

REMSCHIEDER STADTPOST

DREI FÖRDERBESCHIED DABEI
Ministerin Ina Scharrenbach war
in Remscheid zu Gast. Seite D2

VOGEL-FOTOGRAF
Matthias Feldhoff wartet auf
den perfekten Moment. Seite D3

BERGISCHE MORGENPOST – LENNEPER KREISBLATT

MENSCH & STADT

„Mein Akku geht allmählich leer“

Susanne Heynen pflegt ihren demenzkranken Mann. Die 56-Jährige erzählt, wie sich ihr Leben seit der Pandemie verändert hat.

Seit der Corona-Pandemie laufe ich nur noch auf Hochtouren. Jetzt merke ich: Mein Akku geht allmählich leer. Ich kriege eine Krankheit nach der anderen. Ich bin schneller genervt, ich schlafe unruhig, ich kann nicht mehr abschalten. Manchmal schlafe ich nachts erst um 3 Uhr ein und muss dann um 5 Uhr wieder aufstehen. Oder ich fange Mitten in der Nacht an zu bügeln, weil ich sonst nicht runterkommen kann. Ich habe meinen Mann immer in den Vordergrund gestellt und gesagt: geht schon. Aber ich habe mich übernommen. Die Betreuung hat mich an meine Grenzen gebracht.

Ein Dreivierteljahr lang konnte ich meinen Mann nicht mehr in die Tagespflege geben. Die wurde im vergangenen März von jetzt auf gleich geschlossen. Vor der Pandemie war er fünf Tage die Woche dort. Jetzt hatte ich ihn jeden Tag zu Hause und musste meinen ganzen Alltag, meine ganze Arbeit, mein ganzes Leben umstrukturieren. Auch wenn er ein junger demenzerkrankter Mensch ist: Er braucht Aufmerksamkeit. Er braucht Pflege. Für mich hieß das: Ich stand permanent unter Druck, weil ich aufpassen musste, dass nichts passiert. Selbst mit den Hunden war oft nur die kleine Runde möglich. Ich hatte ja niemanden, der in der Zeit bei meinem Mann sein konnte.

Ich bin froh, dass er jetzt wieder an vier Tagen in der Woche in die Tagespflege kann. Er selbst hat natürlich auch gelitten. Viele seiner Leute aus der Tagespflege hat er nicht mehr gesehen und sieht sie auch heute nicht mehr, weil sie ins Pflegeheim gekommen sind. Entweder, weil sich ihr Zustand so stark verschlechtert hat. Oder weil ihre Angehörigen so stark belastet waren. Das habe ich von vielen Leuten aus den Selbsthilfegruppen gehört, die ich leite. Dass sie einfach nicht mehr konnten. Mehrfach habe ich darum auf die Missstände aufmerksam gemacht. Dass man mehr Geld braucht, dass man keine Hilfen kriegt, dass man erstmal keinen erreicht. Aber passiert ist nichts.

Wir pflegenden Angehörigen haben keine Lobby. Für uns tut keiner was. Wenn man sich nicht selber hilft und keine große Klappe hat, dann kommt man nicht weiter. Da gibt es kein Geld. Da gibt es keine Feiern. Da sagt keiner „Danke“. Man muss sich schon ein großes Umfeld aufbauen, damit man das schafft. In meinem Fall geht das noch. Ich bin noch recht jung. Ich habe zum Beispiel noch meine Eltern, die sich echt rührend um uns kümmern, obwohl sie selbst 79 und 82 Jahre alt sind. Aber die Leute, die älter sind und keine Kinder oder Enkelkinder

Vor der Demenzerkrankung ihres Mannes führte Susanne Heynen eine Hundeschule. Die musste sie aufgeben. Die 56-Jährige sitzt im Pflegezimmer ihres Mannes, das sie für 20.000 Euro umgebaut hat. Früher stand hier die Modell-eisenbahn.

FOTOS:
MAREI VITTINGHOFF



haben, die haben niemanden. Ich sage immer: Wenn wir alle unsere Angehörigen in ein Pflegeheim geben würden, hätte die Gesellschaft ein Problem. Dafür haben wir weder genügend Geld, noch genügend Heime, noch genügend Pflegepersonal. Wir sollten eigentlich froh sein, dass so viele Menschen ihre Angehörigen pflegen. Die Menschen sollten aber auch soweit unterstützt werden, dass sie das können. Und dazu gehört auch, dass man ihnen die Möglichkeit gibt, zwischendurch einfach mal durchzuatmen.

Vielleicht könnte da auch ehrenamtlich mehr gemacht werden. Mein Mann war zum Beispiel früher Jäger. Er würde schrecklich gerne wieder in den Wald gehen. Aber nicht mit mir. Der Ehepartner muss schließlich mal ausgetauscht werden. Ich kann zum Beispiel auch nicht mehr mit ihm in die Stadt gehen, weil bei mir alles zack, zack gehen muss. Er braucht aber Ruhe. Die habe ich oft nicht. Dann meckere ich rum, weil er nicht so schnell ist. Und dann gibt es Ärger. Da wäre es schön, wenn das mal jemand anderes mit ihm machen könnte. Aber eine Pflegefachkraft, die kostet schon mal 38 Euro pro Stunde plus Mehrwertsteuer und Fahrtkosten. Das muss man sich dann schon zweimal überlegen.

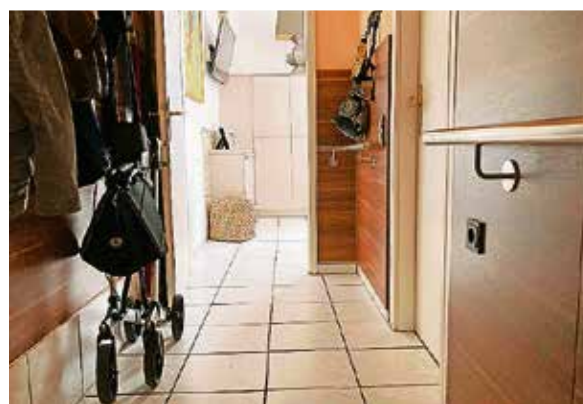
Manchmal bekomme ich zu hören: „Warum gibst du dich damit ab? Gib ihn doch in ein Pflegeheim. Dann könntest du dieses und jenes tun.“ Das ist vielleicht auch eine Lösung und ich kann mir auch vorstellen, meinen Mann mal für ein paar Wochen in ein Pflegeheim zu geben, wenn ich selbst mal eine Kur brauche oder gesundheitlich am Ende bin. Aber ansonsten habe ich gesagt: Solange es geht, bleibt er zu Hause. Wir feiern auch alles, was man feiern kann. Weil mir gesagt worden ist, dass es jedes Mal das letzte Mal sein kann. Das letzte

Mal, dass er es so erlebt. Mein Mann und ich – wir haben uns in Wuppertal kennengelernt. Beim Dartspielen in einer Kneipe. 1995 war das. Ich kann mich noch gut daran erinnern. Ein halbes Jahr später haben wir geheiratet. Wir hatten uns Räumlichkeiten gemietet und so gestaltet, als wäre man in einer Western-Stadt. Auch das Essen war es war wunderschön. Amerikanische Geschichte, das war so unser Ding. Wir waren auch beide im Western Club Rocky Mountains in Solingen und haben Square Dance bei den Old Time Square Dancers gemacht.

Sagen wir mal so: Für mich war er der perfekte Mann. Ehrlich, pünktlich, fleißig. Er konnte unwahrscheinlich gut zuhören. Man konnte sich immer auf ihn verlassen. Das Leben mit ihm war überhaupt schön. Wir waren immer draußen. Wir waren immer zusammen. Wir waren immer unterwegs. Er hat als Industriekaufmann gearbeitet und ich hatte meine eigene Hundeschule. Es war von allem genug da. Und dann ist er 2017 krank geworden. Er hatte eine Blutung im Gehirn – im Bereich des Thalamus – und war deswegen für zwei Monate in der Reha. Als er wiederkam, habe ich gemerkt: Das ist nicht mehr dein Mann. Er war vom Wesen her total verändert. Lustlos, antriebsarm und manchmal aggressiv. Die Ärzte haben erst gesagt: „Das sind nur die Medikamente.“ Aber dann haben wir die Diagnose bekommen. Ich hatte ja schon im Vorfeld die Vermutung, dass es Demenz sein könnte, darum bin ich nicht in dieses Loch gefallen. Aber ich habe gedacht: „Scheiße, jetzt wird es ernst.“

„Wenn man sich nicht selber hilft und keine große Klappe hat, kommt man nicht weiter“

Susanne Heynen
Pflegende Angehörige



Nach der Diagnose musste die gesamte Wohnung barrierefrei umgebaut werden.

INFO

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige

Hör mir zu Die Remscheider Gruppe wurde im Mai 2019 von Susanne Heynen gegründet.

Kontakt Mehr Informationen gibt es unter www.hoermirzu.de. Wer mehr wissen möchte, kann Heynen auch unter susanneheynen.hoermirzu@gmail.com oder Tel. 0 2191/59 24 506 erreichen.

Und das ist es ja dann auch geworden. Jetzt muss ich sagen: Im Verhältnis zu früher habe ich kein Leben mehr. Es fehlt das Geld. Und es fehlt das Umfeld. Das wird ja auch immer weniger, wenn man nicht mehr mithalten kann. Wer lädt einen Demenzkranken in ein Restaurant ein, der nicht mehr vernünftig sprechen und essen kann?

Und Sie glauben gar nicht, was man sich alles anhören muss, wenn man als pflegende Angehörige dann doch mal alleine weggeht und auf einer Veranstaltung kurz mit einem anderen Mann tanzt. „Ihr Mann liegt krank zu Hause und sie hat Spaß.“ Aber wenn es einem schlecht geht und man mal jemanden bräuchte, der einen in den Arm nimmt, sind auch solche Leute nicht da.

Meine Hundeschule musste ich aufgeben. Ich arbeite jetzt nur noch ehrenamtlich als Hundetrainerin. Alles andere kann ich nicht mehr. Wenn man einen Mann mit Pflegegrad 5 hat, dann hat man zu gar nichts mehr Zeit. Außer zum Bäcker – mit abgezähltem Geld und einem Zettel – kann ich ihn nirgendwo alleine hingehen lassen. Und wenn er ohne Aufsicht zu Hause ist, dann lässt er die Hunde raus oder legt die Zeitung in den Backofen. Alles schon passiert. Ich musste darum die ganzen Geräte austauschen und Kindersicherungen und abschließbare Griffe einbauen.

Wenn mein Mann und ich jetzt etwas zusammen machen, dann kochen wir zum Beispiel gerne. Wir spielen auch zusammen Memory oder ich lese ihm Gedichte oder Märchen vor. Ansonsten gibt es mal gute und mal schlechte Tage. An den schlechten Tagen, da ist es echt Arbeit, ihn aus dem Bett zu kriegen. Dann schicke ich die Hunde zu ihm ins Zimmer und sie schlabbern ihn ab, bis er aufsteht. An den guten Tagen, da steht er schon freiwillig auf und sagt „Guten Morgen“. Nicht mit Worten. Aber ich sehe es dann an seinen Augen. Wie sie strahlen, wenn er auf dem Bett sitzt und sich freut, dass ich komme.

Protokolliert von Marei Vittinghoff