

Pragmatische Antworten zum Thema Alzheimer

DEMENZ Der erste umfassende Ratgeber für Demenzkranke und Angehörige kommt aus Luzern. Die Autorin liefert viele praktische Tipps.

Gegen 5000 Menschen mit einer Demenz (Hirnleistungsschwäche), viele davon mit der am häufigsten auftretenden Alzheimer-Krankheit, leben im Kanton Luzern. Die Zahlen sind weltweit steigend.

Bei Betroffenen und Angehörigen löst die Diagnose meist grosse Betroffenheit und viele Fragen aus, wie: Kann man die zunehmende Vergesslichkeit hinauszögern? Wie lange können wir unseren Vater zu Hause pflegen? Wo gibt es Tagesplätze zur Entlastung? Was müssen wir rechtlich regeln?

Verständlich und handlich

Antworten und viele pragmatische, hilfreiche Tipps für den Alltag von und mit Demenzkranken gibt das neue Buch «Diagnose Demenz» der Alzheimervereinigung Luzern (AlzLU), die am Freitag ihr 20-Jahr-Jubiläum feiert hat.

Zwar gibt die Schweizerische Alzheimervereinigung (AlzCH) eine Reihe von Broschüren und Merkblättern heraus, und in der Buchhandlung liegen Fach-

Gesprächsgruppen in Gemeinden

JUBILÄUM rs. Die Alzheimervereinigung Luzern (AlzLU) hat am Freitag in Meggen ihr 20-Jahr-Jubiläum gefeiert. Sie ist im Kanton Luzern mit der Infostelle Demenz die erste Anlaufstelle für Demenzkranke und Angehörige und bietet auch Gesprächsgruppen für Angehörige in Luzern, Emmenbrücke, Hochdorf und Sursee an. Präsidentin **Bernadette Schaller-Kurmann** gibt ihr Amt aus beruflichen Gründen heute ab. Als neue Präsidentin wurde **Andrea Zängler-Baumann** an der Generalversammlung gewählt. Geschäftsleiterin ist **Sandra Baumeler**, Autorin des neuen Ratgeberbuches.

Infostelle und Broschüren

Die Infostelle Demenz ist von Montag bis Freitag von 8 bis 11.30 und 14 bis 17 Uhr erreichbar: Telefon 041 210 82 82 oder per Mail: infostelle@alz.ch. Weitere Infos und Broschüren: www.alz.ch/lu und www.alz.ch; hier finden sich auch die Links für andere Kantone.

bücher und persönliche Schilderungen zuhauf. Was bisher fehlte, ist ein Buch mit kompakter Wissensvermittlung und mit praktischen alltagsnahen Antworten auf vielfältige Fragen.

Sandra Baumeler (46), Luzerner Journalistin, Kommunikationsfachfrau und Geschäftsleiterin von AlzLU, hat diese Lücke erkannt und den 120-seitigen Ratgeber verfasst. «Unser Vorstand und ich verstehen dieses Buch als sinnvolle Aktion zum 20-Jahr-Jubiläum. Mir war es ein Anliegen, die vielen Informationen kompakt, gut leserlich und handlich zwischen zwei Buchdeckeln darzustellen», sagt Baumeler.

Mutter war demenzkrank

Das ist der Autorin vorzüglich gelungen. Gut verständlich und in zehn übersichtliche Kapitel gegliedert, schildert Sandra Baumeler, was Demenz ist, warum eine frühe Abklärung und Diagnose Sinn machen, welche Anlaufstellen es gibt und welche Behandlungen die Lebensqualität des demenzkranken Menschen verbessern können; dies sind übrigens keineswegs nur Medikamente. Im Kapitel «Betreuung zu Hause» geht das Buch detailliert auf Alltagsfragen wie das Anpassen der Wohnung (Übersicht schaffen, Stolperfallen entfernen) oder Körperhygiene, Ernährung, Weglaufen und Aggression ein.

Sandra Baumeler, deren Mutter 2008 nach mehrjähriger Demenzkrankheit

gestorben ist, hat eine pragmatische Sicht. Sie schreibt zum Beispiel, dass es nicht nötig sei, jeden Tag zu duschen oder zu baden, um sauber zu sein – Waschen am Lavabo zwischendurch tue es auch und «vermindert den Stress für die Kranken und schont die Haut».

Auch ein Mutmacher

Ausdrücklich ermuntert das Buch Angehörige, sich Hilfe und Entlastung von der Spitex und Entlastungsdiensten wie Tagesstätten zu holen sowie Beratungs- und Schulungsangebote zu nutzen. Auch die Frage des Heimeintritts, eine emotional schwierige Situation, wird thematisiert. Weitere Kapitel gehen auf die Finanzierungsfrage und auf Rechtsfragen wie Patientenverfügung und Testament ein, und schliesslich auf ein Sterben in Würde.

Das Buch ist in seiner Sachlichkeit und dem spürbaren Mitgefühl auch ein Mutmacher. Eine Fotoreportage von Jakob Ineichen in der Luzerner Tagesstätte Der rote Faden und die sorgfältige Gestaltung durch Yvonne Portmann werten es zusätzlich auf.

Einen kleinen Schönheitsfehler hat die Publikation: Alle darin aufgeführten Adressen betreffen fast ausschliesslich den Kanton Luzern. Sandra Baumeler sagt dazu: «Es ist ein Jubiläumsprojekt von AlzLU, aber das Buch ist bewusst so konzipiert, dass andere kantonale Sektionen den Inhalt übernehmen und

die Adressen entsprechend ersetzen könnten.»

RUTH SCHNEIDER
ruth.schneider@luzernerzeitung.ch

HINWEIS

► «Diagnose Demenz – Ratgeber für Betroffene und Angehörige», von Sandra Baumeler. 120 Seiten, Fr. 24.50. Erhältlich über www.alz.ch/lu, Telefon 041 372 12 14 und im Buchhandel. ◀

ANZEIGE

«Die Revision ist sehr massvoll – zum Vorteil von Kunden und Ladenbesitzern.»

Manuela Jost
Kantonsrätin/
Grossstadträtin
gip, Luzern



www.ja-zum-ladenschlussgesetz.ch