

Ein jahrelanger Trauerprozess

Gerd Hilkers Frau litt an Demenz / Jetzt will er eine Selbsthilfegruppe für pflegende Männer gründen

LANDKREIS. Ein schmerzlicher langer Weg liegt hinter ihm. Seit einem halben Jahr ist Gerd Hilker verwitwet. Die sechs Jahre davor waren eine große Lebensveränderung für ihn und seine an Demenz erkrankte Frau. Die Krankheit, die mit dem Nachlassen der Gehirnleistung den ganzen Menschen und seine Persönlichkeit erfasst, hatte auch sie nicht verschont.

Professionelle Hilfe hatten die beiden bei der Alzheimer-Gesellschaft Landkreis Nienburg erfahren. Insbesondere in den Gesprächskreisen für pflegende Angehörige fand Gerd Hilker Beistand. Meistens jedoch seien es Frauen, die in diese Kreise kommen. Mit Hilfe von Alzheimer-Gesellschaft und Paritätischem Wohlfahrtsverband Nienburg will er deshalb eine Selbsthilfegruppe für pflegende Männer gründen.

„Ich will die Männer hinter dem Ofen vorlocken“, sagt der 76-Jährige. Viele gebe es, die sich wie er in dieser oft ausweglos erscheinenden Situation befinden. Die aber Scheu hätten, Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Marlies Wienert, Ansprechpartnerin bei der Alzheimer-Gesellschaft, und Claudia Walderbach, Leiterin der KIBIS-Beratungsstelle für Selbsthilfe beim Paritätischen Wohlfahrtsverband Nienburg, stehen ihm dabei zur Seite. Sie kennen die Problematik im Leben pflegender Menschen, wissen, dass mit der Demenz des Lebenspart-



„Die Männer hinter dem Ofen vorlocken“, will Gerd Hilker. Starthilfe für die Selbsthilfegruppe für pflegende Männer erhält er von Marlies Wienert (Mitte) und Claudia Walderbach.

FOTO: ALZHEIMER-GESELLSCHAFT/ANGHELOFF

ners das eigene Leben aus dem Ruder läuft.

Der Verfall der geistigen und damit verbunden oft auch der körperlichen Fähigkeiten sei eine Tragödie. Der erkrankte Mensch verändere sich in seiner ganzen Persönlichkeit und ist nicht mehr der, der er einst war. Ein schleichender Prozess. In kleinen, dann immer größer werdenden Schritten sei er trotz aller Forschung immer noch unaufhaltsam.

„Eine langsame, sehr schwere Trennung, ein jah-

relanger Trauerprozess“, nennt es Gerd Hilker. Über 50 Jahre waren er und seine Frau Ursula verheiratet. Seine Tochter hatte ihn auf die Veränderungen im Wesen ihrer Mutter aufmerksam gemacht. „Das muss man erst einmal verinnerlichen, akzeptieren“, erinnert er sich an die zuerst aufs Alter geschobene Vergesslichkeit, „dass Ursula ihr Auto auf dem Parkplatz nicht mehr fand, dass auch im Haushalt einiges schief lief“. Später

blieb sie nicht mehr im Haus, lief einfach weg, auch nachts: „Eine Tür klappt, das Licht brennt, das Bett ist leer.“ Die Narkose nach einer Fußfraktur habe alles noch verschlimmert: „Tag- und Nachtrhythmus waren völlig durcheinander.“

Da war das Gedächtniscafé in den Räumen der Alzheimer Gesellschaft, ein Treffen für Menschen mit demenziellen Veränderungen, ein guter Rat gewesen. Ihn hat Gerd Hilker angenommen: „Sie ist sehr

gern hingegangen.“ Während seine Frau dort zwei Stunden lang betreut wurde, nahm er in dieser Zeit am Gesprächskreis für pflegende Angehörige teil, der vor sechs Jahren ebenfalls in den Räumen der Gesellschaft gegründet worden war. Eine wichtige Erfahrung, die er da machen durfte. Professionelle Beratung und praktische Tipps, der Austausch, von den Lebensumständen der anderen zu hören, all das habe ihm gut getan, habe ihn gestärkt.

„Viele Menschen möchten damit aber nicht konfrontiert werden, schweigen, lenken ab“, weiß auch Marlies Wienert von Sätzen wie „Ach, komm“, die hat doch nichts, das bisschen Vergesslichkeit...“ oder die Frage an Ursula beim gemeinsamen Spaziergang: „Kennst du mich noch, weißt du, wer ich bin?“ Ein unbeholfener Versuch, Kontakt aufzunehmen, wie Claudia Walderbach erklärt.

Die wohl schlimmste Erfahrung überhaupt war für ihn „der Schritt von der Tagespflege in ein Heim, wenn es zu Hause gar nicht mehr geht, zugeben zu müssen, dass man nicht mehr klar kommt, dieses Gefühl des Abschiebens“. Auch hier fand er Hilfe und Beistand in der Gruppe.

Seit vier Jahren arbeitet er nun schon im Vorstand der Alzheimer Gesellschaft, ein Experte aus der Erfahrung heraus: „So kann man wirklich zur Seite stehen, denn pflegende Angehörige bleiben oft auf der Strecke.“

Treffen für pflegende Männer wird es unter dem Dach der Alzheimer Gesellschaft im Haus Ziegelkampstraße 20 jeden zweiten Mittwoch im Monat geben. Von 15 bis 17 Uhr, die Zeit, in der dort auch das Gedächtniscafé geöffnet hat, damit die Männer ihre Angehörigen gut betreut wissen. Das erste Treffen findet am 10. Mai statt. *DH*

☎ Anfragen sind unter Telefon (050 21) 90 34181 möglich.