



Nach der  
Demenz-  
Diagnose

# Karens zweites Leben

Der Kampf gegen  
das Vergessen  
began früh: Die  
69-jährige lebt in  
einer WG in Altona

Seiten 4-7

**WELLENSTEYN**

(Bartigo) (Caspian)

*Jänsemarkt-  
Passage*  
&  
Werksverkauf  
Norderstedt

**Jacke? Wellensteyn!**

Bundesliga	
Bayern - Stuttgart	2:0
Dortmund - Freiburg	3:1
Hoffenheim - Wolfsburg	1:1
Hertha - Mainz	1:3
Paderborn - Köln	0:0
M'gladbach - Schalke	4:1

HSV UND ST. PAULI  
**Heute schlägt  
die Stunde  
der Trainer** Sport



Mein Canea

## Arthrosamin® Gelenkkapseln

Nahrungsergänzung  
für Ihre Knochen

mit 500mg Glucosamin und  
400mg Chondroitin pro Kapsel

Das Besondere: Jede Kapsel  
enthält zusätzlich hochdosiert  
das wichtige Vitamin D  
sowie die Vitamine C  
und K



PZN-06494612  
(90 Kapseln)

In Ihrer Apotheke  
www.canea.de



Ein Schreibtisch voller Erinnerungen, an dem auch manche Klassenarbeit korrigiert wurde: Bilder aus glücklichen Tagen



Das Lächeln ist in Altona zurückgekehrt: Karen auf dem Sommerfest im Garten der Wohngemeinschaft

# Leben: Eine WG in Altona

kann es genau sagen. Vielleicht der Mann, der sie verließ, als es kritisch wurde. Erste kleine Autounfälle. Hackfleisch in der Waschmaschine. Dann findet sie in einer fremden Stadt das Auto nicht wieder, lässt Klassenarbeiten zwei Mal schreiben. Der Mann zieht aus, fährt mit der neuen Freundin in den Urlaub. Karen leidet wie eine gesunde Frau.

Der Vater an der Nordsee holt sie zu sich nach Hause, wo sie als Kind aufgewachsen, zur Schule gegangen war. In eine betreute Wohnung für Senioren. Er hat sie drei, vier Mal die Woche bei sich, bekocht sie, sie hilft im Garten. Dort kennt Karen sich aus. Sie ist viel unterwegs. Immer raus an die Luft, an den Deich. Ihr Bewegungsdrang ist

**Wann die schlimme Krankheit begann? Niemand weiß es genau.**

bis heute geblieben. Sie geht ins Kino, kann immer noch wieder nach Hause finden. Noch ein gutes schönes Jahr in ihrer Heimatstadt. Doch Karen verliert

nach und nach ihre Alltagsfähigkeiten, ihr Verstehen, ihre Sprache. Englisch geht noch lange Zeit besser als Deutsch. Sie kann den Fernseher nicht mehr anschalten. Wenn sie einkauft, dann alles doppelt und dreifach.

Irgendwann sind die Kapazitäten des Vaters (90) erschöpft. Auch die Tatsache, sein eigenes Kind so verfallen zu sehen, muss unerträglich sein. Er spricht nicht viel darüber – er ist ein Nordfriese.

Wir verabreden einen Umzug nach Hamburg, damit wir sie in unserer Nähe haben. Aber wo-

hin? Mit meiner Frau – sie ging mit Karen bis zum Abitur zur Schule – suche ich im Internet nach einer für uns annehmbaren Unterbringung. Wir wollen kein Heim – wir wollen eine Yvonne – und wir finden Yvonne!

Über die Alsterdorf-Assistenz West erfahren wir von einem neuen Projekt für Demenzerkrankte in Altona: eine Wohngemeinschaft, die von den Angehörigen selbst verwaltet wird.

Ein Neubau der Wohnungsge nossenschaft „Altoba“ an der Hospitalstraße. Wir sind die Nummer zwei auf der Liste der Bewerber. Wir lernen Birgit Laukötter von der Alsterdorf-Assistenz kennen. Das Objekt ist noch im Bau. Und Sabine Wannags von der Alzheimer-

Gesellschaft. Sie hilft uns bis heute, den Dschungel der Demenz begehbar zu machen.

Und wir treffen auf die besagte Yvonne von der Hamburger Gesundheitshilfe. Sie wird den Pflegedienst in der WG leiten, sie ist die Seele des Ganzen, die Fachfrau unter den vielen Jungen im Pflegeteam, das 24 Stunden in der WG ist. Wir fahren mit ihr tagelang durch Hamburg, suchen Gardinen, Möbel und Kleinigkeiten zum Wohl-

fühlen. Sie fährt mit uns an die Nordsee, schaut sich meine Schwester an – Karens neues Leben kann beginnen.

400 Quadratmeter ist die Wohngemeinschaft groß, mit offener Küche und zwei Wohnzimmern, in die man sich zurückziehen kann. Sie hat zehn

Zimmer, behindertengerechte Bäder. Aber wie klein die Wohnungen für unsere Lieben sind! Nur 14 Quadratmeter. Wie soll man sie möblieren? Wie kann man darin wohnen? Karen hatte ein Haus.

Heute wissen wir: je kleiner, desto besser.

Der Pflegedienst wird von uns Angehörigen beauftragt, die auch das Hausrecht haben. Wir haben zwei Sprecherinnen, einen Schatzmeister, einen Ernährungsbeauftragten, jemanden, der für Keller und Garten zuständig ist. Jeder hat seinen Job. An Feiertagen oder wenn Hauswirtschafterin Heike im Urlaub ist, muss jeder mal kochen – für 14 Personen. Wenn neue Bewerber kommen, müssen sie bereit sein, aktiv in der Gemeinschaft mitzuarbeiten.

**Die WG wird von den Angehörigen selbst gemanagt.**

**Bitte blättern Sie um!**



Eine lebenslange Freundschaft, die auch hielt, als andere gingen: Karen und ihre Freundin Annette. Sie ist oft Gast in der WG, kümmert sich um ihre kranke Freundin.



## Der Kampf gegen das Vergessen

# Karens zweites

Die neue Heimat der 69-Jährigen ist eine besondere Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz

Von HANSJÖRN MUDER

**S**ie liebt ihren Mann, Musik von Phil Collins, Spieleabende mit Freunden, Parfüm von Nina Ricci, Malerei und Kunst, ein gutes Buch (am liebsten auf Englisch). Sie liebt Reisen nach Norwegen und Frankreich, ihren Garten, die Rosen, ihre Katze. Sie liebt gutes Essen, selbst kochen, und Diskussionen über Schulpolitik. Sie liebt Kinder, auch wenn sie selbst keine hat, sie liebt ihre Schüler, sie ist beliebt und erfolgreich. Sie ist Lehrerin für Englisch und Geografie.

Sie liebt nicht mehr.

Sie hat alles vergessen. Ihre Freunde, ihren Garten, ihre Schüler, ihre Lebensfreude, ihre Katze. Ihren Vater an der Nordsee, ihren Mann sowieso. Manchmal geht noch eine Schublade des Erinnerns auf: Dann liegt der über Jahrzehnte gelesene „Spiegel“ an ihrem Bett oder eine Wohnzeitschrift. Und Phil Collins und ein Gläschen Sekt entlocken ihr noch ein leises Lächeln.

Karen hat Demenz, Karen ist heute 69 Jahre alt.

Karen ist meine Schwester. Wann es begann? Niemand

Unser Autor Hansjörn Muder mit seiner demenzkranken Schwester. Er arbeitet seit mehr als 40 Jahren als Journalist in Hamburg.







Ein schöner Sommertag im Garten der Wohngemeinschaft: Paul vom Pflegedienst serviert das Mittagessen für seine Lieben.

Wir Angehörigen suchen die neuen Bewerber aus. Ein Mal im Monat gibt es ein Treffen in Altona, dann werden die Finanzen geklärt, große und kleine Probleme besprochen und protokolliert.

Karen findet ihr Lächeln wieder in dieser Gemeinschaft, in der jeder ähnliche Probleme hat. Die Bewohner unterscheiden sich nur in der jeweiligen Pflegestufe. Wer noch in der Küche helfen kann, ist dabei. Karen war im ersten Jahr noch die Bügelfee, heute hat sie den Job an Paul abgegeben, der kann es zurzeit noch besser. Sie sieht jeden Tag die gewohnten Gesichter, freut sich, wenn Nils oder Selina sie in den Arm nehmen oder wenn sie draußen im Garten ihre Runden

drehen kann. Ob Karen wieder liebt? Ob sie es genießt, wenn ihre beste Freundin Annette sie besucht und ihr von alten Zeiten erzählt, wie sie ihren ersten Männern begegneten, sich von ihnen trennten und dann wieder glücklich waren? Auch wenn sie das meiste nicht mehr begreift und schon gar nicht mehr antworten kann: Ob dann die eine oder andere Schublade des Erinnerns noch mal aufgeht, in der so viele Bilder aus guten alten Zeiten liegen?

Ich weiß es nicht. Ich hoffe es!

➤ Kontakt: Wohngemeinschaft Hospitalstraße, Hospitalstr. 11, 22767 Hamburg. Oder: h.muder@gmx.de  
Sabine Wannags, WG-Begleiterin der Alzheimer-Gesellschaft: Tel. (040) 6891 3625



Die neue Wohngemeinschaft in Altona: Sie ist 400 Quadratmeter groß, hat Platz für zehn Bewohner. Es gibt eine offene Küche und zwei separate Wohnzimmer.

# „Es gibt kein Mittel gegen Demenz“

**Interview** Dr. Jürgen Wernecke erklärt, was die Krankheit mit den Betroffenen macht

**Die Krankheit des Vergessens: Dr. Jürgen Wernecke (55), Chefarzt der Geriatrie am Agaplesion Diakonie-Klinikum in Eimsbüttel, beantwortet die wichtigsten Fragen zu Demenz:**

**MOPO am Sonntag: Was ist Demenz und was passiert dabei im Körper?**

**Dr. Jürgen Wernecke:** Es handelt sich um eine Hirnerkrankung mit Störung der Denk-, Gefühls- und Handlungsleistung. Bei der häufigsten, der Alzheimer-Demenz, wird immer mehr der Eiweißabbau und damit die Signalübertragung im Hirn gestört. Der Erkrankte verliert immer

mehr Alltagsfähigkeiten.

**Was ist Vergesslichkeit und was sind Anzeichen von Demenz?**

Es gibt die normale Altersvergesslichkeit. Aber wenn der Schlüssel im Kühlschrank liegt oder der Weg zum Klo nicht gefunden wird, kann man von einer Demenz ausgehen. Die Störung muss aber sechs Monate andauern. Angehörige sollten sich Hilfe holen. Denn die Betroffenen werden die Krankheit nicht selber erkennen.

**Wie verläuft die Krankheit?**

Am Anfang steht häufig die Störung des Kurzzeitgedächtnisses. Dann kommen Störungen des Handelns hinzu. Zum Beispiel findet der

Erkrankte den Weg vom Einkauffen nicht mehr nach Hause. Die Erkrankten werden traurig oder wütend, weil sie die Veränderung bemerken. Es folgen Wortfindungsstörungen, Namen werden vergessen. Auch Halluzinationen, Ausfälle und Inkontinenz treten auf. Am Ende sind die Erkrankten bettlägerig. Die Alzheimer-Demenz führt innerhalb von fünf bis zehn Jahren zum Tode. Die meisten Patienten sterben an Lungenentzündungen.

**„Rund 60 Prozent der Demenzkranken sind Frauen.“**

**Dr. Jürgen Wernecke**

**Wie werden Demenzkranke behan-**

**delt?**

Es gibt bisher kein Mittel gegen Demenz. Aber es gibt Medikamente, die die Signalübertragung verbessern. Dadurch kann der geistige Abbau um höchstens ein Jahr verschoben

**„Alzheimer führt in fünf bis zehn Jahren zum Tode.“**

**Dr. Jürgen Wernecke**

**Welche Menschen erkranken in der Regel an Demenz?**

Die teilweise vererbare Krankheit tritt ab etwa 60 Jahren auf. Bei den über 65-Jährigen sind ca. 5 bis 10 Prozent betroffen. Rund 60 Prozent der Erkrankten sind Frauen. Menschen, die sich in ihrem Leben viel bewegt haben, leiden seltener an Demenz.

**Das Interview führte WIEBKE BROMBERG**



**Dr. Jürgen Wernecke (55) ist Chefarzt der Geriatrie (Altersmedizin).**