

LISA HUTH

Co-Demenz -

Der Frosch im heißen Wasser

© 2023, Lisa Huth

Umschlaggestaltung:

Corinna Öhler, Buchschmiede

Heidelinde Braun, Gesundheitsberaterin

Lektorat / Korrektatorat:

Dorothee Kremer, www.dorotext.de

Claudia Engels, www.bueroengels.de

Bildquelle Frosch/Topf: iStock

Druck und Vertrieb im Auftrag
der Autorin: Buchschmiede von
Dataform Media GmbH, Wien
www.buchschmiede.at

Besuche uns online



ISBN:

978-3-99152-943-9 (Softcover)

978-3-99181-867-0 (Hardcover)

978-3-99181-868-7 (E-Book)

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig.

Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.



LISA HUTH

Co-Demenz -

Der Frosch im heißen Wasser

Abgeleitet vom Titel »*Der Frosch im kochenden Wasser*«, Irischer Wirtschafts- und Sozialphilosoph *Charles B. Handy*, veröffentlicht in seinem Buch »*The age of unreason*«

Inhalt

- | | |
|-----|--|
| 7 | Vorwort |
| 11 | Meine Mutter Anneliese |
| 16 | Anruf Zahnarzt |
| 18 | Der plötzliche Tod meines Vaters |
| 25 | Was geht hier ab? Wir brauchen Hilfe! |
| 30 | Läuft gut mit Hilfe |
| 42 | Stufe 7 von 10 – über Nacht – Ende mit lustig |
| 56 | Die Ruhe nach dem »Tsunami« |
| 62 | Sterben: Wer – ICH? |
| 80 | Herzrhythmusstörungen – Schwangerschaft |
| 84 | Weihnachten und Silvester |
| 89 | Tag und Nacht auf den Beinen |
| 91 | Die Nacht der Entscheidung |
| 96 | Die Fahrt ins Seniorenheim – Sterben ohne Tod |
| 99 | Aller Anfang ist schwer |
| 103 | Karriere im Seniorenheim – Beschützter Wohnbereich |
| 111 | Muttertag |
| 117 | Mama wird 90! |
| 125 | Nach dem Geburtstag ist vor dem Geburtstag |
| 150 | Neuroleptikum – Dosis zu hoch? |
| 170 | Warum habe ich dieses Buch geschrieben? |
| 184 | Danke |
| 187 | Autorin |
| 188 | Persönliche Anmerkung am Ende des Buches |

Vorwort

Das Wasser, in dem ich schwamm, war nicht kochend, es war *nur* heiß!

Fast sechs Jahre lang habe ich mit Hilfe von Pflegerinnen meine an Demenz erkrankte Mutter neben meiner Selbstständigkeit als Heilpraktikerin Psychotherapie, meinem 25-Stunden-Job als Dozentin in der Erwachsenenbildung und den allgemeinen Herausforderungen des Lebens betreut. Auf der einen Seite war ich der Frosch, der nicht bemerkte, dass das Wasser im Laufe der Jahre immer heißer wurde, auf der anderen Seite war ich der Frosch, der nicht bemerken wollte, dass das Wasser im Laufe der Jahre immer heißer wurde. Der Sprung aus dem heißen Wasser gelang mir am 7. Januar 2021 nach exakt vier Wochen der Unruhe am Tag und vier Wochen der Unruhe in der Nacht. Gürtelrose, 170 cm, 52 kg, völlige Erschöpfung. Mein eigenes Leben im Taumel der Ereignisse abhandengekommen.

Die Aussage meines Hausarztes, dass ab einem gewissen Stadium der Demenz die häusliche Pflege zum Scheitern verurteilt sei, galt bis zu diesem 7. Januar 2021 nicht für mich. Heute, am 18. Juni 2021, weiß ich, wie wahr diese Aussage ist. Heute, am 18. Juni 2021, muss ich mit diesem Buch beginnen, weil der Sprung aus dem heißen Wasser respektive ins Heim nicht nur mir, nicht nur meiner Mutter, sondern vor allem uns beiden guttat; unserer Liebe, unseren Seelen, unserem Sein. Nach fast sechs Jahren der Momente des Leids,

Momente gnadenloser Überforderung, Momente des Todes, Momente von Unglaublichkeiten, Momente der Freude, Momente der Fülle, Momente der Nähe, Momente des Lebens.

Vielleicht ermutigt Sie dieses Buch, dem Menschen, den Sie mit dieser persönlichkeitszerstörenden, scho-nungslosen Krankheit lieben, auf Herzensebene zu begegnen.

Meine Mutter Anneliese

Meine Mutter Anneliese wurde 1931 an einem heißen Juniabend geboren. Ihr erster Schrei versetzte ihre ganze Familie in Jubel. »Sie lebt! Anneliese lebt!« Erleichterung wich der Sorge. Ihre Mutter hatte zwei Jahre zuvor einen toten Jungen zur Welt gebracht, was alle ihre Angehörigen voller Angst auf die bevorstehende Geburt hatte blicken lassen. Als die Hebamme frohen Mutes den jungen Vater, meinen Opa, zu seiner Frau und Lieschen bat, teilten Mamas Tanten, die mit ihm und meinem Uropa voller Anspannung auf diesen ersten Schrei in der Küche gewartet hatten, sofort dieses Glück mit ihren Familien und Nachbarn. Annelieses Ankunft hatte viele Menschen an diesem heißen Juniabend sehr glücklich gemacht.

Das frisch geborene Glück wurde zum Mittelpunkt der ganzen Familie. Mamas Wohlbefinden wurde in den Blick aller gerückt. Zu groß war die Sorge, dass sie wie ihr Bruder sterben könnte.

Zur großen Freude aller wurde vier Jahre später ein weiteres gesundes Kind geboren. Mit ihrer jüngeren Schwester Maria erlebte meine Mutter trotz einiger kriegsbedingter Einschränkungen eine gute Kindheit. Ihre Mutter Anna war eine mutige, emanzipierte und kluge Frau, ihr Vater Maximilian ein ausgeglichener, beliebter und froher Mann. Er war von Beruf Maßschneider und hatte seine Werkstatt im Haus. Meine Mutter liebte es, wenn bei den Kund*innen Maß genommen, die Schneiderkreide gespitzt wurde, die Abstecknadeln zum

Einsatz kamen und das Geräusch der Antriebsriemen der Nähmaschine zu hören war.

Im Hause Huth war immer etwas los!

Ein weiteres wichtiges Familienmitglied war Tante Hanna. Sie hat Mamas Kindheit erheblich geprägt. Tante Hanna lebte mit Omas Bruder Karl-Heinz in Frankfurt am Main. Meine Mutter verbrachte als Kind dort viel Zeit. Als Mädchen vom Land liebte sie die spektakulären Ausflüge mit Tante Hanna und ihrer Herzensfreundin Inge in dieser so lebendigen Großstadt über alles. Das erste Mal eine Rolltreppe zu fahren, das erste Mal in einem Motorradgespann zu sitzen, den ersten Kinobesuch und vieles mehr hatte Tante Hanna ermöglicht. Meine Mutter sagte immer: »Tante Hanna ist ein Flintenweib.«

Sie hatte ihren im Krieg verletzten Mann in einem Kleintransporter aus dem Lazarett nach Hause »geschmuggelt«. Ihre Souveränität, ihr stattliches Aussehen und ihre selbstbewusste Art beeindruckten viele. Für die beiden Mädchen aus einem kleinen unterfränkischen Dorf bot Tante Hanna Abenteuer pur.

Mein Vater hieß Emil und war ein wunderbarer Ehemann, Vater und Opa. Verantwortungsvoll, ausgeglichen, froh und voller Liebe dem Leben gegenüber. Meine Eltern waren 64 Jahre lang verheiratet und während dieser 64 Jahre wurde meine Mutter fast immer – bis auf wenige Ausnahmen – von meinem Vater wohl behütet und auf Händen durch die Herausforderungen des Lebens getragen. Am Tag der Eheschließung waren Mamas Zellen bereits so sehr durchtränkt von lücken-

loser Aufmerksamkeit ihrem eigenen Wohlergehen gegenüber, dass meinem Vater nichts anderes übrigblieb, als dieses Wohlbefinden ebenfalls zum zentralen Thema seines Lebens zu machen.

Sie liebten ihren Garten, das gemeinsame Kochen, das Wandern, Einkaufsbummel, Ausflüge und Urlaube. Mit zwei Bällchen Eis in der Waffel auf einer Parkbank in Seligenstadt am Main zu sitzen, konnte schon ein erfüllter Ausflug für meine Eltern sein. Meine Mutter arbeitete bis zur Geburt ihres ersten Kindes, meines Bruders, in einer großen Firma als Helferin in der Produktion. Mein Vater hatte eine Anstellung als Techniker im Bereich Forschung, was ihm unglaublich viel Freude bereitete. Meine Eltern haben sich durch ihre sparsame Lebensweise erstaunlich viel leisten können.

Mit der Geburt meines sechs Jahre älteren Bruders Michael wurde meine Mutter zur Hausfrau. Das Hausfrauendasein und Muttersein, so glauben mein Bruder und ich, verlangten ihr viel ab. Geprägt von den Abenteuern mit ihrer Mutter und mit Tante Hanna, trug meine Mutter stets die tiefe Sehnsucht nach der Fortsetzung der für sie so erfüllenden Jugend in sich. Sie trug den Geist ihrer Mutter und ihrer Tante Hanna in sich. Beide waren freigeistige, emanzipierte Frauen gewesen, der damaligen Zeit weit voraus.

Sich den Herausforderungen des Lebens zu stellen, auszugehen, Neues kennenzulernen und das Leben, wenn auch auf bescheidene Weise, zu genießen, war ihr Lebenselixier. Hausarbeit rief keine Begeisterung in meiner Mutter hervor. Die Unterhaltungen mit den

fleißigen katholischen Nachbarinnen waren ebenso wenig spektakulär. Meine Mutter war streng, sehr streng zu meinem Bruder und mir. Wir durften im Vergleich zu anderen gleichaltrigen Kindern sehr wenig.

Mein Bruder Michael lebt heute in einer nahen Stadt sein Leben. Sein Sohn Fabian, Mamas einziger Enkel, lebt in Berlin. Mama hat zusätzlich den ältesten Sohn ihrer Schwester – Stefan – großgezogen. Beide verbindet noch heute eine innige Beziehung. Es gibt noch meine Lieblingscousine Anja, die meine Mutter sehr liebt und von meiner Mutter sehr geliebt wird.

Ich bin Lisa und mittlerweile 57 Jahre alt. Ich lebe im Hause meiner Eltern in meiner eigenen Wohnung und habe den Krankheitsverlauf meiner Mutter hautnah miterlebt.

Meinem Empfinden nach war sich meine Mutter nie bewusst, welch schönes Leben sie bis zu ihrem 89. Lebensjahr hatte. Erst im Heim schien ihr dies bewusst zu werden. Von schönen Erlebnissen und ungeteilter Aufmerksamkeit konnte meine Mutter nicht genug bekommen. »Raupe Nimmersatt« war ihr zweiter Vorname! Die in der Kindheit erlebten Abenteuer und die Ausrichtung ihrer Familie auf ihr Wohlbefinden hatten in meiner Mutter die Überzeugung entstehen lassen, dass es immer so weitergehen würde.

Ich weiß nicht, ob wir, ihre Kinder, unsere Mutter wirklich kennen. Meine Cousine sagte einmal so schön: »Bis zum Schluss lässt sie sich nicht in die Karten schauen.« Mein Bruder und ich haben unsere Mutter als wirklich strenge, dominante Mutter erlebt. Wir haben

den Freigeist, der ihr von vielen anderen Menschen nachgesagt wurde, so nicht erleben dürfen. Was wir allerdings erleben durften, war, dass wir uns, wenn es wirklich darauf ankam, auf unsere Mutter voll und ganz verlassen konnten. Wenn eine Frau sich scheiden ließ, was zu der damaligen Zeit eher eine Seltenheit war, gab es nie ein negatives Wort. Coming-outs von Homosexuellen wurden niemals negativ kommentiert. Meine Mutter hat immer Menschen bei ihren getroffenen Entscheidungen, so außergewöhnlich sie auch gewesen sein mögen, unterstützt. Obwohl meine Mutter Menschen bei mutigen Entscheidungen unterstützt hat, war sie selbst nicht wirklich mutig. Ihr unbeschwertes Leben wurde ihr »kredenzt«.

Meine Mutter wurde, denke ich, einfach ein paar Jahre zu früh geboren. Sie hätte gerne eine höhere Schule besucht, einen interessanten Beruf erlernt, ihre gefühlte Unabhängigkeit gelebt.

Anruf Zahnarzt

Eines Abends, ich war gerade auf dem Weg zum Sport, klingelte das Telefon. Die Türklinke schon in der Hand, entschied ich mich doch noch zum Abnehmen. Es war der Zahnarzt meiner Mutter.

»Guten Abend, Frau Huth, Sie kennen mich vielleicht von meinem Namen. Ich bin Dr. Klaus Amberg, der Zahnarzt Ihrer Eltern. Sie wundern sich vielleicht über meinen Anruf, aber bei meiner Mutter wurde die Demenz sehr spät erkannt, was die Möglichkeiten einer erfolgreichen Behandlung der Krankheit sehr einschränkte. Ich habe bei Ihrer Mutter den Eindruck, dass erste Anzeichen dieser Krankheit vorliegen. Glauben Sie mir, ich habe mich sehr über diese Krankheit informiert. Ich weiß nicht, ob Sie denken, dass ich spinne, dass es mir nicht zusteht, Sie anzurufen. Ich kenne Ihre Mutter schon viele Jahre. Mit ihren 83 Jahren ist sie nach wie vor eine rundum tolle Frau! Ich musste Ihnen das sagen und ich hoffe sehr, dass Sie mir diesen Anruf verzeihen. Ich wünschte, mir hätte das jemand gesagt, als eine Behandlung der Krankheit noch gute Erfolge hätte haben können.«

Ich bedankte mich höflich und legte – wie nach einem gehörigen Schlag auf den Hinterkopf – taumelig den Telefonhörer auf. Ich lockte meinen Vater unter einem Vorwand in den Garten und erzählte ihm von dem Anruf. Er schaute ähnlich »deppert« wie ich. Dr. Klaus Amberg war auch seit vielen Jahren sein

Zahnarzt. Wir dachten beide sofort an Mamas Vater, der mit Mitte 80 »verkalkte« – so hieß die Demenz bei uns auf dem Land früher – und uns allerhand Überraschungen beschert hatte. Auch wenn es für uns keine konkreten Anzeichen gab, welche die Vermutung des Zahnarztes hätten bestätigen können, konnten wir beide nicht sagen, dass er nicht irgendwie recht haben könnte. Den Ratschlag des Zahnarztes zu befolgen, mit meiner Mutter zeitnah ein Gespräch hierüber zu führen und einen Neurologen aufzusuchen, das wäre buchstäblich einer Enthauptung meines Vaters und mir seitens meiner Mutter gleichgekommen.

Der plötzliche Tod meines Vaters

Bis zum plötzlichen Tod meines Vaters im Jahre 2015 konnten wir keine wirklichen Anzeichen einer Demenz bei meiner Mutter erkennen. Mein Vater starb mit 88 Jahren innerhalb von fünf Minuten beim Sockenanziehen. Er war zum Mittagessen verabredet. »Ein Tod der ersten Klasse.« Im Vollbesitz seiner körperlichen und geistigen Kräfte! Ein Tod, wie man sich ihn in meinen Augen nur wünschen kann. Von einem Moment auf den anderen! Die Vorfreude auf das geplante Mittagessen war seinem Gesicht noch Stunden nach seinem Tod anzusehen. Ist das nicht schön? So bleibt er mir immer in glücklicher Erinnerung.

Meine Mutter verlor von jetzt auf gleich den Menschen, der sie mehr als 60 Jahre lang auf Händen durchs Leben getragen, sie liebevoll umsorgt und ihr fast jeden Wunsch erfüllt hatte. Mein Vater bedeutete für sie Zweisamkeit, Sicherheit, Geborgenheit, Zuverlässigkeit und Wohlbefinden. Auch wenn es keine belegbaren Studien darüber gibt, dass schwerwiegende Lebensereignisse den Verlauf einer Demenz beeinflussen können, hatte ich bei meiner Mutter das Gefühl, dass die bisher kaum spürbare Demenz mit einem Satz auf einen anfahrenden ICE aufgesprungen war.

Meine Mutter konnte ihre Trauer um meinen Vater, den Schmerz des Verlustes nie zulassen. Ich denke, dass sie das sichere, unbeschwerde Leben mit ihm bewusst vergessen wollte, ohne zu bemerken, dass vieles andere

dabei ebenso dem »Bermudadreieck«, wie ich den Ort des Vergessens taufte, zum Opfer fiel.

Für die Zeit bis zur Beerdigung verordnete ihr der Hausarzt »Tavor«.¹ Berichte meiner Mutter, dass am Morgen nach dem Duschen plötzlich viele Menschen mit Blumen in der Hand aus dem Badezimmerspiegel herauskamen und sie freundlich zu einer Kaffeeefahrt nach Frankfurt einluden, deutete ich als paradoxe Reaktion auf die Einnahme dieses Medikaments. Obwohl ich mich an den Anruf des Zahnarztes meiner Mutter erinnerte, ging ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht 100-prozentig von einer beginnenden Demenz aus.

Als einige Wochen vergangen waren und das »Tavor« ausgeschlichen war, verlor sich manch sonderbares Verhalten meiner Mutter jedoch nicht wirklich. Ihr langjähriger Orthopäde war ihr auf einmal unbekannt, Dinge wurden zunehmend verlegt, mein Beruf war ihr entfallen, sie wusste nicht mehr, wie alt sie war, der Haustürschlüssel wurde gleich mehrmals täglich gesucht. Sie war immer häufiger entweder gereizt oder traurig. Die geringste Überforderung konnte Aggressionen auslösen. Erste deutliche Veränderungen im Denk- und Urteilsvermögen und der Orientierung hielten Einzug. Auch hatten ihre Ängste zugenommen. An manchen Tagen war sie auffällig unruhig. Während der Einnahme eines Antibiotikums aufgrund einer Blasenentzündung nahm ihre Verwirrtheit auf beeindruckende Weise zu.

1 Benzodiazepin (Schlaf-/Beruhigungsmittel)

Ja, manch ein Inhaltsstoff kann die Geschwindigkeit des »ICE Demenz« deutlich erhöhen. Da es immer wieder über Wochen gute, unbeschwerde Phasen gab, fühlte sich das Wasser, in dem ich als Frosch schwamm, insgesamt gesehen relativ angenehm an.

Ich habe immer und immer wieder versucht, meinem Bruder und meiner Cousine meine Sorgen und Ängste hinsichtlich der zunehmend auffälligen Verhaltensänderungen mitzuteilen. Es war hart für mich, dass mir niemand glauben wollte, wie sehr sich meine Mutter in den letzten Monaten verändert hatte. »Wir vergessen alle einmal etwas.« – »Bei dieser Hitze geht es mir auch nicht gut.« – »In diesem Alter ist das normal.« Ja, das waren die Aussagen, die ich zu hören bekam. Ich fühlte mich alleine mit meinen Sorgen und meinen Ängsten. Wahrscheinlich war die Erkrankung für die beiden zu diesem Zeitpunkt noch nicht so offensichtlich wie für mich, da meine Mutter, wenn sie zu Besuch kamen, meistens sehr gut zurechtgemacht und frohen Mutes auf der Couch saß, auch wenn sie zuvor über Stunden hinweg Trübsal geblasen hatte. Meine Mutter hatte gelernt, sich durch Begegnungen hindurch zu lavieren. Wenn sie nicht mehr weiterwusste, kokettierte sie lachend mit ihrem Alter. Sie fand immer einen Ausweg aus der für sie stets unangenehmer werdenden Situation.

Einige Monate nach Papas Tod konnte ich meine Mutter zu einem Termin beim Facharzt für Neurologie überreden, da sie selbst zu realisieren begann, dass sie viele Dinge vergaß. Ich bemerkte, dass ihr die Trauer, die an manchen Tagen übermächtig von ihr Besitz