welt versunken oder sind unruhig, als ob sie auf der Suche nach etwas wären.

Kein fixer Tagesablauf

Ich bin als «Mitläuferin» einen Morgen lang bei der Arbeit im spezialisierten Wohnzentrum dabei. Lars Nielsen, Bereichsleiter der Wohngruppen St. Alban und Bruderholz, führt mich in die Besonderheiten dieser Gruppen ein. So tragen die zehn Wohngruppen die Namen verschiedener Stadtquartiere, damit die Bewohnerinnen und Bewohner einen Bezug zu ihrem früheren Leben herstellen können. Nach Möglichkeit



Unsere Autorin im Gespräch mit Pflegefachmann Lars Nielsen und einer Bewohnerin der Wohngruppe Gundeli (v.l.). Foto: Dominik Plüss

haben sie ihr Zimmer in der Wohngruppe jenes Quartiers, in dem sie vor ihrem Einzug ins Zentrum lebten.

Dieses wurde speziell nach den Bedürfnissen der Bewohnenden gebaut. Die Stockwerke sind ringförmig angelegt. Bewohner mit grossem Bewegungsdrang – ein häufiges Symptom von Demenzkranken – können diesem so nachgeben, ohne dass sie von geschlossenen Türen oder Wänden gestoppt werden. Geschlossene Abteilungen fehlen hier ebenso wie ein fixer Tagesablauf. So setzen sich die Frauen oder Männer zu unterschiedlichen Zeiten an den Zmorgetisch.

«Demenz ist eine Krankheit, bei der die Strukturen aus dem Leben verschwinden, deshalb ist es unser Konzept, soweit möglich,

individuell auf die einzelnen Menschen einzugehen», sagt Nielsen. Er arbeitet seit knapp einem Jahr im neuen Marthastift. Davor war der diplomierte Pflegefachmann auf Akut- und Rehabilitationsabteilungen in Basler Spitälern tätig. Er habe sich zunächst nicht vorstellen können, in der Langzeitpflege zu arbeiten, so der Endzwanziger. Über einen Kollegen ist er dann doch beim Pflegezentrum an der Friedrich-Miescher-Strasse eingestiegen und bereut den Wechsel nicht. Hier habe er Zeit, eine Beziehung zu den Menschen aufzubauen, die er betreue.

Als Nielsen eine weisshaarige Frau am Tisch sitzen sieht, greift er zum Toastbrot, streicht Erdbeerkonfi drauf und schneidet die Scheibe in kleine Stückchen. Dass sie das so am liebsten mag, hat er

in eine Tabelle notiert, die an der Küchenzeile hängt. Dort sind die Essgewohnheiten der Wohngruppenmitglieder vermerkt. Laut Nielsen achtet man zudem darauf, das Essen so oft als möglich gemeinsam mit den Bewohnern zuzubereiten. Die Essensvorlieben herauszufinden, ist laut dem Pflegefachmann in Kontakt mit Demenzkranken nicht einfach, oft geben Angehörige die entscheidenden Tipps.

Eine Hand auf der Schulter

Bei allen Begegnungen fällt mir auf, dass Nielsen auf leichten Körperkontakt achtet. Eine Hand auf der Schulter oder dem Arm mag für Menschen, welche die Orientierung in Zeit und Raum teils verloren haben, wie eine Bestätigung der eigenen Existenz wirken. Sich selber zu spüren und sinnliche Reize zu erhalten, ist für die Selbstwahrnehmung und das Wohlbefinden von Demenzbetroffenen enorm wichtig.

Ich merke: Es braucht viel Zeit und Geduld, Menschen mit Demenz zu betreuen. Und eine gute Portion Pragmatismus. Das Leben im Jetzt steht im Pflegezentrum im Vordergrund. Als uns eine Frau begegnet, die einen kleinen Plüschhund auf ihrem Rollator spazieren führt, erkundigt sich Nielsen nach dem Tier, als wäre es ein lebendiges Wesen. Denn für die Bewohnerin ist dies der Fall. «Der Hund ist ihr Ein und Alles, sie hat ihn immer dabei», erklärt der Pflegefachmann. Behutsam hält die Frau das flauschige Knäuel im Arm und streicht über seinen Kopf. «Wer hat ihm nur den Mund zugenäht?», fragt sie uns besorgt. Es ist ihre Erklärung dafür, dass das Tier keinen Laut von sich gibt.

Später am Morgen treffe ich Andrea Ermler. Die Pflegeexpertin und Leiterin der Pflegeentwick-

Das neue Marthastift

Das für Demenz und psychogeriatrische Erkrankungen spezialisierte Pflegezentrum wurde 2016 an der Friedrich-Miescher-Strasse eröffnet und wird auf gemeinnütziger Basis von der «Stiftung Marthastift» getragen. Haus und Garten sind architektonisch auf die Bedürfnisse der Bewohner zugeschnitten. Zwei «Snoezelen»-Räume dienen den Bewohnerinnen und Bewohnern ausserdem zur Verbesserung der sensitiven Wahrnehmung und zugleich auch der Entspannung. In insgesamt neun Wohngruppen hat

lung spricht von der Ressourcenorientierung, mit der man im Wohnzentrum arbeite: «Wir möchten das erhalten, was noch vorhanden ist, und nicht die Leute daran erinnern, dass sie nicht mehr alles wissen.» Dennoch sei die Arbeit mit der Biografie der Bewohnerinnen und Bewohner für die Betreuung nötig.

Die Rolle der Angehörigen

Gemeinsam besuchen wir eine jüngere Bewohnerin in ihrem Zimmer. Es ist mit kleinen Figuren und Zeichnungen sehr persönlich eingerichtet. Es sind die Werke der Bewohnerin selber, einer Künstlerin. Auch im Heim verarbeitet sie ihre Demenzerkrankung kreativ. Sie hat einen Gedichtband geschrieben und liest uns daraus vor. Die Texte handeln von der Freiheit oder von Kindheitserinnerungen.

Ermler will sie darin unterstützen, ihr Leben so lange wie möglich beisammenzuhalten. Denn je mehr man über eine Person weiss, desto einfacher wird die Einordnung von Äusserungen oder eines Verhaltens, das nicht in den Kontext passt. Deshalb ist ein wichtiger Teil der Arbeit mit

es Platz für 107 Bewohnerinnen und Bewohner. Die sogenannte Pflegeoase bietet dabei Platz für sieben Bewohnerinnen und Bewohner. Sie ist an die Bedürfnisse der Menschen in weit fortgeschrittenen Stadien der Demenzerkrankung und der Pflegebedürftigkeit angepasst. Durchschnittlich leben die Bewohnerinnen und Bewohner des neuen Marthastifts 1,5 Jahre in der Institution, in der 130 Personen in den Bereichen Pflege und Betreuung, Aktivierung, Technik und Hotellerie arbeiten. (juk)

Demenzkranken jene an deren Biografie. Weil es laut Ermler oft schwierig ist, Informationen von Betroffenen zu erhalten, ist die Zusammenarbeit mit Angehörigen ein zentraler Aspekt bei der Betreuung von Menschen mit Demenz und psychogeriatrischen Erkrankungen.

Am Ende des Vormittags sehe ich einige der Bewohnerinnen und Bewohner wieder in der Bewegungsstunde. Und erfahre, wie wichtig Bewegung, das Ansprechen der verschiedenen Sinne und das Beisammensein in geselligem Rahmen sind. Nach einer knappen Stunde, in der wir Ball spielen, singen und tanzen, steuern wir zu dritt in Richtung Lift. Wir gehen Hand in Hand, ich in der Mitte, zu meiner Linken und Rechten je eine Frau in ihren Siebzigern. Ich soll die beiden wieder sicher in ihre Wohngruppen bringen. Von aussen betrachtet, fühle ich mich etwas seltsam mit zwei erwachsenen Frauen an der Hand. Aber hier fühlt es sich richtig an.

Hören Sie zum Thema auch unseren BaZ-Podcast Los emol unter www.bazonline.ch.

«Wir erleben sehr oft heitere Momente»

Frau Basler, mich hat überrascht, dass der Tagesablauf im neuen Marthastift sehr flexibel gestaltet wird.

Damit berücksichtigen wir, dass es für Menschen mit Demenz und psychogeriatrischen Erkrankungen schwierig ist, äussere Strukturen einzuhalten. Gleichzeitig ist die Gliederung des Tagesablaufs, etwa durch Essenszeiten oder Angebote der Alltagsgestaltung, als Orientierung enorm wichtig. Es muss Raum geben, auf den Moment einzugehen und auch mal Dinge auszuprobieren; allerdings arbeiten wir unter schwierigen administrativen Rahmenbedingungen. Für die Mitarbeitenden ist das eine anspruchsvolle Arbeit, bei der sie gleichzeitig die Fähigkeit mitbringen müssen, Struktur zu

geben und Autonomie zuzulassen. Im Umgang mit dementen Menschen ist eine wohlwollende Standhaftigkeit äusserst hilfreich.

Die kognitive Kommunikation mit Bewohnerinnen und Bewohnern ist teils schwierig. Wie erreichen Sie die Betroffenen?

Unser Haus wurde speziell für die Bedürfnisse von Demenzkranken erbaut. Nebst den baulichen Eigenheiten, die es ermöglichen, dass sich die Bewohnerinnen und Bewohner frei bewegen können, haben wir etwa ein Lichtkonzept, welches das Tag-Nacht-Verhältnis unterstützt, da Betroffene oft eine Tag-Nacht-Umkehr haben. Die beiden sogenannten «Snoezelen»-Räume sind mit Sitz- und Liegegelegen-

heiten sowie Duft- und Lichtquellen so eingerichtet, dass sie die verschiedenen Sinne ansprechen. Die Summe aller unserer Massnahmen hilft uns unter anderem dabei, die Zahl der Medikamente zu reduzieren, welche die Bewohnerinnen und Bewohner beim Einzug bei uns in teils grossen Mengen einnehmen.

Was ist der grösste Irrtum, den man von Ihrer Arbeit annehmen kann?

Dass sie nur bedrückend ist. Trotz der Schwere der Erkrankung unserer Bewohnerinnen und Bewohner und der Belastung für die Angehörigen erleben wir sehr oft heitere und ausgelassene Momente zusammen. (juk)

Monica Basler ist Geschäftsleiterin des neuen Marthastifts.