

«Ja nicht abkapseln!»

Am 19. April um 20.00 Uhr fand eine Podiumsdiskussion zum Thema «Wer pflegt, muss sich pflegen» im Ländliheim in der St. Alban-Vorstadt Basel statt. Der Verein «Palliative Care und christliche Verantwortung» hat diese Veranstaltung mit Vertreterinnen und Vertretern aus Pflege, Medizin und betroffenen Angehörigen vorbereitet. Moderation und Leitung des Abends übernahm Vorstandsmitglied Pfrn. Maria Zinsstag.

Der grosse Aufenthaltsraum füllte sich nicht nur mit auswärtigen Gästen, auch einzelne Altersheimbewohner und Bewohnerinnen und ihre Angehörige waren gekommen. Heimleiterin Sr. Beatrice Schweizer, die ebenfalls Mitglied des Vereins ist, begrüßte es, dass das Thema 'Demenz' in so vielfältiger Weise zur Sprache kommt. Sie hatte Herrn C. eingeladen, der seine an Demenz erkrankte Frau pflegte und durch das Ländliheim auch unterstützt wurde. Bevor er das Wort ergriff, hielt Dr. Roland Stettler, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, ein Kurzreferat. Fachkundig führte er in das Thema 'Demenz' aus medizinischer Sicht ein und stellte auch Wege der Diagnostik und Behandlung vor. Durch seinen Konsiliardienst in einem Alters- und Pflegeheim konnte Herr Stettler seine medizinischen Erläuterungen durch Praxisbeispiele ergänzen. Er betonte, dass es sehr wichtig sei, mit an Demenz erkrankten Menschen «im Gespräch» zu bleiben. Neben der nonverbalen Kommunikation sind auch Menschen mit fortgeschrittener Demenz oft auch fähig sich verbal zu artikulieren und auf ihre Situation und Lebensbereiche aufmerksam zu machen.

Herr C. beschrieb nach diesem Referat eindrücklich wie es ihm als Angehörigen und Pflegenden ergeht. Herr C. forderte die Anwesenden auf, sich Hilfe und Unterstützung zu suchen, denn der Einsatz rund um die Uhr sei nicht alleine zu bewältigen. «Es gibt in der Begleitung gute Zeiten, aber auch solche, die an die Substanz gehen», gerade, wenn es der Partnerin nicht gut gehe und das gemeinsame Gespräch nicht möglich sei. «Nur nicht abkapseln!», wir Pflegende brauchen auch Erholung und Zeiten ohne pflegerischem Einsatz. Er gehe gerne wandern, ins Fitness und treffe Kollegen. «Es hilft mir, wenn ich Kollegen treffe, die in einer ähnlichen Situation sind, da tut es gut, einfach einmal einen Kaffee zu trinken und auszutauschen.»

Helene Schaller, Pflegefachfrau bei der Spitex, schilderte wie sie versuche, auch für sich Erholungsräume zu schaffen. Auch sie in ihrem Beruf müsse bewusst Pausen einlegen, Unterstützung von Kolleginnen und Kollegen einbeziehen, damit sie Kraft und Achtsamkeit für ihre Pflegeeinsätze habe. Sie findet es wichtig, den zu pflegenden Menschen und ihre Angehörigen nicht allgemein nach ihrem Wohlergehen zu fragen, sondern eine konkrete offene Frage zu stellen: «Wie geht es Ihnen heute?»

Claude Egger, leitender Pflegefachmann in einem Altersheim, sprach die Zeit des Heimeintritts an. Obwohl dieser Wechsel vom eigenen Heim in ein Pflegeheim nicht einfach sei, erlebe er immer wieder, wie gerade Beziehungen neue Qualität erhalten. So könne der z.B. Ehemann seine Frau, die Tochter die Mutter wieder in anderer Weise wahrnehmen und schätzen lernen. Durch die Unterstützung im Heim, werden Angehörige und Freunde auch freigesetzt, sich stärker auf die Beziehungsebene zu konzentrieren. Dies sei oftmals leichter, da der Druck der täglichen Versorgung und Pflege nicht mehr im Vordergrund stehe.

Renate Karlin, Pflegefachfrau und Mitglied der Spitalleitung im Palliativzentrum Hildegard, unterstrich u.a. wie wichtig es ist, als Pflegende auch für sich selbst zu sorgen. Sie nahm in diesem Zusammenhang eine Begebenheit von der Palliative-Care Pionierin Cicely Saunders auf. Sie wurde einmal gefragt, wie man sich vor zu grosser Überforderung schützen könne. Cicely Saunders

erwiderte damals: «Man muss sehr gut wissen, wo die eigenen Kraftquellen sind.» Saunders hat ihre Antwort bewusst offen formuliert, obwohl sie engagierte Christin war. Sie wollte eine Antwort geben, die andere zum achtsamen Umgang mit sich selbst ermutigt, damit Pflege und Begleitung nicht Machwerk, sondern Haltung und Beziehungsgeschehen bleiben.

«Nur nicht abkapseln!» Die Pflege an Demenz erkrankte Menschen ist anspruchsvoll und oft schwierig, gerade für Angehörige. Herr C. hat mit seiner Lebensgeschichte Mut gemacht, Hilfe zu holen, von seinen Belastungen offen zu erzählen, Mitbetroffene als Gesprächspartner in Anspruch zu nehmen, den Kontakt zu Selbsthilfegruppen zu suchen und immer wieder auch selbst für Erholung und Ausgleich besorgt zu sein.

Eine rege Diskussion wurde im Anschluss an die verschiedenen Voten geführt. Dabei kamen Themenbereiche wie Kommunikation mit Demenzerkrankten, spezialisierte Spitex und Palliativdienste, die Bedeutung der Musik zu Sprache. Der Abend fand mit einem Apéro und guten Gesprächen seinen Ausklang.

Im Herbst werden uns die Fragen rund um die Demenz gleich an zwei Veranstaltungen beschäftigen. Am 16. Oktober wird Professor John Swinton aus Schottland, Pflegespezialist und Theologe und seit einigen Jahren Professor für Praktische Theologie an der Universität in Aberdeen, über Demenz aus theologischer Sicht sprechen («Living in the Memory of God») Die Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit der theologischen Fakultät statt. Am 31. Oktober wird der Leiter der Memory Klinik Basel zusammen mit der Seelsorgerin Lea Schwyer über sinnvolle und stärkende Begleitung bei Demenzerkrankungen sprechen. Der zweite Herbstabend findet im Meierhof Riehen statt.