

Alzheimerdemenz und Lebensfreude

„Ich weiss zwar nicht, wer Sie sind, **aber ich war noch nie so glücklich.**“

„Ich habe mich sozusagen selbst verloren“, so äusserte sich Auguste Deter, an deren Beispiel der Arzt Alois Alzheimer Demenz zum ersten Mal beschrieb. Ist es möglich, diese Erkrankung im Zusammenhang mit Lebensfreude zu denken, oder ist dies vermessen, ja sogar zynisch?

Betrachtet man die Schlangen, die sich Anfang 2015 an den Kinokassen bildeten, stellt man fest: Der Versuch, der Demenz auch etwas Fröhliches abzugewinnen, ist zumindest massentauglich. Cliques von Jugendlichen, Kinder mit ihren Grosseltern und Seniorengruppen füllten die Kinosäle. Sie schmunzelten darüber, wie Didi Hallervorden im Film **„Honig im Kopf“** als dementer Opa einen Faux-Pas nach dem anderen begeht. Hallervordens schauspielerische Leistung berührt, reicht weit über die Blödeleien hinaus, für die er bekannt wurde. Dies ist an den Stellen der Fall, an denen er eine abgrundtiefe Kluft spürbar werden lässt: Die Kinozuschauer schütten sich zwar aus vor Lachen, wenn der demente Alte bei dem Versuch, sich in der Küche nützlich zu machen, beinahe das Haus abfackelt, und sich von keinen gesellschaftlichen Konventionen mehr einschränken lässt. Der Demenzbetroffene selbst ist von solchen Zwischenfällen jedoch irritiert bis erschreckt, am Ende verzweifelt.

Können Alzheimerdemenz und Lebensfreude

also nur da miteinander in Verbindung gebracht werden, wo es um Slapstick geht? Sieht man sich das Verhältnis der Enkelin zu ihrem dementen Grossvater im Film näher an, so stösst man auf eine andere Spur. Die kleine Tilda fühlt sich ihrem Opa umso näher, je weniger er der kluge und honorige Arzt ist, der er sein Leben lang war. Die beiden finden umso mehr zueinander, je mehr der demente Mann Emotionen zeigt. Sie ermöglichen eine vorher nie gekannte Nähe zwischen den Familienmitgliedern. Dies führt dazu, dass Enkelin und Grossvater genussvolle Augenblicke und Zeiten der geteilten Lebensfreude miteinander erleben.

Der Film „Still Alice“ mit Julianne Moore in der Hauptrolle machte zur selben Zeit wie „Honig im Kopf“ im Kino Furore. Moore wurde für ihre Rolle ein Oscar verliehen. Ähnliche Spuren wie in der Hallervorden-Komödie finden sich auch im Film „Still Alice“. Moore spielt hier eine weltweit angesehene Professorin für Sprachwissenschaft, die mit 50 Jahren an Frühdemenz erkrankt. Sie kämpft verzweifelt und mit eiserner Disziplin gegen den Verlust ihrer Intellektualität, ihres beruflichen Standings und ihres Status. Als sie diesen Kampf verliert, verliert sie

auch ihren Ehemann. Der ist ebenso karriereorientiert, wie sie selbst es immer war. Er erträgt es nicht, den geistigen Abbau seiner Frau mit anzusehen. Und ausgerechnet diejenige Tochter zieht zur kranken Mutter, die als schwarzes Schaf der Familie keinen akademischen Beruf anstrebt. Sie schlägt sich stattdessen als Schauspielerin einer kleinen alternativen Bühne durch. In der Zeit ihres Professorinnendaseins erschöpft sich der Kontakt der Mutter zur Tochter in Umerziehungs- und Erpressungsversuchen. Durch sie versucht die Mutter, die Tochter auf den rechten, den gutbürgerlichen, Weg zu bringen.

Als die Professorin aus ihrer akademischen Welt herausfällt, ist auf einmal Platz für eine Vielfalt von bisher unterdrückten Emotionen und Themen zwischen Mutter und Tochter. Am Ende des Films liest die junge Schauspielerin ihrer Mutter aus einem Bühnenstück vor. Diese, einst eine berühmte Sprachwissenschaftlerin, kann den Inhalt intellektuell jedoch nicht mehr erfassen. Am Ende ihrer Kräfte fasst sie den anspruchsvollen Gehalt des Stücks in den Satz zusammen „Es geht um Liebe“.

Mehr als die „Pest-Erkrankung des 21. Jahrhunderts“

Als ich inspiriert von dieser filmischen Spurensuche beginne, mich mit pflegenden Angehörigen zu unterhalten, stosse ich auf erstaunliche Erlebnisse und Erkenntnisse. Sie weisen über den Schrecken von Alzheimerdemenz als der „Pest-Erkrankung des 21. Jahrhunderts“ (Premierminister David Cameron) hinaus. Bei meinen Gesprächen lerne ich auch Helene kennen. Wie ein Fels in der Brandung steht sie in ihrem Marktstand auf dem quirligen Ostermarkt in Innsbruck. Umgeben ist sie von vielen hundert Stempeln, mit denen sie Bildergeschichten für die Marktbesucher auf Papier druckt und dazu erzählt. Seit 15 Jahren bereits pflegt Helene ihre demente Mutter. Sie schildert diese Zeit so: „Einige Jahre lang hat meine Mutter mich für ihre jüngere Schwester gehalten. Ich habe nicht versucht, sie vom Gegenteil zu überzeugen, sondern ich habe als ihre jüngere Schwester gelebt. Und sie hat es genossen, endlich eine jüngere Schwester an ihrer Seite zu haben. Irgendwann hat mich meine Mutter gar nicht mehr erkannt und zu mir gesagt:

„Ich weiss zwar nicht, wer Sie sind, aber ich war noch nie so glücklich.“

Auch das hat Helene akzeptiert und als Unbekannte gelebt, mit der die Mutter so glücklich ist wie nie zuvor in ihrem Leben. Mit Schrecken

erinnert sich Helene an eine Situation, in der vor ihren Augen für einen Mann die Welt zusammenbrach. Dessen Mutter erkannte ihn nicht mehr wieder. Helene erzählt: „Der Mann hat geweint, ist seiner Mutter um den Hals gefallen und hat immer wieder verzweifelt gerufen: ‚Ich bin es doch, dein Sohn, erkennst du mich denn nicht mehr?!‘ Das hat die alte Frau total verwirrt und erschreckt, sie konnte nicht verstehen, was das Problem war.“ Da müsse man auch mal von den eigenen Befindlichkeiten absehen, kommentiert Helene, ohne dass sie dabei die belastenden Aspekte der Alzheimerdemenz glorifiziert. Im Übrigen freut sich Helene darüber, dass ihre Mutter sich zum ersten Mal im Leben keine Sorgen mehr darüber macht, was andere über sie denken: „Wenn ihr heute jemand nicht sympathisch ist, sagt sie: ‚Sie gefallen mir nicht. Also lassen wir das lieber.‘ So etwas hat sie sich früher nie getraut.“

Es könnte sich für Angehörige also möglicherweise lohnen, das Beharren auf eigene eingefahrene Rollen aufzugeben, wenn demenzbetroffene Verwandte ihre alten Rollen nicht mehr ausfüllen können. Es könnte sich lohnen, nicht krampfhaft an der eigenen Identität zu hängen. Es könnte sich lohnen, statt der Entfremdung, die die Erkrankung mit sich bringt, die Möglichkeiten der Annäherung und Intimität in den Mittelpunkt zu stellen. Der Lohn für beide Seiten:

Geteilte Momente der Lebensfreude.

Text von Dr. Birgit Huber (erschieden in frauenZEIT, 23.4.2015, S. 8 und 9), Kulturwissenschaftlerin, Yogalehrerin mit abgeschlossener Ausbildung beim „Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland BDY“/ „European Yoga Union EYU“ und Mitglied im „Berufsverband der Yogalehrenden in Österreich – BYO“. Birgit Huber unterrichtet seit 2006 Yoga und hat eine Reihe von zertifizierten Aus- und Weiterbildungen in den Bereichen „Adapted Yoga“/Yoga für Menschen mit speziellen Bedürfnissen“, „Yoga für Senioren“ und „Bewegung mit dementen Menschen und ihren Angehörigen“ absolviert. Sie ist „Übungsleiterin Rollator-Training“ des Deutschen Turner-Bundes und Trainerin für das Sturzpräventionsprogramm "Otago"/"Later Life Training". Zudem ist sie Validationsanwenderin nach Naomi Feil Level 1 mit Ausbildung im Ausbildungszentrum des Österreichischen Roten Kreuzes in Wien;

u.a. tätig als Referentin für **Demenz Liechtenstein** zu folgenden Themen:

Kommunikation mit Menschen mit Demenz

Bewegung mit Menschen mit Demenz

Gedächtnistraining für Menschen mit Demenz

Yoga für Menschen mit besonderen Bedürfnissen

Eine achtsame und zuneigungsvolle Verbindung zwischen pflegenden Angehörigen und Demenzbetroffenen lässt sich auch durch sanfte Atem- und Partnerübungen aus dem Yoga unterstützen und pflegen. Nähere Auskünfte dazu erhalten Sie via info@laendleyoga.eu

Aktuelle Vortrags- und Kurs-Angebote auf www.demenz.li