

## **Miteinander – Reden und handeln**

*Bericht einer Tochter über die Bewältigung einer schwierigen Pflegezeit der Mutter*

*Waltraud Söhnel, Sep. 2013, aktualisiert Juni 2017*

Im Sommer 2013 ist meine Mutter im Alter von 88 Jahren gestorben. Sie konnte in ihrer eigenen Wohnung im Beisein der ihr liebsten Menschen, meinem Mann und mir, einschlafen und ich habe ihre Hand gehalten. Es war ruhig, friedlich, ohne Kampf – ein würdevolles Ende eines erfüllten Lebens, das durch die Mithilfe aller Beteiligten möglich war.

### Die Pflegesituation

Meine Mutter lebte seit 2005 in ihrer Wohnung im Betreuten Wohnen einer Seniorenwohnanlage. Im Laufe der Zeit entwickelte sich eine Demenz mit einhergehender Altersdepression, die sich im Oktober 2011 so verstärkt hatte, dass ich mit der Betreuung allein nicht mehr fertig wurde und Unterstützung benötigte.

Ich hatte bis dahin meine Mutter täglich besucht und alle anfallenden Arbeiten erledigt, Essen zubereitet, mit ihr eingekauft - bin mit ihr durch die Stadt gebummelt oder im Café gewesen. Nun stellte ich einen Antrag auf Einstufung in der Pflegeversicherung, dem auch entsprochen wurde – Pflegestufe II und zusätzliche Betreuungsleistung.

### Hilfe durch den Pflegedienst

Ich engagierte einen Pflegedienst, und es war geplant, dass die Mitarbeiter ihr am Morgen Frühstück und abends das Abendessen richten und dafür sorgen sollten, dass sie es auch zu sich nahm.

Meine Mutter glaubte aber weiterhin, alles selbst erledigen zu können und so wurde der Plan ganz schnell Makulatur. Morgens ging es noch einigermaßen, aber abends klappte es überhaupt nicht, weil Mutter behauptete, schon gegessen zu haben oder jetzt nichts zu wollen. Also versuchten wir es nur mit dem Frühstück, die restlichen Aufgaben blieben bei mir.

Der Pflegedienst und ich mühten uns einige Wochen mit den Schwierigkeiten und Problemen, vor die uns die Mutter stellte. Wenn ich zu ihr kam, stand manchmal das komplette Frühstück noch da oder es war gar nichts von Frühstückmachen zu sehen, so dass ich nicht wusste, ob die Mutter überhaupt etwas zu sich genommen hatte. Ich schrieb Zettel für die Doku-Mappe des Pflegedienstes und telefonierte mit der Pflegedienstleitung. Die Situation stellte sich für alle Beteiligten als sehr unbefriedigend dar. In einem Gespräch mit der Leiterin des Pflegedienstes fragte sie mich dann, ob ich einmal in die Teambesprechung kommen wolle. Das habe ich dann auch mit meinem Mann zusammen getan.

### Dialog und Austausch sind wichtig

Dies war die beste Entscheidung, die wir treffen konnten. Ich konnte darlegen, worum es mir ging und was ich mir wünschte, und die Pflegenden konnten mir ebenso frei sagen, wie der Morgen mit der Mutter oft ablief und wie belastend die Situation auch für sie manchmal war, gerade wenn sie wieder einmal nicht in die Wohnung gelassen wurden. Es war ein sehr befriedigendes, sachliches, von gegenseitigem Respekt geprägtes Gespräch, in dem auch ganz deutlich wurde, dass es uns allen um das Wohl meiner Mutter ging. Und wir hatten uns alle persönlich kennen gelernt und nun ein Gesicht zu unseren Namen.

Von diesem Zeitpunkt an wurde nicht alles anders, aber vieles besser. Wir sahen die Dinge etwas gelassener und freuten uns, wenn überhaupt ein bisschen Frühstück ging!

### Fachberatung und psychosoziale Begleitung sind Entscheidungshilfe und Unterstützung

Mit fortschreitender Demenz meiner Mutter nahmen natürlich auch die Probleme zu. Ein Kurzzeitpflege-Aufenthalt in einem Pflegestift im Herbst 2012, den mein Mann und ich zu einer kleinen Auszeit für uns nutzen wollten, ging völlig daneben, denn meine Mutter verweigerte sich komplett und war danach völlig durcheinander. Ich war mit der Situation überfordert, auch in unserer langjährigen Partnerschaft kriselte es und so suchte ich Hilfe. Ich fand sie in Gesprächen beim Hausarzt, in der Fachberatungsstelle „Angehörigenberatung Demenz“ der Caritas, im Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz und in einer Therapie.

Ohne diese kleinen Ruhepunkte wäre ich der immer größer werdenden Belastung nicht gewachsen gewesen. Ich lernte, für mich Sicherheit zu gewinnen und Entscheidungen zu treffen. Rückblickend denke ich, man muss sich eingestehen, wenn man es nicht mehr schafft. Es gibt Hilfe und man sollte sie nutzen, und das ist für alle wichtig, auch für den, der Pflege benötigt, denn nur dann, wenn man selbst einigermaßen mit sich im Reinen ist, gelingt auch die Zuwendung zum anderen.

### Der Pflegebedarf verändert sich

Nach Weihnachten 2012 aß meine Mutter immer weniger. Fast jede Mahlzeit wurde zu einem kleinen Kampf, die Mitarbeiter des Pflegedienstes und wir, mein Mann und ich, waren verzweifelt und suchten verstärkt die Gespräche beim Hausarzt und im Gesprächskreis. Letztendlich musste ich akzeptieren, dass meine Mutter offensichtlich keine Freude mehr am Leben hatte und ich nicht das Recht, sie zu bevormunden und zu glauben, es besser zu wissen, sondern sie gewähren zu lassen. Sie aß und trank nur noch kleinste Häppchen und Schlückchen und ab Mitte Juni schauderte sie bei jedem Bissen und es ging gar nichts mehr.

Nach einem Hausbesuch des Arztes folgte ein kurzer Krankenhausaufenthalt wegen schlechter Nierenwerte. Ich hatte dem schweren Herzens zugestimmt, wollte mich aber nicht irgendwelcher Versäumnisse schuldig machen.

### Pflege und Betreuung kann gelingen

In vielen Gesprächen mit den Ärzten wurde klar, dass wir alle respektieren, dass meine Mutter offensichtlich nicht mehr wollte, und ich holte sie nach Hause in ihre vertraute Umgebung.

Dort habe ich dann eine 24-Stunden-Betreuung organisiert. Die Pflegedienstmitarbeiter unterstützten uns viermal täglich durch Versorgung und Pflege und ermöglichten dadurch meinem Mann und mir kleine Ruhepausen, in der übrigen Zeit tagsüber wechselten wir uns ab und die Nächte verbrachte ich bei meiner Mutter. Es war für mich eine sehr anstrengende, aber auch sehr bereichernde Zeit, die ich mit der Mutter verbringen konnte mit kleinen Gesprächen, liebevollen Gesten und einer großen Vertrautheit. Sie war so dankbar für alles, was für sie getan wurde, ihre Demenz trat immer mehr in den Hintergrund, weil sie sich wohl nicht mehr unter Druck fühlte – und auch uns allen anderen war er genommen.

Die Mitarbeiter des Pflegedienstes unterstützten mich sehr, auch mit aufmunternden Worten und der Sorge, dass ich auch auf mich achten solle. Anfänglich hatten sie Zweifel, ob ich das alles schaffen würde. Doch sie betätigten mir dann ihr Zutrauen, den eingeschlagenen Weg bis zum Ende zu gehen.

Die insgesamt ruhige, angenehme Atmosphäre und die Zeit und Geduld, die wir aufbringen konnten, haben es meiner Meinung nach meiner Mutter ermöglicht, nach zwei Wochen friedlich ihre letzten Atemzüge zu tun.

Wir haben uns danach in verschiedenen Gesprächen für die gegenseitige Hilfe gedankt und auch der Pflegedienst hat mir versichert, dass es ohne unsere tatkräftige Hilfe bei allen Arbeiten nicht gegangen wäre, dass es aber auch für sie eine gute Erfahrung war, dass jemand zu Hause in so ruhiger Atmosphäre sterben konnte. Die Grundlage dafür war bestimmt in den vielen Gesprächen und der Teilnahme an der Teambesprechung zu sehen. Dass ein Mitarbeiter des Pflegedienstes meine Mutter auf ihrem letzten Weg begleitete, spricht sicher auch für sich.

Meine persönliche Unterstützung durch die psychosozialen Beratungsangebote haben mir außerdem Mut und Kraft für die Pflege meiner Mutter gegeben.

Waltraud Söhnel, Sep. 2013

aktualisiert Juni 2017