

## Wenn Erinnerungen verschwimmen

In Bayern leben 270 000 Menschen mit einer **Demenz**. Viele werden von Angehörigen gepflegt – und die müssen damit umgehen lernen, dass sich geliebte Menschen verändern. So wie Theodor und Hildburg Müller in Schwarzenbruck.

Von Sara Rahnenführer

Sie runzelt die Stirn, zieht die Augenbrauen zusammen, ihr Blick ist angestrengt. Dann schaut sie zu ihrem Mann, Theodor Müller, der mit ihr am Esstisch im Wohnzimmer im mittelfränkischen Schwarzenbruck sitzt. Von einer Hängelampe strahlt heimeliges Licht auf sie herunter. Seit drei Jahren reagiert Hildburg Müller häufig so, wenn ihr Fragen gestellt werden. Ihr offenes Gesicht mit den tief liegenden blauen Augen wandelt sich dann, sie schaut fragend, verunsichert.

Die 83-jährige ehemalige Lehrerin ist an vaskulärer **Demenz** erkrankt. Eine plötzliche Hirnblutung beim Frühstück, dann Krankenhaus, drei Monate Reha und nichts war mehr wie früher. „Seit zwei Jahren leben wir im Betreuten Wohnen“, sagt ihr Mann Theodor Müller, der seither für sie sorgt. „Es fühlt sich bedrückend an“, sagt sie in einem lichten Moment. „Am meisten macht mir ihre depressive Phase zu schaffen“, fügt er hinzu.

So wie Hildburg und Theodor Müller geht es immer mehr Menschen in Deutschland. Die Bevölkerung wird älter und damit steigt auch das Risiko an **Demenz** zu erkranken. In Bayern ist ein Fünftel der Bevölkerung 65 Jahre alt oder älter. 270 000 **Demenz**erkrankte zählte der bayerische Gesundheitsreport im Jahr 2022 – Tendenz steigend. In sechs Jahren werden es 300 000 Menschen sein. Schätzungen zufolge werden 75 Prozent aller Pflegebedürftigen in Bayern zu Hause gepflegt und betreut, meistens von Angehörigen.

Auch Theodor Müller entschied sich dazu, seine Frau zu betreuen und zu pflegen. „Wir kennen uns seit 60 Jahren, sind seit 58 Jahren verheiratet und da macht man einfach gemeinsam weiter“, sagt Müller. Nur, dass er sich jetzt eben um alles kümmere. „Ich helfe ihr beim Anziehen, bei der Körperpflege, bereite das Essen zu“, sagt der 84-Jährige. Selten bittet der ehemali-

ge Schuldirektor eine der Schwestern im Betreuten Wohnen um Unterstützung.

Wie viel Hilfe die **Demenz**erkrankten benötigen und wie die Erkrankung verläuft, schwankt stark von Person zu Person. Drei **Demenz**formen kommen besonders häufig vor: Alzheimer, die vaskuläre **Demenz** und die frontotemporale **Demenz**. Zwischen 60 und 80 Prozent der Erkrankten haben Alzheimer, die vaskuläre **Demenz** macht rund 20 Prozent aus.

„Alzheimer verläuft schleichend und wird meistens erst spät diagnostiziert“, sagt Jens Benninghoff, Chefarzt am Zentrum für Altersmedizin und Entwicklungsstörungen der Kliniken des Bezirks Oberbayern. Dabei könnten bereits Jahrzehnte vor den ersten funktionalen Störungen spezifische Eiweiße im Nervenwasser auf die Erkrankung hindeuten. Häufig wollten die Erkrankten Hinweise jedoch nicht sehen oder überspielen sie. „Ich hab’ oft den Eindruck, dass die Leute genau wissen was mit ihnen los ist“, sagt Benninghoff. Seltener **Demenz**formen, wie die frontotemporale **Demenz**, die den Frontallappen des Gehirns betreffe, treten bei Menschen zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr auf. „Bei dieser **Demenz**form verhalten sich die Erkrankten auffällig und nehmen andere Persönlichkeitszüge an“, sagt Benninghoff.

Hildburg Müller benötigt vor allem Hilfe bei alltäglichen Aufgaben. Alleine zu Hause bleiben könne sie nicht, das verunsichere sie, sagt ihr Mann. Sie werde dann schnell orientierungslos und irre im Korridor herum. „Wir machen alles im Doppelpack“, sagt Theodor Müller. Zeit für sich selbst hat er nicht. Die sozialen Kontakte, besonders zu Freunden, brechen immer mehr weg. Das ist belastend für beide, denn das Paar war immer umtriebig.

„Für Angehörige von **Demenz**erkrankten ist der Austausch mit anderen Angehörigen sehr hilfreich“, sagt die Neuropsychologin Sarah Straub. Sie berät Angehörige

und Betroffene unter anderem in einer Online-Sprechstunde über den **Verein Desideria** und kennt ihre Sorgen. Ein regelmäßiger Austausch für Angehörige ist beispielsweise über die Fachstellen für Pflegenden Angehörige möglich. 110 Fachstellen sind quer über den Freistaat verteilt. „Es macht schon einen großen Unterschied, ob man sich mit Menschen austauscht, die in derselben Situation stecken, oder nicht“, sagt Theodor Müller. Er selbst habe es jedoch bisher nur einmal geschafft, an einem Treffen teilzunehmen. „Ich möchte nicht, dass sich meine Frau abgeschoben fühlt“, sagt er.

Für viele Angehörige sind nicht nur die Tätigkeiten, die sie für die Erkrankten übernehmen eine Belastung, sondern auch deren Gemütszustände. Aggressives Verhalten könne sowohl eine Begleiter-

scheinung von Alzheimer als auch von frontotemporaler **Demenz** sein. „Es ist immer auch davon abhängig, welches Gehirnareal betroffen ist“, sagt Benninghoff. Mit der Schädigung des Frontallappens kann eine geminderte Empathiefähigkeit einhergehen und die sozialen Fähigkeiten sind eingeschränkt. Erkrankte können dann schneller gereizt und sogar aggressiv werden. Das geschehe aber nicht aus dem Nichts. „**Demenz**erkrankte werden aggressiv, weil sie keinen anderen Weg finden, ihre Bedürfnisse zu kommunizieren“, sagt Straub. Etwa wenn sie sich unverstanden, unsicher oder verängstigt fühlen.

Bei Theodor Müllers Frau führt der zunehmende Autonomieverlust eher zu depressiven Verstimmungen. „Es ist aber wichtig, eine Depression von einer **Demenz** klar abzugrenzen“, sagt Benninghoff. **Demenz**erkrankte seien vielmehr „ratlos“ als depressiv. Die biochemischen Vorgänge im Gehirn sind sich ähnlich, bei beiden Erkrankungen werden Botenstoffe im Gehirn abgebaut.

Hildburg Müller war immer eine sehr aktive Frau, wie ihr Mann sagt. Beide hat-

ten sie Führungspositionen im sozialen Bereich, waren in der Kirchengemeinde engagiert. Das Betreute Wohnen der Diakonie, in dem sie jetzt leben, hat seine Frau, damals im Kirchenvorstand, in den 2000er-Jahren selbst mit konzipiert. Er versuche daher so gut es geht, weiterhin mit seiner Frau unter Leute zu kommen. Jeden Sonntag besuchten sie den Gottesdienst und er lese jeden Mittwoch im Betreuten Wohnen vor. Zurzeit Michael Endes *Momo*.

„Um nicht in Agonie zu verfallen, brauchen die Betroffenen ein Gefühl der Selbstwirksamkeit“, sagt Benninghoff. Einfache Tätigkeiten, wie über eine Wiese zu gehen und Blumen anzufassen oder sogar eine Blume einzupflanzen seien förderlich. Im Vordergrund müsse stehen, was sie noch können und nicht, was ihnen schwerfällt.

Hildburg Müller schwankt in Erzählungen von ihrer Tätigkeit in einem Obdachlosenheim hin zu Erinnerungen an ihre Mutter. „Meine Mutter kam aus dem Ruhrpott“, sagt sie dann. „Deine Mutter ist doch Münchenerin“, sagt Theodor Müller und wirft ihr einen prüfenden Blick zu. Da ist sie wieder, die **Demenz**, Erinnerungen verschwimmen, werden durchlässig, unscharf. Hildburg Müller schaut plötzlich verunsichert, streicht sich in schnellen Bewegungen über die Oberschenkel und ergänzt: „Ja, sie hat im Ruhrpott gelebt, aber sie ist in München geboren“.

Was bei Kommunikationsschwierigkeiten hilft: kurze klare Sätze und dem Gegenüber mit Respekt zu begegnen. Den Erkrankten dürfe nicht ihre Autonomie abgesprochen werden und es nütze nichts, ihnen ständig zu sagen, was sie falsch machen oder falsch verstünden, sagt Benninghoff. Ein Blick auf die Biografie der sei auch wichtig, da sich je nach Prägung und Erfahrungen erkennen lasse, in welchen Situationen sie sich sicher fühlten und in welchen nicht.

Sich selbst vergessen dürften Angehörige bei all der Fürsorge jedoch nicht. Abgrenzung ist ein wichtiges Thema. „Ich rate allen Angehörigen, in schwierigen Situationen auch einfach mal den Raum zu verlassen“, sagt Straub. Am Klinikum Nürnberg wird seit Kurzem die Perspektive der Angehörigen besonders betrachtet. In einer neuen Studie werden Deeskalationstrainings für Angehörige von **Demenzkranken** entwickelt. Langfristig soll das auch das Sprechen über die Schwierigkeiten im Umgang mit **Demenzkranken** erleichtern, auch über das Tabuthema Aggression.

Grundlegend sei es wichtig, ein verlässliches Netzwerk aufzubauen, sodass die Versorgung nicht an einzelnen Angehörigen hängen bleibt. „Es reicht schon, stundenweise Betreuungskräfte in den Alltag zu integrieren“, sagt Straub. Aber auch die

Entscheidung für ein Pflegeheim sei legitim. Zu oft würden sich pflegende Angehörige übernehmen und ihre Belastungsgrenzen überschreiten. Für Theodor Müller ist der erste Schritt der Entlastung das Mittagessen im Betreuten Wohnen. „Ich habe uns jetzt an drei Tagen die Woche angemeldet“, sagt er.

Bisweilen gibt es lichte Momente, die alles wieder leichter erscheinen lassen. Wenn Theodor Müller über ihre gemeinsamen Erlebnisse spricht, ihre Arbeit in den sozialen Einrichtungen, an der Sonderschule mit „unseren Kindern“ – dann hakt Hildburg Müller ein: „Ja, ich habe viel gelernt“, sagt sie und beide lächeln sich zu.

Vom 20. bis 29. September findet die bayerische **Demenzwoche** statt. Sowohl für Angehörige als auch für Betroffene gibt es zahlreiche Angebote und Workshops von Fachstellen und Sozialverbänden, in denen über die Erkrankung informiert wird. Informationen unter [www.demenzwoche.bayern.de](http://www.demenzwoche.bayern.de)

**So lange zusammen –**

**„da macht man**

**gemeinsam weiter“**

**Angehörige dürfen**

**sich bei der Fürsorge**

**nicht selbst vergessen**



*Theodor und Hildburg Müller leben gemeinsam im Betreuten Wohnen. Er hilft ihr beim Anziehen, bei der Körperpflege, er macht das Essen. Viel Zeit für ihn selbst bleibt da nicht mehr und die sozialen Kontakte werden weniger. So geht es vielen pflegenden Angehörigen.*

FOTO: SARA RAHNENFÜHRER

# Süddeutsche Zeitung

**Publikation** Süddeutsche Zeitung München PMO Neueste Nachrichten  
**Ausgabe** 21.09.2024  
**Seite** 70  
**Abo-Nr** 126167  
**Treffer-Nr** 3661552  
**Suchbegriff** Desideria Care

**Autor\*in** Sara Rahnenführer  
**Ressort** Lokales  
**Verlag** Süddeutsche Zeitung GmbH  
**Medientyp** Regional mit Vollredaktion  
**Branche** Nicht branchenspezifisch  
**Bundesland** Bayern

**Reichweite** 51504  
**Verbreitet** 14297  
**Verkauft** 13969  
**Gedruckt** 9358  
**AÄW/€** 8477.30  
**Erscheint** täglich

Publikation	verkauft	verbreitet	gedruckt	Reichweite Mio	Medien-Nr
ü Süddeutsche Zeitung München PMO Neueste Nachrichten	13969	14297	9358	0.051504	1143
Süddeutsche Zeitung Ebersberg	4611	4892	3737	0.017623	1712
Süddeutsche Zeitung Erding	1872	2231	1866	0.008037	11025
Süddeutsche Zeitung Freising	3008	3181	2572	0.011459	4739
Süddeutsche Zeitung Fürstenfeldbruck	6745	7230	5718	0.026045	1710
Süddeutsche Zeitung München PLN Neueste Nachrichten	3234	3419	2768	0.012316	99556
Süddeutsche Zeitung München PLS Neueste Nachrichten	9740	10146	8351	0.03655	99554
Süddeutsche Zeitung München PLW Neueste Nachrichten	13969	14297	9358	0.051504	99555
Süddeutsche Zeitung Dachau	2879	3138	2410	0.011304	9916
Süddeutsche Zeitung Starnberg	7393	8031	6561	0.028931	1711
Süddeutsche Zeitung Wolfratshausen	3105	3252	2732	0.011715	11029
1 Ausgabe/n mit der Meldung					
11 gelesene Ausgaben in der Gruppe					
Summen der Meldung	13969	14297	9358	0.051504	

© Copyright des Artikels liegt beim Verlag