

010710

ALZHEIMER

Kraft der Illusion

Die Niederländer leisten wieder einmal Pionierarbeit: Bei Amsterdam ist ein komplettes Dorf für Demenzkranke errichtet worden. Patienten können sich auf dem gesamten Areal frei bewegen. Die Folge: Sie sind ruhiger, haben weniger Angst, rufen seltener nach Hilfe.

■ VON KERSTIN SCHWEIGHÖFER

Sie hat frisches Obst vom Markt mitgebracht. Und den Hund. „Der ist immer mit dabei!“, erklärt Josefine van der Pek. Lächelnd schaut die 80-jährige Dame zu, wie es sich die undefinierbare kleine Promenadenmischung auf dem Schoß ihres Mannes bequem macht. Der sitzt in einem großen Plüschsessel mitten im Wohnzimmer und strahlt vor Freude, während er dem Haustier immer wieder über den Kopf streicht. „Es geht meinem Mann gut hier“, erzählt die rüstige Amsterdamerin. Allein habe sie es einfach nicht mehr geschafft: „Er lief mir dauernd weg, ich hatte keine ruhige Minute mehr“, sagt sie fast entschuldigend.

Pieter van der Pek hat Alzheimer. Seit Ende 2007 lebt der heute 81-Jährige im Pflegeheim „Hogewey“ östlich von Amsterdam in Weesp. Bis vor kurzem waren die 140 Patienten in einem Hochhauskomplex untergebracht. Doch inzwischen sind alle in das neue Alzheimerviertel umgezogen: ein komplettes Dorf mit Straßen, Gärten und einem Dorfplatz mit Boule-Bahn. Selbst Supermarkt, Theater, Friseur und Schönheitssalon fehlen nicht. Auch einen Hausarzt gibt es und eine Praxis für Physiotherapie.

Hogewey gilt als das innovativste Pflegeheim, das die Niederlande Alzheimerpatienten zu bieten haben. Nicht umsonst hat ihm die niederländische Alzheimerstiftung das Prädikat „vorbildlich“ verliehen: „Eine prächtige Initiative, die hoffentlich viele Nachahmer findet!“, lobt Sprecherin Julie Meerveld. Denn die Bewohner von Hogewey können weitgehend so weiterleben wie früher in ihren eigenen vier Wänden. Das liegt nicht nur daran, dass sie in kleinen Häusern mit maximal sechs Bewohnern untergebracht sind. In dieser Wohngemeinschaft kann, wer will, weiterhin kochen, im Garten Unkraut jäten oder handwerkeln. Auch liegt es nicht nur daran, dass sich die 23 Häuschen und Wohneinheiten zusammen mit Läden, Cafés und Restaurants zu einem ganz normalen Straßenbild zusammenfügen.

Hogewey geht noch einen Schritt weiter: Hier können Alzheimerpatienten zusammen mit ihren Angehörigen sogar aus sieben verschiedenen Lebensstilen wählen. Damit bestimmen sie den Tagesablauf, das Essen, die Einrichtung, ja selbst die Musik, die gehört wird. „Wir haben uns für den christlichen Stil entschieden“, erklärt Josefine van der Pek und deutet auf das Kreuz über der Tür und die Psalmensprüche an den Wänden. „Es ist nicht so, dass wir jeden Sonntag in die Kirche gehen.“ Aber, so betont die alte Frau: „Das passte am besten zu meinem Mann. Hier kann ich ihn ohne schlechtes Gewissen zurücklassen und auch mal in die Ferien fahren.“ Genau darum geht es, bestätigt Sprecherin Isabel van Zuthem: „Wir bieten den Menschen ein Heim mit optimaler Versorgung und medizinischer Hilfe, wobei sie möglichst wenig von ihrem früheren Leben aufgeben müssen und weiterhin in einer für sie vertrauten Umgebung leben können.“

Die sieben verschiedenen Lebensstile wurden von einem Meinungsforschungsinstitut anhand einer Analyse der niederländischen Gesellschaft entwickelt: Neben dem christlichen gibt es den kulturellen Lebensstil für alle, die im Laufe ihres Lebens viel Wert auf Kunst und Kultur gelegt haben: In diesen Wohnungen stehen viele Bücher und ein Klavier, die Bewohner sind Mitglied im Mozart-Verein, gehen regelmäßig ins Theater und besuchen Museen und Konzerte.



GESELLIGE RUNDE: Früher saßen die Patienten in anonymen Heimen, hier treffen sie sich zum Spiel auf dem Dorfplatz. Unten: Die Wohnungen im Alzheimer-Viertel sind in sieben Stilrichtungen gestaltet.

Fotos: Vivium.nl

Ausflug ins Café um die Ecke

Stadtmenschen aus Kleine-Leute-Vierteln wie dem Amsterdamer Jordaan hingegen wählen die volkstümliche Variante mit Wohnungen im ersten Stock: Sie gehen oft ins Café um die Ecke oder „Pannenkoek“ essen, spielen Karten und sind Mitglied der Oranje-Vereinigung, um das Königshaus in Ehren zu halten.



Der „Häusliche Stil“ wurde für alle entwickelt, die das Leben in der Stadt nicht gewohnt sind und mehr Wert auf Ruhe legen, es aber ebenfalls traditionell mögen mit viel Eichenmöbeln und den für Holland so typischen kleinen Teppichen auf den Tischen. Wohlhabende Patienten aus der „Upper Class“ können auf gewohnten Luxus zurückgreifen mit Teekränzchen und Kronleuchtern. Auch ehemalige Handwerker und Arbeiter haben ihren eigenen Stil. Und selbst an Niederländer, die lange in der ehemaligen Kolonie Indonesien gelebt haben, und an indonesische Immigranten wurde gedacht: Für sie gibt's die indonesische Variante.

„Die könnte allerdings schon bald verschwinden und durch eine muslimische ersetzt werden“, prophezeit Isabel van Zuthem. Bislang habe die Muslimgemeinschaft in den Niederlanden zwar noch keinen Bedarf, da sie selbst für alte und kranke Familienangehörige Sorge: „Aber das könnte sich ändern: Immer mehr muslimische Frauen fangen an zu arbeiten“, erklärt van Zuthem und steuert auf die nächste Haustür zu, um zu klingeln: „Auch das gehört dazu, wir platzen nirgendwo einfach so rein.“

Oft ist der entsprechende Stil den Häusern schon von außen anzusehen: Im indonesischen Vorgarten plätschert ein Brunnen mit einem steinernen Buddha zwischen Vogelfiguren. Es duftet nach exotischen Kräutern und Reis; aus den Lautsprechern der Stereoanlage perlen asiatische Klänge. Die Kissen auf den dunklen Holzmöbeln sind genauso knallbunt wie die Saris der beiden alten Damen, die den blühenden Orchideen auf der Fensterbank gerade Wasser geben.

Gleich gegenüber bei den Handwerkern und Arbeitern hängen Wäscheklammern an der Leine, die Milchflaschen stehen vor der Tür, weiter hinten im Garten steht ein selbst gezimmelter Kaninchenstall, daneben eine über und über mit Farbleckschen bespritzte Leiter. „Eet smakelijk!“, ruft Isabel und wünscht allen einen guten Appetit, denn die sechs Bewohner sind beim Mittagessen. Es ist zwar erst zwölf Uhr, aber das Frühstück liegt weit zurück: „Hier sind alle Frühaufsteher, das haben sie ihr Leben lang so gemacht“, erklärt Betreuerin Cora Jansen.

In der Upper Class und bei den „Kulturleuten“ sei das ganz anders: „Die bleiben schon mal bis nach neun Uhr liegen.“ Bei den Handwerkern und Arbeitern brauche sie auch keinen Rotwein auf den Tisch zu stellen: „Da wird Bier getrunken.“ Und statt High Tea mit Häppchen gibt es „Andijvie-stamppot“, ein urholländisches Gericht aus Kartoffelbrei mit untergerührtem Endiviensalat.

Hogewey schenkt seinen Bewohnern die Illusion der völligen Bewegungsfreiheit. Verlassen können sie das Viertel zwar nicht, aber sich draußen auf der Straße unter die Leute mischen. Dabei handelt es sich auch um Menschen aus der Umgebung: Die können das Viertel nach Belieben betreten und wieder verlassen, um einzukaufen, die Restaurants zu besuchen oder ins Theater zu gehen.

Betreuer tragen keine Kittel

Die Betreuer, die sich um jeweils eine Wohneinheit kümmern, tragen keine weißen Kittel. Nichts soll an ein Leben im Heim erinnern. „Versorgung und Pflege spielen sich unsichtbar hinter den Kulissen ab“, so Sprecherin van Zuthem. „Auf der Bühne hat das scheinbar normale Alltagsleben die Hauptrolle.“ Eine Illusion – mit großem Effekt: „Wir merken es sofort am Gemütszustand unserer Patienten: Sie sind viel ruhiger als vorher im Hochhaus“, erzählt van Zuthem. „Sie haben auch weniger Angst, rufen weniger um Hilfe. Und sie fühlen sich nicht mehr eingeschlossen.“ Die Kosten werden so wie für andere Pflegeheime mit der Pflegepflichtversicherung bestritten. Für Extras wie Ausflüge oder Vereinsmitgliedschaften muss zusätzlich bezahlt werden.

Doch so wohl sich die Patienten in Hogewey auch fühlen mögen: Den Zeitpunkt der Aufnahme versuchen die meisten Angehörigen so weit wie möglich hinauszuzögern. Dabei werden sie nicht alleingelassen, sondern finden Unterstützung im sogenannten Alzheimercafé: Zu dieser Veranstaltung treffen sich Angehörige von Alzheimerpatienten, Ärzte, Pfleger und Sozialarbeiter sowie die Alzheimerpatienten selbst – stets an leicht zugänglichen Orten wie Bürgerzentren oder Seniorenheimen, nie in Alzheimerpflegeheimen selbst.

Denn die Hemmschwelle soll niedrig sein: „Für viele ist die Krankheit immer noch ein Tabu“, weiß Mitorganisatorin Corrie Wassenaar vom Alzheimercafé im Badeort Katwijk. Die resolute Holländerin legt am Eingang des Seniorenheims Salem gerade Infobroschüren für das nächste Treffen bereit, das in zehn Minuten beginnen soll – wie immer an jedem zweiten Mittwoch im Monat.

Salem liegt gleich hinter den Nordseedünen. Aus dem Aufenthaltsraum klingt gemütliche Musik. An kleinen Tischen sitzen Jung und Alt angeregt plaudernd und – wie es in den Niederlanden nach dem Abendessen üblich ist – bei einem Kopje Koffie. Es hat etwas von einem geselligen Kegelklubtreffen. „Wir benutzen absichtlich das Wort Café, denn alles soll in ungezwungener Atmosphäre stattfinden“, erklärt Corrie Wassenaar. „Bei Musik und Kaffee versuchen wir, Tabus rund um

Alzheimer zu brechen und offen über die Krankheit zu sprechen.“ Organisiert wird die Veranstaltung von den jeweiligen Kommunen zusammen mit den Pflegeinstanzen. Das erste Alzheimercafé fand vor 13 Jahren statt, inzwischen gibt es sie in 170 Gemeinden, wie ein Netz über das ganze Land verteilt.

Auch Ans Haasnoot hat auf diese Weise viel Unterstützung gefunden: „Man lernt so viel hier, die Gespräche haben mir enorm geholfen“, erzählt die 78-Jährige, die sich in Salem gerade an einem der Tische niedergelassen hat. Neben ihr sitzt ihr Mann. 93 Jahre ist er alt und seit vier Jahren dement: „Wir sitzen alle im selben Boot“, erklärt seine Frau. „Hier brauche ich nichts lange umständlich zu erklären. Jeder versteht jeden sofort und begreift, was es bedeutet, mit einem Alzheimerpatienten zu leben, der 24 Stunden lang betreut werden muss.“

Viele Patienten sträuben sich anfangs, mitzukommen, weil sie sich weigern, die Krankheit zu akzeptieren. „Aber mein Mann war von Anfang an mit dabei“, erzählt Ans Haasnoot und schenkt ihm ein Kopje Koffie ein. „Inzwischen kann ich leicht darüber reden“, seufzt sie. Doch anfangs, nach der Diagnose, habe sie nur eines getan: „Weinen, weinen, weinen.“

Gastredner an diesem Abend ist der pensionierte Katwijker Hausarzt Jaap Timmers. In seiner Praxis hat er immer wieder erlebt, dass die Angehörigen einen Alzheimerpatienten wie ein kleines Kind behandeln und sogar für ihn antworten. „Völlig falsch“, sagt Doktor Timmers: „Man darf dem Patienten nicht seine Würde nehmen, was er braucht, ist Ruhe und Struktur.“ Ebenso unangebracht sei es deshalb, sich irritiert zu zeigen und den Patienten unter Druck zu setzen – etwa unter dem Motto: „Papa, stell dich nicht so an. Du wirst ja wohl noch wissen, ob du über oder unter 70 Jahre alt bist.“

Überall regelmäßige Infos

Rusdie und Meschid Sauri haben andächtig zugehört. Die beiden Brüder sind zum ersten Mal hier, bei ihrer Mutter wurde gerade Alzheimer diagnostiziert: „Dabei ist sie erst 59 Jahre alt.“ Entsetzen und Hilflosigkeit sind groß: „Hoffentlich können uns andere Menschen helfen, damit umzugehen“, meint der 24-jährige Rusdie. „Es ist so schwer, mitanzusehen, wie ein geliebter Mensch sich verändert und seine Unabhängigkeit verliert.“ Die Mutter selbst ist nicht dabei, sie hat sich geweigert mitzukommen: „Mama will es einfach noch nicht wahrhaben.“ Auch über den nächsten Schritt, die Aufnahme ins Heim, werden die Teilnehmer der Alzheimercafés regelmäßig ausführlich informiert. Die Brüder Sauri können sich das noch nicht vorstellen. Aber sollte es so weit kommen, wünschen auch sie sich für ihre Mutter einen Ort wie Hogewey.

Doch dieses Beispiel ist bislang einzigartig. Entsprechend lang sind die Wartelisten: „Bis zu einem Jahr“, weiß Betreuerin Cora Jansen, die inzwischen bei den volkstümlichen Stadtmenschen im Einsatz ist und eine neue CD eingelegt hat. Sie ist gerade mit dem Kartoffelschälen fertig: „Das geht ruck, zuck hier, beim Kochen bekomme ich immer Hilfe.“ Bei der Upper Class sei das anders: „Da fragen sie nicht, ob sie helfen können, sondern wann das Essen fertig ist“, lacht Cora. Dort darf sie die Bewohner auch nicht duzen oder vertraulich mit „Tante Bep“ oder „Oom Jan“ anreden, sondern muss „Mevrouw“ oder „Mijnheer“ sagen.

Eines aber sei allen Bewohnern der sieben Lebensstile gemeinsam: „Man merkt, dass sie sich wohl bei uns fühlen.“ Das bestätigen auch die Angehörigen immer wieder, wenn sie einen Patienten von einem Besuch zu Hause zurückbringen: „Dann erzählen sie mir: Papa meinte, es sei jetzt genug so, er wolle nach Hause zurück“, erzählt Cora. „Das sagt doch genug, oder?“

Alltagsleben beibehalten

Auch in den Niederlanden ist Alzheimer ein immer größer werdendes Problem: Bis 2050 wird sich die Zahl der Patienten mehr als verdoppeln, von derzeit 235 000 auf 500 000. Jede Stunde wird bei vier Einwohnern Demenz diagnostiziert. Doch die Niederländer gelten nicht umsonst als die Pragmatiker unter den Europäern: Sie setzen auf Transparenz und Direktheit und scheuen sich nicht, neue Wege einzuschlagen. Das hat sie in Sachen Alzheimer zu Pionieren in Europa gemacht: Mit aufwendigen nationalen Kampagnen im Rundfunk werden die Niederländer regelmäßig mit der Krankheit und ihren Folgen für die Gesellschaft konfrontiert und zum Spenden aufgerufen. Um Angehörigen bei der Betreuung zu Hause zu helfen, wurde vor 13 Jahren das erste Alzheimercafé gegründet, eine Veranstaltung, zu der sich Angehörige und Patienten mit Experten und Pflegern treffen. Inzwischen gibt es über das ganze Land verteilt in mehr als 170 Gemeinden Alzheimercafés. Zahlreiche andere Länder haben dieses Beispiel kopiert: Belgien, Dänemark, Großbritannien, Griechenland, Spanien und sogar Australien. Ebenfalls vorbildlich und dem Rest Europas weit voraus: Große anonyme Pflegeheime gehören mehr und mehr der Vergangenheit an. Sie werden durch kleine Wohneinheiten ersetzt. Dort wird das ursprüngliche Alltagsleben der Bewohner möglichst beibehalten, um ihnen Halt und Struktur zu geben. Als am innovativsten auf diesem Gebiet gilt das Alzheimerdorf Hogewey in Weesp bei Amsterdam.