

# „Wir machen einfach das Beste daraus!“

**Ursula Rathai (68) war zuerst entsetzt über die Wesensveränderung ihres Mannes. Nach der Diagnose Demenz hat sie sich sofort daran gemacht, alles über die Krankheit zu erfahren, sich Hilfe zu holen und allen Freunden, Bekannten und Nachbarn zu erklären, warum Karl sich plötzlich so merkwürdig verhält.**

„**S**chon 2006 hat sich mein Mann stark verändert: Er war immer unruhig, wurde immer misstrauischer und oft aggressiv. Zwei Jahre später bekam er außerdem einen Schlaganfall, aber erst 2010 haben wir erfahren, dass Karl an einer Mischform von Alzheimer Demenz und vaskulärer Demenz erkrankt ist. Das war ein Schock, aber ich war froh, dass ich endlich eine Erklärung hatte. Dann habe ich alles über Demenz gelesen, was ich kriegen konnte, im Internet und in Büchern. Ich habe mich bei der Alzheimer Gesellschaft hier in Krefeld, bei Pflegestützpunkten und Beratungsstellen informiert. Immer und überall wurde mir gesagt: Du musst Dir unbedingt Entlastung holen und Hilfe annehmen, sonst wirst Du krank. Nun geht Karl seit sechs Jahren jeden Tag in eine Tagespflegeeinrichtung. Ich bin damit zuerst nicht so gut klargekom-



men, dass er da so oft und auch so gerne hinget. Ich hab mir gedacht, was sollen die Leute bloß denken? Aber dann hat Karl mir gesagt, das sei für ihn so, als würde er jeden Tag ins Büro gehen, und er freue sich einfach, wenn er nachmittags wieder nach Hause käme. Ich habe dann auch bald gemerkt, wie gut ihm die anderen Menschen tun, wie gut wir miteinander auskommen und dass ich auch Zeit für mich finde.

Um die Pflege zu bezahlen, haben wir unser Haus verkauft und unsere Ersparnisse aufgebraucht. Aber wir dafür haben wir beide was vom Leben, trotz der Krankheit. Und wir gehen ganz offen mit dem Thema Demenz um: Wir unternehmen viel, treffen uns regelmäßig mit Freunden und lachen oft. Man muss einfach vieles mit Humor nehmen. Außerdem machen wir seit vier Jahren in einer Demenz-Theatergruppe mit. Uns alle dort verbindet ein Thema, aber das ist nicht ausschlaggebend, das Wichtigste ist, dass wir miteinander etwas Schönes erleben und Spaß haben.

Ich lerne in Angehörigen-Gruppen oder auf Info-Veranstaltungen oft Angehörige kennen, die sich vollkommen isolieren. Sie haben Angst davor, was die Leute über sie denken könnten, wenn sie mit ihrem demenzkranken Partner in die Stadt gehen. Ich kann dazu nur sagen: Habt Mut und genießt das

Leben trotzdem! Vernetzt Euch gut und nehmt Hilfe und Tipps an! Geht auch eigenen Interessen nach! Ich z.B. bin jetzt Mitglied im „wir pflegen“, Landesverband Nordrhein-Westfalen, denn ich finde, dass der Staat sich zu sehr auf pflegende Angehörige verlässt, ohne sie fürs Alter angemessen abzusichern. Ich will helfen, dass sich daran etwas ändert.“