

# Ganze Biografien werden ausgelöscht

Der Betagtenpflegeverein Biel-Seeland hat vor rund sechs Jahren die erste **Pflegewohnung** für Demenz-Kranke eröffnet. Zum Weltalzheimertag stellt der Verein sein Angebot vor.

sz. «Hast du Alzheimer, oder was?» - wenn jemand etwas Wichtiges vergisst, setzt es schon mal Spott ab. Wer jedoch die unheilbare Krankheit, deren fatale Auswirkungen und rasante Ausbreitung kennt, dem vergeht ganz schnell das Lachen.

Die Krankheit lässt die Hirnzellen absterben, zerstört das Gedächtnis und verändert dadurch das ganze Wesen der Betroffenen. Wissenschaftler rechnen mit 115 Millionen Demenzkranken bis zum Jahr 2050.

## Familiärer Charakter

Der Betagtenpflegeverein Biel-Seeland hat vor rund sechs Jahren die erste Pflegewohnung für Demenz-Kranke eröffnet. Sie verfügt über acht Pflegeplätze und hat einen familiären Charakter. Doch was unterscheidet diese spezielle Einrichtung von anderen Pflegewohnungen? Marianne Troxler-Felder, Co-Leiterin: «Demenzkranken haben einen ausgeprägten Drang nach Bewegung. Das erfordert einen sehr flexiblen Tagesablauf.» Wegen der Weglaufgefahr ist die Pflegewohnung geschlossen.

Das speziell ausgebildete Personal achtet darauf, welche Vorlieben und Gewohnheiten die Betroffenen haben. Ganz wichtig im Umgang mit Demenzbetroffenen ist die sogenannte Validation. Marianne Troxler-Felder übersetzt dies so: «In den Schuhen des anderen gehen». Dabei versucht das Pflegepersonal, auf die Gefühle und Bedürfnisse der Bewohner einzugehen, sie zu ermuntern und so ihr Selbstwertgefühl zu stärken. «Belehrungen oder Machtkämpfe sind hier fehl am Platz.»

## Alzheimer: Häufigste Form

Fast die Hälfte aller in Alters-, Pflege- und Krankenhäusern betreuten Bewohner im Kanton Bern sind von einer Demenzerkrankung betroffen. «Alzheimer» ist die häufigste Demenzform und gekennzeichnet durch die Abnahme des Gedächtnisses und zunehmenden Schwierigkeiten bei alltäglichen Handlungen. Demenz lässt unauffällig immer mehr Hirnzellen abster-



Die **Pflegewohnung** an der Aarbergstrasse ist speziell für Demenz-Betroffene eingerichtet.

Bild: Chris Harker

ben. Erinnerungen werden ausgelöscht, die Persönlichkeit verändert sich. Die Kranken finden sich zeitlich und räumlich nicht mehr zurecht. Demenzkranke können nicht mehr auf früheres Wissen zurückgreifen, viel Erlerntes verschwindet einfach - schliesslich auch die eigene Biografie. Sie wissen am Ende nicht mehr, wer sie sind, erkennen ihre Liebsten nicht mehr. Neues überfordert die Kranken, die auch aggressiv werden können. Der

Wechsel in eine Pflegewohnung kann für Demenzbetroffene aber auch eine Erleichterung sein. Die Co-Leiterin: «Zuhause werden sie immer an ihrer Rolle gemessen, welche sie bisher innehaben.» Diese könnten sie aber nicht mehr erfüllen. Das baut Druck auf, die Defizite stehen im Vordergrund. Im Heim dagegen wird auf den verbliebenen Fähigkeiten aufgebaut.

Für Angehörige ist die Veränderung der Persönlichkeit eine harte

Belastung. Deshalb hat beim Betagtenpflegeverein Biel-Seeland auch die Betreuung und der Miteinbezug der Familie eine hohe Priorität. Troxler: «Angehörige dürfen Partner oder Eltern besuchen, wann sie wollen und so oft sie wollen.»

## Gespräch über Situation

Auch das Gespräch über die schwierige Situation kommt nicht zu kurz. Denn auch für den Partner oder die Kinder der Betroffe-

nen ist der Umzug in ein Heim ein grosser Einschnitt. Dazu kommt sehr oft, wie Troxler betont, dass diese unter einem schlechten Gewissen leiden. Sie fühlen sich schuldig, weil sie ihre Liebsten ins Heim gebracht haben.

Manchmal kommen diese Gefühle auch erst hoch, wenn das Familienmitglied gestorben ist. «Die Betreuung der Angehörigen geht deshalb auch über den Tod hinaus weiter», fügt Troxler an.

## Infostand heute an der Nidaugasse

• Der Betagtenpflegeverein Biel-Seeland stellt sich am heutigen **Alzheimertag** vor und informiert zum Thema Demenz sowie zur speziell dafür eingerichteten **Pflegewohnung** an der Aarbergstrasse 35 in Biel.  
• Heute zwischen 10 bis 14 Uhr an der Nidaugasse zwischen Coop und Bata. (sz)

**INFO:** Kontakt zum Verein über Tel. 032 323 41 42 oder auf [www.betagtenpflegeverein.ch](http://www.betagtenpflegeverein.ch)

## Noch immer ein Rätsel für die Forschung

sda. Vor gut 100 Jahren beschrieb der Psychiater Alois Alzheimer (1864-1915) zum ersten Mal die später nach ihm benannte Krankheit. Doch noch heute ist die Alzheimer-Krankheit für die Forschung voller Rätsel.

Alois Alzheimer war fasziniert von dem Fall einer verwirrt und orientierungslosen Frau in der «Städtischen Anstalt für Irre und Epileptische» in Frankfurt.

Nach dem Tod der Patientin untersuchte er 1906 ihr Gehirn. Er fand Eiweissablagerungen in

der gesamten Hirnrinde und abgestorbene Nervenzellen.

Unter den Wissenschaftlern ist noch heute strittig, was genau im Gehirn bei Alzheimer und Demenz passiert, und was die stetig fortschreitende unheilbare Krankheit auslöst. Eiweissfragmente - Amyloid-Peptide - lagern sich im Gehirn ab. Diese Plaques sind unauf löslich.

Die Zellen schaffen es nicht, diese Ablagerungen loszuwerden. Die Plaques stören die Reizübertragungen zwischen den Hirnzellen, die Zellen wer-

den funktionsuntüchtig und sterben ab. Welche Fehlsteuerung diesen Prozess auslöst, liegt noch im Bereich der Hypothesen.

Klar ist dagegen, dass vor allem alte Menschen betroffen sind. Bei den 70- bis 74-Jährigen haben drei bis vier Prozent Demenz, bei den 75- bis 79-Jährigen sind es schon sieben Prozent.

In der Gruppe der 85- bis 89-Jährigen leidet bereits jeder Vierte an Demenz, bei den über 90-Jährigen sind mindestens 30 Prozent betroffen.

# Stress nach Geburt führt zu Schreiproblemen

**Übermüdete, gestresste oder körperlich angeschlagene Mütter haben häufiger Probleme mit schreienden Babys.** Das zeigt eine Studie von Forschern der Universität Basel.

sda. Frischgebackene Eltern geraten rasch einmal an den Anschlag, wenn ihr Kind scheinbar nicht mehr aufhören will zu schreien. Probleme mit schreienden Babys gehören zu den Hauptgründen, weshalb Eltern ärztliche Hilfe aufsuchen. Schreikinder laufen gar Gefahr, vom Vater oder der Mutter geschüttelt zu werden, was im Extremfall zum Tod führen kann.

Forscher um Elisabeth Kurth vom Institut für Pflegewissenschaft der Uni Basel haben nun untersucht, welche Faktoren Schreiprobleme bei Neugeborenen begünstigen. Für die im

«Journal of Obstetric, Gynecologic and Neonatal Nursing» publizierte Studie nutzte das Team Daten des Schweizerischen Hebammenverbandes aus dem Jahr 2007.

## Riesige Stichprobe

Bei 1636 Müttern hatte die betreuende Hebamme beim Hausbesuch festgehalten, dass der Säugling exzessiv schreie. Die Forscher verglichen diese Mutter-Kind-Paare mit 6129 Kontrollpaaren, in denen keine Schreiprobleme vermerkt wurden. In einer zweiten, qualitativen Studie begleitete Kurth zudem 15 Mütter und befragte sie ausführlich.

Es zeigte sich, dass vor allem der Gesundheitszustand der Mutter ein Risikofaktor ist für Babyschreien. So gaben depressive Mütter viermal häufiger als gesunde an, ihr Kind schreie übermässig. Bei körperlichen Beschwerden war das Schreirisiko um rund 40 Prozent erhöht. Weil die Forscher das Schreien

der Babys nicht massen, kann die Studie nicht nachweisen, ob die Babys wirklich stärker schrien oder ob angeschlagene Mütter empfindlicher reagierten. Frühere Studien hätten aber gezeigt, dass die Angaben der Eltern und die gemessene Schreidauer gut übereinstimmen, sagte Kurth.

## Stress durch Berufstätigkeit

Ein weiterer Risikofaktor war der Druck, 15 bis 16 Wochen nach der Geburt - also gleich nach dem Mutterschaftsurlaub - wieder arbeiten zu gehen. Die Wahrscheinlichkeit für Schreiprobleme mit dem Kind war für diese Frauen um 40 Prozent erhöht. Kurth führt dies auf den Stress zurück, früh zum Arbeitsplatz zurückkehren zu müssen.

Die Studie förderte auch einen Schutzfaktor zutage: Bei Frauen, die bereits ein Kind hatten, waren Schreiprobleme deutlich seltener: Beim zweiten Kind war das Risiko nur noch halb so gross

wie beim ersten Kind. Beim dritten Kind war es sogar nur noch ein Drittel so gross. Das könne verschiedene Gründe haben, sagte Kurth. In den Interviews hätten Mütter angegeben, sich beim zweiten oder dritten Kind viel sicherer zu fühlen. Sie hätten zum Beispiel schon gar nicht mehr die Erwartung, dass das Kind immer ruhig sei. Zudem könnten auch die Geschwister einen positiven Einfluss haben, zum Beispiel, indem sie mit dem Baby spielten.

## Mütter entlasten

Kurth betonte, dass Stress der Eltern nicht die einzige Ursache sei für Schreiprobleme. Bis zu einem Alter von drei Monaten schrien die meisten Säuglinge relativ häufig. Gemäss heutigem Wissen liege das unter anderem daran, dass ihr Hirn noch nicht ausgereift sei und sie sich deshalb - einmal erregt - nur schwer wieder beruhigen könnten.

Trotzdem gebe es viele Mütter, die Hilfe brauchen könnten,

sagte Kurth. Früher hätten Krankenkassen zur Entlastung in den ersten Wochen nach der Geburt Haushaltshilfen bezahlt. Heute seien Mütter stärker auf sich alleine gestellt. Für die Forscherin wäre es an der Politik, hier Abhilfe zu schaffen - zum Beispiel mit längeren Vaterschaftsurlauben.

Um ein schreiendes Baby zu beruhigen, gibt es kein Patentrezept. Zum Vorbeugen empfiehlt die Pflegewissenschaftlerin und Hebamme Elisabeth Kurth, dass Eltern versuchen, auch ihren eigenen Stress abzubauen. Viele Eltern versuchen, ihr schreiendes Kind mit Singen, gleichmässig rauschenden Geräuschen oder mit sanften Bewegungen wie Wiegen zu beruhigen. Doch manchmal lasse sich das Baby einfach nicht trösten. Dann sei es wichtig, nicht selbst in Rage zu geraten. Im Notfall rate sie, das Kind kurz abzulegen und in einen anderen Raum zu gehen, um sich abzureagieren. Nütze alles nichts, solle man Hilfe suchen.

## Medizin

### Rheuma erhöht auch Risiko für Herzinfarkt

sda. Rheuma schädigt nicht nur die Gelenke, sondern erhöht auch das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Darauf wies die Deutsche Gesellschaft für Rheumatologie im Vorfeld ihres Jahreskongresses in Hamburg hin.

Durch eine entzündlich-rheumatische Erkrankung würden auch die Blutgefässe in Mittel- und Grossgefässen gezogen. Zudem komme es bei Rheumapatienten vermehrt zu einer Verkalkung der Gefässe, einer Arteriosklerose.

Rheumatiker hätten dadurch ein um 30 bis 60 Prozent höheres Risiko, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erleiden, erklärte Jürgen Braun, Ärztlicher Direktor des Rheumazentrums Ruhrgebiet in Herne. Die Gefahr steige noch, wenn die Patienten erhöhte Blutfettwerte, Bluthochdruck, Diabetes oder Übergewicht haben.

Bei Menschen mit einer Vorbelastung für die Entwicklung einer sogenannten rheumatoiden Arthritis könne Rauchen sogar den Ausbruch der Erkrankung beschleunigen.

## Selbsthilfegruppe

### Wenn die Beine immer zappeln

mt. Wenn abends das «Gramseln», Zappeln und die Unruhe kommt und den nächtlichen Schlaf zur Hölle macht, fragen sich manche Betroffene, was sie dagegen tun können. Sie leiden unter dem Restless-Legs-Syndrom, im Volksmund auch Zappelbein genannt. Doch sie sind nicht alleine mit diesem Problem, in Biel können sie in einer Selbsthilfegruppe zweimal jährlich mit Gleichgesinnten über ihre Probleme und Fortschritte diskutieren.

Fragen können beantwortet und Erfahrungen von RLS-Betroffenen weitergegeben werden. Durch gute Information über die Krankheit bekommt man diese besser in Griff und das Leben wird lebenswerter. Kleine Fortschritte ermöglichen es, dass man wieder Aktivitäten, Reisen, Freizeitgestaltung, Hobbys, etc. planen und auch machen kann.

**INFO:** 11. Oktober, 14 Uhr. Neuer Treffpunkt im Selbsthilfezentrum an der Bahnhofstrasse 30 in Biel, 1. Stock.

## Forschung

### Blitz-Test für Tuberkulose

sda. Britische Forscher haben einen Test entwickelt, mit dem Tuberkulose bei einem Menschen innerhalb einer Stunde nachgewiesen werden kann. Die Methode befindet sich allerdings noch im Versuchsstadium, teilte die britische Gesundheitsbehörde mit.

Studienleiterin Catherine Arnold sagte, der Test solle ermöglichen, «innerhalb einer Stunde eine Diagnose zu stellen und umgehend eine Behandlung zu beginnen». Derzeit dauern Tests bis zu acht Wochen - eine Zeit, in der die Krankheit fortschreitet und viele weitere Menschen angesteckt werden können.

Bis zum Einsatz der neuen Methode könnten allerdings noch «mehrere Jahre» vergehen, räumte die Studienleiterin ein. In den USA wurde mittlerweile ein ähnlich schneller Test entwickelt, der nach zwei Stunden ein Ergebnis liefert und sogar erkennen soll, ob es sich um einen resistenten oder behandelbaren Erreger handelt. Darüber berichtet die Fachzeitschrift «New England Journal of Medicine» in ihrer letzten Ausgabe.