

KELHEIM



FUSSBALL
Das Leder rollt: Mit dem Totopokal-Turnier in Kelheim beginnt schon die neue Saison.
SEITE 37

GUTEN MORGEN Den Löffel abgeben

Der Ehemann meiner besten Freundin hat kürzlich den Löffel abgeben. Ja, das ist wirklich ein Trauerspiel! Nein, nicht das, was Sie jetzt denken. Er ist putzmunter und seit ein paar Wochen im Ruhestand. Meine Freundin ist eine prima Hausfrau, sorgt umfassend für ihren Mann und die schon längst erwachsenen Kinder. „Er“ hat vor kurzem das Rentenalter erreicht und genießt seinen Ruhestand im wahrenst Wortsinn. Seine Arbeiten erledigt er vom Fernsehsessel oder von der Couch aus. Kein Wunder, wenn meine Freundin Stress verspürt und eine Einladung ihrer Schwester zu einem kurzen Bausausflug in die Toskana spontan annahm. Als sie „ihm“ das unterbreitete, reagierte er mit der Bemerkung: „Und was wird aus mir, soll ich vielleicht verhungern?“ Aber die Pointe kommt erst. Er ist nämlich gelernter Koch und hat diesen Beruf bis zu seinem Rentnerdasein ausgeübt, und das richtig gut.

NAMENSTAGE

Christine, Eberhard, John, Thomas, Paulinus

FÜR DEN NOTFALL

Polizei:	110
Feuerwehr/Notarzt/ Rettungsdienst:	112
Ärztliche Bereitschaft:	116 117
Bereitschaftspraxis Goldbergklinik Kelheim:	Heute, 13 bis 21 Uhr
Giftnotruf München:	(089) 1 92 40
Notdienst-Apotheken: Von heute, 8 Uhr bis morgen, 8 Uhr. Centro-Apothek Kelheim, Schäfferstraße 1, Tel. (0 94 41) 17 83 30 und Stadt-Apothek Neustadt/Do., Stadtplatz 8, Tel. (0 94 45) 28 15.	

WETTER

Morgens	Mittags	Abends
11°	15°	15°
Niederschlagsprognose: 5%		
Sonnenstunden: 10,6		
Sonnenaufgang: 05.09 Uhr		
Sonnenuntergang: 21.20 Uhr		
Mondaufgang: 15.24 Uhr		
Monduntergang: 02.17 Uhr		
Mondphase: 1. Viertel		

WER WILL MICH?



Mischlingsrüde Leo ist rund zehn Monate jung, gechipt, entwormt und geimpft. Er ist aufgeschlossen und verspielt, aufmerksam und lernwillig. Er ist gut an der Leine zu führen, man kann ihn aber auch ohne Leine mitlaufen lassen. Leo ist nicht sehr quirlig, brav und hört fast immer aufs Wort. Bitte rufen Sie für Leo bei der Tierhilfe Kelheim an, Tel. (01 79) 9 22 80 01.

Mehr Informationen unter:
www.tierhilfe-kelheim.de



1,5 Millionen Menschen in Deutschland leiden an Demenz, meist werden sie von Angehörigen betreut. Für die ist das ein 24-Stunden-Job, weshalb sie oft selber krank werden und Hilfe brauchen. Neue Angebote im Landkreis Kelheim sollen helfen.
FOTO: DAVID HECKER, DPA

Hilfe für pflegende Angehörige

KRANKHEIT Wer als Angehöriger einen Demenzen pflegt, leistet einen 24-Stunden-Job. Das führt an die Grenzen der Belastbarkeit.

VON JOCHEN DANNENBERG

BAD GÖGGING. Die Situation ist erschreckend. Immer mehr Menschen leben mit einer Krankheit, die verarmlosend als „Vergesslichkeit im Alter“ abgetan wird – Demenz. 1000 Menschen im Landkreis Kelheim haben diese Krankheit, 1,5 Millionen sind es in Deutschland. Alzheimer ist ihre häufigste Form. Eine Heilung gibt es nicht, Demenz ist lebenslanglich. Auch für die Angehörigen – vor allem auch weil 70 Prozent der Erkrankten zuhause gepflegt werden. Überwiegend von Frauen. Um ihnen zu helfen, gibt es jetzt im Landkreis das Projekt „Helfen und selber gesund bleiben“.

„Es verändert das ganze Leben“

Was die Demenz für Angehörige von Erkrankten bedeutet, schilderten diese Woche Frauen bei einer Informationsveranstaltung zu dem Projekt in Bad Gögging. „Es verändert sich das ganze Leben, wenn man einen demenzen Menschen zuhause hat“, sagte eine Frau. „Es bricht eine Welt zusammen und dann stehst du da.“ Der Grund: Die Krankheit erfasst den Menschen zunehmend, er braucht immer mehr Pflege, schließlich eine 24-Stunden-Betreuung. Die meisten Angehörigen wollen das selber leisten, geraten dadurch jedoch zunehmend unter Druck. Private Kontakte und Freizeit schwinden, der Schlaf wird unregelmäßig. Die pflegenden Angehörigen brauchen selbst Hilfe.

Dr. Winfried Teschauer empfiehlt Angehörigen, sich individuell beraten zu lassen.
FOTO: JD

DIE SITUATION



24 Stunden: Personen, die an Demenz erkrankt sind, werden in 70 Prozent der Fälle von Angehörigen betreut. Überwiegend handelt es sich bei den pflegenden Angehörigen um Frauen. Für sie bedeutet das im Regelfall, dass sie sich 24 Stunden am Tag um den Erkrankten kümmern.



Krankheit: In Deutschland leben rund 1,5 Millionen Menschen mit einer Demenz. Die Alzheimer-Krankheit ist die häufigste Form der Demenz. Sie tritt besonders in höherem Alter auf, aber auch immer mehr Menschen unter 60 sind betroffen.



Heilung: Menschen mit Demenz fällt es schwer, sich zu erinnern, neue Erfahrungen aufzunehmen, sich räumlich und zeitlich zu orientieren und mit ihrem gewohnten Alltag fertig zu werden. Eine Heilung dieser Krankheit ist nicht möglich, nur das Vorschreiben kann verlangsamt werden.



Hilfe: Ziel des Projektes „Helfen und selber gesund bleiben“ ist die Gestaltung von Selbsthilfekonzepten für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz. Es geht vor allem um Entlastung und Gesunderhaltung.

FOTOS: PLEÜL (2), BERG, NAUPOLD/DPA

Auch der Frau, deren Mann vor zehn Jahren erkrankt war, ging es so. Ihre Lösung: „Ich bin zu einer Selbsthilfegruppe gegangen.“

Gerhard Wagner vom Landesverband Bayern der Deutschen Alzheimer Gesellschaft sagt: „Es ist oft nicht so sehr die Pflege, die das Anstrengende ist, sondern dass sich der Mensch verändert und damit auch die Beziehung.“ Dr. med. Tobias Wächter, Chefarzt der Neurologie in der Klinik Passauer Wolf in Bad Gögging, rät pflegenden Angehörigen: „Es ist wichtig, sich selbst Freiheiten zu schaffen, um vorzubeugen, dass es nicht zu einem Burnout kommt.“ Und die AOK Kelheim warnt: „Einen Pflegebedürftigen kann man planen, einen Demenzkranken nicht.“

Dr. rer. nat. Winfried Teschauer, Leiter der Ingenium-Stiftung und Vorstandmitglied der Deutschen Alzheimer Gesellschaft, empfiehlt Angehörigen, sich über die Krankheit zu informieren und sich auszutauschen mit Menschen, die in der gleichen Situation stecken und sich individuell beraten zu lassen. Wichtig sei es zudem, die Krankheit Demenz zu entstigmatisieren, die Angehörigen besser über die ihnen zustehenden Leistungen zu informieren sowie den Angehörigen die Bürde zu nehmen, die mit dem Pflegefall vorhanden ist, und Hilfsangebote rechtzeitig verfügbar zu machen.

Dr. rer. nat. Winfried Teschauer, Leiter der Ingenium-Stiftung und Vorstandmitglied der Deutschen Alzheimer Gesellschaft, empfiehlt Angehörigen, sich über die Krankheit zu informieren und sich auszutauschen mit Menschen, die in der gleichen Situation stecken und sich individuell beraten zu lassen. Wichtig sei es zudem, die Krankheit Demenz zu entstigmatisieren, die Angehörigen besser über die ihnen zustehenden Leistungen zu informieren sowie den Angehörigen die Bürde zu nehmen, die mit dem Pflegefall vorhanden ist, und Hilfsangebote rechtzeitig verfügbar zu machen.

Seminare für Angehörige

Ein neues Projekt im Landkreis Kelheim soll die pflegenden Angehörigen unterstützen. „Helfen und selber gesund bleiben“ hat in einem ersten Schritt eine Koordinations- und Anlaufstelle in Kelheim (Lederergasse 2, Tel. 0 94 41/17 50 98 18, anita.guttenberger@alzheimer-kelheim.de) eingerichtet. Außerdem wird in diesem Sommer ein weiteres Angebot starten, nämlich ein Seminar für pflegende Angehörige zum Umgang mit belastenden Gefühlen, die aus der Pflegesituation resultieren, wie Gerrit Ildsardi, 2. Vorsitzender der Alzheimer Gesellschaft im Landkreis Kelheim erklärte. Im Herbst und Winter folgen ein Seminar zum Umgang mit Konflikten innerhalb der Familie, die in der Pflegesituation begründet sind, sowie ein Angebot zur frühzeitigen Klärung von Konflikten für akut betroffene Familien. Das Modellprojekt wird wissenschaftlich begleitet von Prof. Dr. Regina Mulder vom Institut für Pädagogik an der Universität Regensburg.

Wie die Seminare aussehen können, verdeutlichte Dr. phil. Britt Kirstein. Sie betreut ein Seminar, in dem die Haltung der pflegenden Angehörigen hinterfragt werden soll und zugleich Lösungsansätze für eine Verbesserung der konkreten Situation gefunden werden sollen, wozu auch die anderen Kursteilnehmer beitragen werden. In einem Seminar will man Familien durch Mediation helfen. „Wir können nicht mehr miteinander reden“, sei eine Situation, die in vielen Familien anzutreffen sei, sagte Diplom-Psychologin Stephanie Sedlmayer-Wesling. Diese Familien sollen an einen Tisch, um gemeinsam Lösungen zu entwickeln.

Mehr Informationen unter:
www.mittelbayerische.de/kelheim