

**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** 6 (1998)  
**Heft:** 3

**Artikel:** "Wir haben den langen, schönen Herbst noch geniessen können"  
**Autor:** Ulrich, Werner  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-818498>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# «Wir haben den Herbst noch gen

*Aufzeichnungen von Erika Frei\*\* über ihren Mann, über einige seiner letzten Lebensjahre, sind keine heitere Lektüre. Stationen eines Leidensweges – zur Parkinsonschen Krankheit gesellten sich Alzheimer-Symptome und später auch die Diagnose dieser Krankheit – stellte sie aber so sachlich und einfühlsam dar, dass ein wertvolles Dokument über den inzwischen verstorbenen Patienten und seine Umwelt entstanden ist. Auch an die schwersten Phasen erinnerte sich Frau Frei ohne Bitterkeit. Sie habe mit ihrem Mann eine wundervolle Ehe geführt, erklärt sie die Kraft, die sie für die Betreuung des kranken Lebenspartners fand. Ihre Kinder und andere nahestehende Personen seien ihr beigestanden. Geholfen habe ihr auch die Sektion Zürich der Schweizerischen Alzheimervereinigung und Pro Senectute Kanton Zürich, die ihr Kontakte mit anderen Betroffenen und Weiterbildungsimpulse vermittelte.*

\* Werner Ulrich,  
Zürich

«Mehr Gelassenheit hätte mir wohl einiges gebracht!» sagt Erika Frei\*\* im Rückblick auf die Jahre an der Seite ihres kranken Gatten. Doch damals stand sie mitten in all den auftauchenden Schwierigkeiten. «Man sieht kein Ende und fragt sich, ob das denn ewig so weitergeht.» Verlangsamung im Denken, im Sprechen, zunehmende Behinderungen beim Gehen, langsamer Verlust eines überdurchschnittlichen Orientierungssinnes, Krämpfe, Versteifung der Gliedmassen, Zittern bei extremer Müdigkeit oder bei Aufregungen: Mit solchen Symptomen der Parkinsonschen Krankheit hatten Alois Frei und seine Umgebung leben gelernt. Doch fast unmerklich begann auch der geistige Durchblick des Patienten nachzulassen.

## **Zerrissene Formulare und Belege**

Vom Einkaufen, das er nach seiner vorzeiti-

gen Pensionierung mit knapp 60 Jahren gerne besorgte, brachte Herr Frei mitunter statt sechs Eiern und einer Flasche Olivenöl sechs Flaschen Olivenöl, dafür aber keine Eier nach Hause. Es kam vor, dass er die Einkäufe nicht bezahlte oder die bezahlte Ware bei der Kasse liegenliess. Als früherer Bänkler in finanziellen Angelegenheiten sehr bewandert, bekundete Alois Frei plötzlich auch in diesem Bereich Mühe. Er führte mit der Bank seltsame telefonische Anlagegespräche. Das Ausfüllen der Steuererklärung wurde zum Riesenproblem, hinterliess zerrissene Formulare, Belege. Wichtige Unterlagen hatte der einst so sorgfältige Fachmann verlegt. Als seine Frau die Sache hierauf selber in die Hand nahm, begegnete er ihr mit totalem Misstrauen und dauernden sinnlosen Kontrollen.

## **Tramfahren als Alptraum**

Der Alltag wurde für die Ehefrau, wie aus

\*\*Name von der Redaktion geändert

# angen, schönen iessen können»

ihren regelmässigen Notizen herauszulesen ist, mit der Zeit noch belastender. Ihr Mann räumte unverhofft Büchergestelle aus, «zeuselte», stellte leere elektrische Herdplatten auf das Maximum, drehte Heisswasserhähnen auf. Seine Stimme wurde immer leiser, die Sprache undeutlich. Er verwechselte Begriffe, bekundete Wortfindungsschwierigkeiten. Auch seine Schrift wurde immer schlechter, kleiner, praktisch unleserlich, und er machte plötzlich Orthografiefehler.

Spaziergänge mit dem Gatten wurden mühsam: Er rannte überraschend davon, abseits der Wege, bewachsene Hänge hinauf. Oder er war bergab kaum mehr aufzuhalten. Mit Mühe und unter tatkräftiger Mithilfe von Passanten brachte ihn Erika Frei jeweils wieder auf die Beine. «Das Tramfahren wurde zum Alptraum», heisst es in ihren schriftlichen Aufzeichnungen. «Entweder weigerte er sich kategorisch einzusteigen oder auszusteigen, oder er war total steif und blockiert und konnte sich weder vorwärts noch rückwärts bewegen. Meistens fanden sich Menschen, die mir halfen.» Für Fussmärsche von normalerweise zehn Minuten benötigte das Ehepaar später bis zu dreiviertel Stunden. «Er fing an, sich zu weigern, sich anzuziehen, die Treppen hinunterzugehen, hielt sich am Geländer fest, klammerte sich an die Haustüre, an die Gartenzäune. Manchmal gelang es mir unter Tränen, ihn ein paar Schritte weiterzubringen. Ich schubste und zog ihn und sah die Zeit schrumpfen, die mir an diesen Tagen für mich noch übrig blieb. Manchmal schämte ich mich, wenn ich merkte, dass wir bei unseren Handgreiflichkeiten von Passanten beobachtet wurden.»

## Diagnose: Alzheimer

Gab es, wenn die gestresste Ehefrau mit ihrem Mann unter die Leute ging, auch tatsächliches Unverständnis? Bedauerliche Gedankenlosigkeiten? Erika Frei sieht keinen Grund zum Klagen. «Ich musste mir ja das nötige Wissen um die Alzheimer-Krankheit selber erst aneignen!» Sogar die Ärzte, zu denen Frau Frei ein gutes Verhältnis hatte, waren manchmal überfordert. Obwohl sich bei Erika Frei bald einmal der

Verdacht auf Alzheimer-Krankheit regte, zögerte der Neurologe, der Alois Frei regelmässig betreute, lange mit der entsprechenden Diagnose, weil er annahm, der Patient sei für diese Krankheit noch zu jung. Erst durch verschiedene Tests und ein Computer-Tomogramm wurde die Diagnose Alzheimer gestellt.

## «Nichts als wieder heim»

Halluzinationen – der Patient sah Personen, die gar nicht vorhanden waren, seine verstorbenen Eltern oder die längst ausgeflogenen Kinder zum Beispiel, militärische Bewegungen im Garten, Ungeziefer im Essen –, eine früher nicht gekannte Unruhe, bis zu 20 Stürze am Tag, nächtliches Umherirren: Verschlechterungen im Zustand von Herrn Frei legten zeitweilige Spitaleinweisungen nahe. Medikamentenzug und langsames Wiedereinstellen sowie verschiedene andere Therapieversuche in einer neurologischen Abteilung brachten indessen keine Besserung. Eine spätere Hospitalisation verschlechterte bloss das psychische Befinden des Patienten. Erika Frei: «Er wollte nichts als wieder heim. Ich erlebte ihn weinend und unglücklich.» Pflegepersonal und Mitpatienten erlebten Alois Frei als völlig unansprechbar. Der stationäre Aufenthalt in einer psychiatrischen Klinik brachte ausser der Alzhei-

## Die Alzheimerkrankheit

*Die Alzheimerkrankheit ist charakterisiert durch einen schleichenden Beginn und einen fortschreitenden Verlust von Gedächtnisfunktionen und anderen höheren Hirnfunktionen. Die Vergesslichkeit ist das erste Symptom, sie äussert sich unter anderem in häufigem Nachfragen, Verlegen von Dingen, Vergessen. Früh finden sich auch Wortfindungsstörungen und Störungen des Handelns, der Wahrnehmung und der Urteils- und Steuerungsfähigkeit. Der wichtigste Risikofaktor für die Alzheimerkrankheit ist das Alter. Die Alzheimerkrankheit wird heute immer noch zu selten diagnostiziert. Nachlassende geistige Fähigkeiten sollen ernst genommen und abgeklärt werden. Seit wenigen Jahren sind Medikamente auf dem Markt, die Hirnleistungsstörungen positiv beeinflussen können. Ihr Einsatz verlangt eine sorgfältige Abklärung. Die moderne Demenzabklärung beruht auf einer medizinischen und einer neuropsychologischen Untersuchung. Aufgrund zusätzlicher Laboruntersuchungen und bildgebender Verfahren kann der Arzt die Alzheimerkrankheit von anderen Demenzformen unterscheiden, die durch Krankheiten verursacht werden und zum Teil heilbar sind. Für die Diagnosestellung kann sich der Hausarzt in der ganzen Schweiz auf Fachärzte oder auf Demenzabklärungsstellen abstützen.*

## Behandlung

*Trotz berechtigter Hoffnungen, dass es in Zukunft dank der Grundlagenforschung neue therapeutische Möglichkeiten geben wird, ist in den nächsten Jahren nicht mit Heilungsmöglichkeiten zu rechnen. Die Ursachen der Krankheit sind erst ansatzweise bekannt.*

*Alzheimerkranke werden im Verlaufe der Krankheit pflegebedürftig und sind zunehmend auf Hilfe angewiesen. Meistens übernehmen Familienangehörige die schwierige Aufgabe der Betreuung rund um die Uhr. Die psychologische und soziale Begleitung der Patientinnen und Patienten und ihrer Angehörigen stellt dabei ein wichtiger Eckpfeiler im Betreuungsangebot dar.*



Foto: Martina Jaroch

mer-Diagnose medikamentöse Experimente, Sprach- und Bewegungstherapien. «Eine Verbesserung seines Zustandes wurde damit nicht erreicht.» Nach einem Monat nahm ihn seine Frau, obwohl er schlechter dran war als zuvor, wieder nach Hause.

### **Hoffnungsvolle Ausrufzeichen**

Wie bei vielen Patienten mit Demenz-Erkrankungen gab es auch bei Alois Frei Schwankungen im Befinden, von Tag zu Tag und oft sogar innert Stunden. Bessere Phasen liessen die Ehefrau Hoffnung schöpfen. «Heute ging er allein in die Tagesklinik!» notierte sie einmal mit drei Ausrufzeichen. Die Tagesklinik, in der sich Herr Frei offensichtlich wohlfühlte, brachte seiner Frau zwei- bis dreimal pro Woche dringend benötigte Entlastungen. Doch die Symptome der fortschreitenden Krankheit wurden immer gravierender. Erika Frei: «Es kam so weit, dass er mich manchmal nicht erkannte, mich nach dem Verbleib seiner Frau fragte und wissen wollte, wer ich sei, was ich da überhaupt mache. Er hörte Stimmen, die ihn beunruhigten. Er leerte sich den Tee in die Hand statt in die Tasse, biss in die Serviette statt ins Brot, faltete sorgfältig sein Taschentuch auf, um daraus etwas Unverständliches vorzulesen . . . Er fing an fortzulaufen, sowohl von zu Hause als auch aus der Tagesklinik. Meistens wurde er rasch eingeholt, aber es ist auch vorgekommen, dass er mir von einer Nachbarin total verwirrt und ausser sich heimgebracht wurde. Ich musste nun die Wohnung ständig abgeschlossen halten und

### **Weltalzheimerntag Montag, 21. September 1998**

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die Internationale Alzheimervereinigung (ADI) deklarierten den 21. September zum Weltalzheimerntag, um so rund um den Globus auf die Demenzerkrankungen und ihre Folgen aufmerksam zu machen.

Die Schweizerische Alzheimervereinigung (ALZ) hat sich für den Weltalzheimerntag 1998 zum Ziel gesetzt, die Öffentlichkeit intensiv über die modernen Abklärungs- und Therapiemöglichkeiten des Morbus Alzheimer zu informieren. Auf den Weltalzheimerntag hin wird der Hoffmann-Verlag unter dem Titel «Rückwärts! Und alles Vergessen. Anna und Otto Nauer: Mit Alzheimer leben» ein Buch anbieten, das der Journalist Kurt-Emil Merki und Dr. med. Günter Krämer verfasst haben. Im November finden in der Region Zürich verschiedene Lesungen statt.

*Das Programm der ALZ Sektion Zürich kann bezogen werden bei Schweiz. Alzheimervereinigung Sektion Zürich, Zeltstrasse 13 / Postfach, 8612 Uster.*

den Schlüssel abziehen. Er fühlte sich dann allerdings eingesperrt, hämmerte an die Wohnungstüre, rüttelte an der Türfalle. Dann fing er an, inkontinent zu werden, zuerst nachts. Er wusste auch oft nicht mehr, wo die Toilette war, verwechselte die Küche oder eine Schlafzimmerecke mit dem WC.»

### **Untersuchungen und schöne Zweisamkeit**

«Ich war einmal mehr am Verzweifeln. Dies war dann der Zeitpunkt, in welchem ich mich endlich damit einverstanden erklären konnte, dass unser Arzt meinen Mann beim Stadtärztlichen Dienst für die Aufnahme in ein Pflegeheim anmeldete.» Damit waren die Weichen für die letzte Lebensphase des Patienten gestellt. Bis zu seinem Eintritt ins Heim verbrachte er schliesslich noch vier Monate in der geriatrischen Abteilung eines Stadtsitals. Neben Medikamenten- und anderen Therapien sowie Untersuchungen, in welche die Ehefrau der Wissenschaft zuliebe einwilligte, brachte diese Zeit auch schöne Momente: «Mein Mann durfte über ein Einzelzimmer mit Balkon verfügen. Wir haben den langen, schönen Herbst auf dem Balkon und im Garten des Spitals noch geniessen können. Die Pflege war sehr gut, die Ärzte äusserst nett und zuvorkommend.» Wenn sie ihren Mann an Wochenenden oder über die Festtage nach Hause genommen hatte, war Frau Frei jeweils froh, wenn sie ihn ins Spital zurückbringen konnte.

### **«Ein liebevoller Vater!»**

Schöne Momente, unvergessliche Tage auch während einer sich verschlimmernden Krankheit einer nahestehenden Person: Davon hört man oft. Wer einen Menschen schon vor dem Ausbruch einer schweren Krankheit kannte, wird ihn immer mit anderen Augen sehen und erleben, als wer ihn erst als Patient, als «Fall» kennenlernt. Bei Erika Frei gilt dies in besonderem Masse. «Wir haben eine wundervolle Ehe geführt! Mein Mann war ein einfühlsamer Partner und ein liebevoller Vater!» schwärmt sie, und die innige Beziehung zu ihrem Mann habe ihr noch während seiner Krankheiten viel Kraft gegeben. Es gab zwar Zeiten, da sie mit dem Schicksal haderte, all den Plänen nachtrauerte, die sie mit ihrem Mann nicht mehr verwirklichen konnte. In ihren grössten Tiefs machte sie sich sogar Gedanken, wie sie ihrem eigenen Leben und demjenigen ihres Mannes ein Ende setzen könnte. Doch irgendwie ging das Leben immer weiter. Im Rückblick bedauert Erika Frei sogar, für ihren Mann nicht noch mehr getan

zu haben. Dass es nicht möglich war, ihn zum Sterben nach Hause zu nehmen, empfindet sie noch heute als Wermutstropfen.

### **Im Krankenhaus viel gelacht**

Eine grosse Hilfe waren für Frau Frei in all den Jahren ihre Söhne. Sie kamen, um ihr Verschnaufpausen und Gelegenheiten zu Konzert- und Theaterbesuchen zu verschaffen, zum Hüten des Vaters. Auch Erika Freis Freundinnen anboten sich für Hilfeleistungen, machten ihr fast Vorwürfe, wenn sie keine Hilfe in Anspruch nehmen wollte. «Die Männer in unserem Bekanntenkreis hatten mit der Krankheit meines Mannes mehr Mühe!»

Sehr hilfreich war sodann manches, was an professioneller Betreuung geleistet wurde. Wenn Frau Frei sah, wie ihr Mann im Krankenhaus etliche der Pflegerinnen und Pfleger anlachte, war das für sie eine grosse Genugtuung. «Er hat im Heim viel gelacht!» stellt sie zufrieden fest. Ein Stück weit wurde sie dort als häufige Besucherin selber heimisch. In Abstimmung mit dem Personal durfte sie bei der Pflege ihres Mannes helfen. Sie verliess ihn jeweils erst, wenn er eingeschlafen war. «Wir können uns nicht mehr mit Worten verständigen», schrieb sie damals. «Ob er mich versteht, weiss ich nie so recht. Aber ich bin sicher, dass er meine Gegenwart spürt, wenn ich bei ihm sitze, ihm die Hand halte, ihn berühre, ihn streichle.»

### **Blumen von der Schwestern- schülerin**

Kontakte zu einer Angehörigengruppe fand Erika Frei durch einen Zeitungsartikel. Hier bot sich ihr die Gelegenheit, den Austausch mit anderen Betroffenen zu pflegen. «Die Männer der Frauen, die ich dort traf, waren zwar alle bei weitem nicht so schlimm dran wie mein eigener Mann. Doch ich spürte, wie diese Gruppe für einzelne meiner Gesprächspartnerinnen eine grosse Hilfe bedeutete». Hinweise auf weiterbildende Angebote fanden Frau Freis besonderes Interesse. Gerne leistete sie auch selber einen Beitrag. Bei Spitex-Organisationen und in der Krankenpflegeschule Aarau berichtete sie mehrfach über ihre hautnahen Erfahrungen mit einem Alzheimer-Patienten. Einmal kam danach eine angehende Krankenschwester mit einem Blumenstrauss auf sie zu: «Was sie erzählt haben, hat mich sehr berührt. Ich danke Ihnen!»

*\*Werner Ulrich  
ist freischaffender Journalist*

# Hilfe und Unterstützung in der Schweiz

## Die Schweizerische Alzheimer- vereinigung (ALZ)

Die Schweizerische Alzheimervereinigung (ALZ) setzt sich für demenzkranke Menschen ein und vertritt ihre Interessen. Sie unterstützt und berät Angehörige, professionell Betreuende, Freiwillige, Ärztinnen und Ärzte sowie politische Behörden auf allen Ebenen. Die ALZ feiert dieses Jahr ihr 10jähriges Bestehen.

Im April 1994 wurde die Sektion Zürich der ALZ als regionale Vertretung gegründet. Der Vorstand setzt sich zusammen aus Angehörigen demenzkranker Menschen, sowie Fachpersonen aus Medizin, Pflege und Sozialarbeit. Zurzeit zählt sie 720 Mitglieder (gesamtschweizerisch sind es 4500).

Alle Sektionsmitglieder der ALZ erhalten jährlich mehrmals Publikationen, die über Forschungsergebnisse und allgemeine neuere Erkenntnisse bei der Betreuung von Alzheimerkranken sowie über praktische Angebote wie z.B. Entlastungsmöglichkeiten in der Region, Ferienmöglichkeiten für Alzheimerkranke berichten. Entscheidend ist, der gesellschaftlichen Isolation und der ständigen Gefahr der Überforderung der Betroffenen entgegenzutreten.

## Die Anlaufstelle für Alzheimer- fragen

Zum Angebot der ALZ Sektion Zürich gehört zudem die zusammen mit der Pro

Senectute Kanton Zürich geführte «Anlaufstelle für Alzheimerfragen». Diese berät und unterstützt Demenzkranke, deren Angehörige und Bezugspersonen, sowie weitere Interessierte. Sie erteilt Auskunft und Beratung zu Fragen über Abklärung, Umgang mit Demenzkranken, Betreuungs- und Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige, finanzielle Leistungen sowie Heimfragen. Zudem vermittelt und koordiniert sie Angehörigen- und Spazierbegleiter/innen

Im letzten Jahr gingen bei der Anlaufstelle rund 550 Anfragen ein, davon 250 durch Angehörigen. Eine grosse Anzahl von Angehörigen und Fachpersonen wünschten Informationen oder schriftliche Unterlagen zum Thema Demenz. Angehörige, die Verantwortung für ihre Kranken übernehmen, diese über viele Jahre begleiten und betreuen und für sie Entscheide fällen müssen, schätzen die individuellen und eingehenden Beratungsgespräche. Besonders häufig stellen im vergangenen Jahr Angehörige Fragen zu Angehörigengruppen.

**Anlaufstelle für Alzheimerfragen**  
Dorfstrasse 78, 8706 Meilen  
Tel. 01/923 68 63  
Mo. bis Do. von 9.00 bis 11.00 Uhr

*Haben Sie weitergehende Fragen oder wünschen Sie Angaben zu Literatur? Wenden Sie sich bitte an die Anlaufstelle oder an die folgende Sektionsadresse.*

Schweiz. Alzheimervereinigung  
Sektion Zürich  
Zelgstrasse 13 / Postfach  
8612 Uster