

Titel: Mit Zärtlichkeit gegen das Vergessen
Mit Alzheimer in Thailand leben
Autor: Martin Woodtli, 121/84 Moo 7, Faham Village
T. Faham A. Muang, Chiang Mai 50000, Thailand

Sehr geehrte Damen und Herren

Ich möchte Sie kurz zu einer Reise einladen. Die Reise führt uns ein Stück weit durch meine persönliche Lebensgeschichte, hin zu einem neuen Angebot für demenzkranke Menschen in Chiang Mai, Nordthailand.

Ich erinnere mich, als mich mein Vater in einem vertrauten Gespräch darauf hinwies, dass das Gedächtnis meiner Mutter nachgelassen habe. Er mache sich Sorgen deswegen. Dies war vor ziemlich genau 4 Jahren. Eine Untersuchung in der Memory Klinik in Zürich zeigte auf, dass meine Mutter an Alzheimer erkrankt war.

Die Defizite häuften sich und wurden mehr und mehr zur quälenden Belastung meines Vaters. Sein Schmerz wurde unerträglich, als der Moment kam, wo meine Mutter meinen Vater nicht mehr als ihren Ehemann erkannte, ihn als mehrbesseren Kollegen behandelte und alle Zärtlichkeitsversuche seinerseits von sich wies. Ich muss Ihnen jene schmerzvollen Tatsachen dieser Krankheit nicht gross erläutern. Sie wissen wovon ich spreche. Im Februar 2002 hat sich mein Vater das Leben genommen.

Unmittelbar nach dem Tode meines Vaters bin ich ins Elternhaus umgezogen und habe die Betreuung meiner Mutter übernommen. Ich betreute meine Mutter 10 Monate alleine in der Schweiz. Suchend nach adäquaten, würdigen aber auch zahlbaren Betreuungsangeboten, spielte ich mit dem Gedanken, nach Thailand zurückzugehen. Zusammen mit meiner an Alzheimer erkrankten Mutter. Ich arbeitete zu einem früheren Zeitpunkt während 4 Jahren in Thailand und wusste um die Betreuungsqualitäten und den Respekt der Thailänderinnen und Thailänder gegenüber älteren Menschen.

Am 4. Dezember 2002 zog ich mit meiner Mutter nach Chiang Mai, in Nordthailand. Anfänglich liess ich es offen, ob es sich um einen 1-monatigen Urlaub handeln würde, oder ob wir auf unbestimmte Zeit dort bleiben würden.

Meine Mutter ist seit unserer Abreise vor nun fast schon zwei Jahren nicht mehr in die Schweiz zurückgekehrt. Dorthin zurück, wo sie ihre Wohnung mit 40 Jahren Lebensgeschichte verlassen hat, wie wenn sie einen Ausflug machen würde. Ich habe mir damals viele Gedanken gemacht und viele Fragen gestellt:

So zum Beispiel:

Vermisst meine Mutter ihre Heimat, ihre Bekannten, ihre Angehörigen?

Habe ich meine Mutter durch diesen Wechsel in ein fernes Land „entwurzelt“?

Der Gedanke damals, dass meine Mutter Ihre Wohnung mit so einem langen Stück Lebensgeschichte, für unbestimmte Zeit – vielleicht für immer verlassen würde, stimmte mich sehr traurig. Rückblickend glaube ich zu erkennen, dass bei meiner Mutter alles vollkommen anders ablief. Weil sie aufgrund ihrer Krankheit die Tragweite ihres Wegzuges, oder sagen wir, ihrer Reise, nicht mehr abschätzen konnte. Wahrscheinlich war sie einfach auch bereit, einen Ausflug zu machen. Was ja irgendwie auch der Realität entsprach. Es wird hier wohl einmal mehr deutlich, wie stark Belastungen, Aengste und Trauer, welche Alzheimer mit sich bringt, sich vorwiegend auf die Angehörigen fokussieren. Alzheimer, die Krankheit der Angehörigen. Wir sind herausgefordert, Entscheide zu treffen. Unsere Liebsten zu führen.

Ich glaube, dass meine Mutter ihre Heimat „geografisch“ nie vermisst hat. Sie hat ihre „Heimat“ sowie ihre noch verbleibenden Vergangenheitserinnerungen und ihre Lebensge-

Mit Zärtlichkeit gegen das Vergessen - Mit Alzheimer in Thailand leben

schichte mit nach Thailand genommen. Und sie lebt all dies in Thailand! Ich erinnere mich, als sie während einem Spaziergang in einem Quartier in Chiang Mai einer Betreuerin erklärte, dass sie in jenem Haus, es war ein Privathaus, zur Schule gegangen sei.

Motiviert durch die positiven Betreuungserfahrungen mit meiner Mutter in Thailand, wollte ich diese neue Dienstleistung anderen Menschen ebenfalls zugänglich machen. Alzheimerkranke sollten kurz- mittel- oder längerfristige Ferientaufenthalte durchführen können. Alleine, oder in Begleitung ihrer Angehörigen.

Erst entstand eine Vision, dann das konkrete Projekt

„Baan Kamlangchay“.

Das Wort „Baan“ steht für Haus. „Kamlangchay“ kann als ermutigend oder Begleitung des Herzens übersetzt werden. Der Begriff kann treffender nicht sein, um anzudeuten, wie herzlich und respektvoll der Umgang der Thailänderinnen und Thailänder mit älteren Menschen ist.

3 Betreuerinnen und Betreuer sind für eine an Alzheimer erkrankte Person zuständig und wechseln sich während der 24 Stunden-Betreuung ab. Diese 1:1 oder viel mehr 3:1 Betreuung macht es möglich, auf die einzelnen Bedürfnisse und Stimmungen der Gäste einzugehen. Aktivitäten können je nach Situation und Bedürfnis der Gäste einzeln oder in Gruppen durchgeführt werden.

Vor einem haben Jahr trafen in Baan Kamlangchay die ersten Gäste ein. Eine 82-jährige an Alzheimer erkrankte Frau, die zusammen mit ihrer Tochter einen 3 monatigen Urlaub antrat. Zwei Wochen später ein weiterer Gast, ein 70 jähriger Mann. Seine Demenzerkrankung erfordert ebenfalls eine 24 Stunden-Betreuung. In der Schweiz verbrachte er 6 Monate in einem Pflegeheim. Als ehemaliger Swissair Angestellter war er viel herumgereist. Sein Herzenswunsch, sich in Thailand niederzulassen, ging in Erfüllung. Die Erfahrungen während den ersten Monaten zeigen mir, dass die neuen Gäste den Aufenthalt in Baan Kamlangchay ähnlich erleben wie meine Mutter. Auch sie geniessen die herzliche und zärtliche Betreuung, lassen sich berauschen von der Blumenpracht und empfinden Heimatgefühle, obwohl sie sich geografisch von ihrem Herkunftsort entfernt haben.

Ich möchte nun 3 Thesen, oder nennen wir es doch einfach Feststellungen, die ich während unserer Betreuungstätigkeit gemacht habe, etwas näher erläutern:

1. Feststellung:

„Zärtliche Berührungen können für Demenzkranke Balsam sein und auftretende Aggressionen und Verstimmungen lindern.“

Die Betreuerinnen und Betreuer von Baan Kamlangchay begleiten die Gäste als Freunde durch den Alltag. Eine herausragende Eigenschaft in der Pflege und Betreuung des thailändischen Personals ist der herzliche, zärtliche und körperlich nahe Umgang mit älteren und hilfsbedürftigen Menschen. Diese Fähigkeit deckt ein zentrales Bedürfnis der demenzkranken Menschen ab, die mit zunehmendem Krankheitsverlauf oft vermehrt den Körperkontakt suchen. Es ist rührend zuzuschauen, wie auch die Kinder der Nachbarschaft, keine Berührungsängste haben, auf unsere Gäste zugehen, sie streicheln und mit ihnen plaudern. Ich konnte beobachten, dass derart spontane, natürliche und herzliche Körperkontakte stimulierend und belebend auf die Demenzkranken einwirken können. Dabei werden nicht selten auch Erinnerungen an frühkindliche Erfahrungen wachgerufen.

Als Gestalttherapeut habe ich mich früher sehr intensiv mit sogenannter „Körperarbeit“ befasst. Habe gelernt, wie mit Körperinterventionen Spannungen gelindert werden können. Beim Beobachten der thailändischen Betreuerinnen und Betreuer bekomme ich oft den Eindruck, dass sie viel von dem was ich gelernt habe, und noch viel mehr, einfach in einer

Mit Zärtlichkeit gegen das Vergessen - Mit Alzheimer in Thailand leben

kindlichen Selbstverständlichkeit anwenden. Dieser liebenswürdige Umgang ist ihnen im Blut. Bei den Demenzkranken kommt es hervorragend an.

Haarpflege, Fusspflege, Gesichts- und Ölmassagen bauen wir für die Gäste in die Tagesstruktur ein.

Ich komme zur zweiten Feststellung:

Es betrifft die gegenseitige Verständigung zwischen den Gästen und den Betreuerinnen und Betreuer, die ja nicht die gleiche Sprache sprechen.

„Die Suche nach neuen Kommunikationsformen kann neue Ressourcen wachrufen und bereits vorhandene Defizite überdecken.“

Vielleicht ist dies eine Ihrer ersten Fragen: „Wie verständigen sich denn die Gäste mit Ihren Betreuerinnen und Betreuer?“ Diese Frage habe ich mir natürlich vor zwei Jahren auch gestellt. Vorallem dann, wenn meine Mutter alleine mit einer thailändisch sprechenden Betreuerin zusammen ist. Ich muss zugeben, dass ich anfänglich grosse Hemmungen und ein beklemmendes Gefühl hatte.

Ich habe meine Mutter damals etwas ins kalte Wasser geführt. Habe ihr gesagt, dass ich jetzt zwei Stunden in die Stadt müsse. Sie habe ja eine Kollegin, die bei ihr sei. Ich würde ja auch gleich wieder zurückkommen. Sie war nicht begeistert und realisierte damals noch, dass ihre Betreuerin sich einer anderen Sprache bediente. Als ich zurückkam, war meine Mutter mit ihrem Fotoalbum am Philosophieren. Sie hatte zweifellos eine interessierte ZuhörerIn. Nebenbei amtierte sie auch noch als Deutschlehrerin, indem sie versuchte, Sätze aus einem thailändischen Deutschunterrichtsbuch ihrer Schülerin laut und deutlich, fehlerfrei vorzutragen.

Ich muss eingestehen, dass es für mich immer sehr schwierig war und immer noch ist, wenn meine Mutter mich beschimpft, oft völlig grundlos. So meine ich. Ich bin nicht gefeit vor sogenannten „Argumentationsfallen“. Wenn meine Mutter mir krampfhaft erklärt, dass sie auf der Toilette die Hosen nicht runterlassen kann, weil es „zerbricht“. Wenn ich dann versuche verstandesmässig herauszufinden, was denn hier zerbrechen würde, dann entgegnet sie mir, dass ich nicht so blöd fragen solle, ich wisse doch sehr genau, was sie meine.

Die thailändischen Betreuerinnen führen meine Mutter sprachlos oder anderssprachig durch solche Prozesse. Die Bedeutung der verbalen Verständigung zwischen Demenzkranken und ihren Betreuerinnen und Betreuer kann tatsächlich in den Hintergrund treten. Demenzkranke suchen nach anderen Kommunikationsformen, da mit zunehmendem Krankheitsverlauf Ausdruck- und Sprachstörungen vermehrt auftreten können. Die Suche nach anderen Kommunikationsformen kann neue Ressourcen wachrufen und bereits vorhandene Defizite überdecken. Erfahrungswerte zeigen, dass gleichsprachige Angehörige oder Betreuerinnen oft der Versuchung ausgesetzt sind, sich bei Missstimmungen der Demenzkranken zu rechtfertigen und zu argumentieren. Dies kann zu gegenseitigen Anschuldigungen führen. Dieses Problem kann durch die nonverbale oder anderssprachige Kommunikation stark vermindert werden. Die Betreuerinnen und Betreuer verstehen negative Gefühlsäusserungen der Demenzkranken nicht verbal und gegen sie selbst gerichtet. Sie können die Gefühlsäusserungen jedoch atmosphärisch einordnen.

Ein Langzeitgast schämte sich anfänglich wegen seinen sprachlichen Defiziten, wie mir sein Sohn mitteilte. Mit seinen thailändischen Betreuerinnen spricht er heute frei von der Leber weg. Eine neue Art von gegenseitiger Verständigung ist am Entstehen.

3.Feststellung:

„Durch neue Erlebnisse und Entdeckungen können alte Erinnerungen neu belebt werden.“

Mit Zärtlichkeit gegen das Vergessen - Mit Alzheimer in Thailand leben

„Ach, der Bodensee ist heute wieder friedlich im Sonnenschein“. Die 82 jährige Bertha, hat dies an einem schönen Sonnenuntergang am Ping River in Chiang Mai, während ihrem 3 monatigen Ferienaufenthalt gesagt. Ich glaube nicht, dass es eine grosse Rolle spielt, ob sie nun wirklich am Bodensee war oder nicht. Die atmosphärische Einordnung ist viel mehr von Bedeutung. Ich beobachte oft, dass alte Geschichten gerade dann auftauchen, wenn eine besondere Stimmung herrscht, oder etwas Besonderes auf einem Ausflug erlebt wird. Im Elefantencamp, in einem Tempelgelände oder anderswo.

Ein sehr wirksames und belebendes Medium ist die Musik. Ich fordere alle Gäste jeweils auf, jene Musik mitzubringen, welche ihre betroffenen Partner als Kinder, Jugendliche oder junge Erwachsene gerne gehört haben. Diese Musik spielen die Betreuerinnen und Betreuer dann jeweils ab. Manchmal sogar im Wechsel mit thailändischer Musik. Denn Gästen ist wohl dabei, weil es atmosphärisch stimmig ist.

Sehr geehrte Damen und Herren

Ich habe versucht, Ihnen einen kurzen Eindruck über eine neue Betreuungsform zu vermitteln. Selbstverständlich können Sie mich für ausführlichere Informationen im Anschluss oder auch zu einem späteren Zeitpunkt gerne kontaktieren. Sie sehen hier meine Kontaktadresse.

Ueber Baan Kamlangchay sind im Fernsehen mittlerweile drei grössere Reportagen ausgestrahlt worden. Die letzte Reportage in der Sendung Weltspiegel im Ersten Deutschen Fernsehen vom 8. August 04, können Sie auf unserer Homepage www.alzheimerthailand.com herunterladen und anschauen, falls Sie diese nicht schon gesehen haben.

Das Thema dieses Kongresses lautet: „Keine Zeit zu verlieren“

Alzheimer und andere Demenzerkrankungen nehmen in einem Masse zu, dass unser traditionelles Gesundheitssystem enorm gefordert oder sogar überfordert wird. Innovative, neue Wege sind mehr und mehr gefragt. Auch hier drängt die Zeit. Baan Kamlangchay ist nur ein neuer innovativer Ansatz von vielen anderen unkonventionellen Angeboten, die hoffentlich folgen werden.

Mit Baan Kamlangchay befinden wir uns am Anfang eines neuen Pfades. Wir verstehen uns als Lernende und möchten das Projekt behutsam weiterentwickeln.

Ich möchte Sie alle ermutigen, neue Wege in der Betreuung zu suchen und zu gehen. Es lohnt sich. Ich kann es bestätigen.

Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit.

Korrespondenzadresse:

Martin Woodtli
Baan Kamlangchay
121/84 Moo 7, Faham Village
T. Faham A. Muang
Chiang Mai 50000
Thailand
Tel. 0066 6 913 36 14
e-mail: alzheimerthailand@bluemail.ch
homepage: www.alzheimerthailand.com