

AUSGEWANDERT

Daniel Kestenholz lebt und arbeitet in Bangkok, Thailand

## Andy kann nicht mehr

Auslandschweizer sein – ein Traum? Ha! Besser mal einen Abend mit Andy verbringen. Ein hartgesottener Asien-Fan, der seit ein paar Jahren in Thailand lebt und bis zu seiner Auswanderung bloss Curries, exotische Früchte und Reis ass. Seine Wohnung war wie ein thailändischer Tempel eingerichtet. Gerne nannte er sich bei seinem Thai-Übernamen: Khun Chalarn, Herr Hai. Doch heuer, sagte Andy jüngst über sein fünftes Bier gebeugt, sehne er sich grässlich nach Heimat. Ihm sei nur nach Streichleberwurst, Gummibärli und Knackerli von der Migros. Und wie er plötzlich von Schnee träume. Immer die Hitze hier, die brenne ihm noch das Hirn aus. Manchmal stelle er sich vor den offenen Tiefkühler, atme tief durch und fühle sich wie im tiefsten Alpenwinter. Bis er wieder den Schweiß spüre, der ihm den Rücken runter rinne, weil es in seiner Wohnung ja trotz schuftender Klimaanlage nie kälter als 21 Grad werde. Ja, das Wetter, murmelt Andy. Und bestellt das sechste Bier.

Aus lauter Wetterlangeweile gehe er manchmal in Einkaufszentren Klimaanlage testen. Hier sei ja immer Sommer. Immer blauer Himmel. Und dann würden sie immer lächeln, diese Asiaten. Selbst die Männer. Irgendwie seien sie alle schwul, sagt Andy. Und seiner neuen thailändischen Freundin habe er gleich Essmanieren beibringen müssen, als sie nach der ersten Nacht bei ihm zuhause mit den Stäbchen nach dem Gipfeli griff. Wenigstens mit dir, sagt da Andy und blickt mich traurig an, kann ich über Knackerli, das Wetter und die SBB palavern.

Hier, hier seis zuweilen wie im alten Rom. Wie im Königreich der Tiere. Manchmal, sagt Andy, fühle er sich wie unter Wilden. Im Strassenverkehr habe ja zum Beispiel immer Recht, wer das grössere Auto fahre.

Doch schliesslich, meint Andy, müsse man hier nur älter sein und nach etwas aussehen. Und schon genieße man Respekt. Er halt, er sei halt noch jung. Doch habe er dann wieder mal gute Laune, sei er dann wieder mal, sagt Andy, so richtig im Schuss, dann passiere doch ausgerechnet, dass er im Sauschritt auf der Strasse über einen offenen Abwasserkanal stolpere. Oder sich wegen eines herabhängenden Telefonkabels fast den Hals breche! Immer würden doch hier die «Toledeckel» gestohlen, und Kabel hingen in wildem Durcheinander von Leitungsmasten herab, als gelte es, Christbäume zu dekorieren.

Immerhin, sagt Andy, seien seine thailändischen Angestellten fleissiger als jeder Schweizer. Und motzen würden sie schon gar nie. Sie würden zwar ständig an etwas knabbern. Sei der Snack aufgeknabbert, widme man sich mit aller Konzentration der Frage, was man als nächstes knabbern solle. Doch damit liesse sich leben. Schätzen tue er auch, sagt Andy, dass er bei der Einfahrt zu Einkaufszentren von dem Sicherheitspersonal immer so zackig saluiert werde, als sei er ein Fünfsterngeneral. Für ihn, der er am liebsten in Badeschlarpen, Shorts und T-Shirts lebe, sei das selbstverständlich eine Respektsbezeugung, nach der er in der Schweiz vergeblich suche. Blöd einfach, sagt Andy, dass hier alles billiger scheine. Denn das verlocke, noch mehr auszugeben.

Womit auch das achte Bier am Tisch anlangt. Andy hat Mühe, die Augen offenzuhalten. Er könne nicht mehr, seufzt er zwischen den Zähnen. Da nimmt ihn seine thailändische Freundin lächelnd am Arm und schleppt ihn mit einer Eleganz ins wartende Taxi, als sei die Kunst der hohen Verbrüderung soeben an diesem Saufbruder erfunden worden.

# Demenz: ein Abschied auf Raten

Wetzikon: Menschen mit Demenz brauchen ihr individuelles Umfeld, in welchem ihre Krankheit in den Hintergrund tritt

Das Konzept der Sonnweid beruht auf dem Gedanken, dass Menschen mit Demenz ihren eigenen Weg gehen können, unabhängig vom Stadium und vom Verlauf ihrer Krankheit.

JEANNETTE STUDER

Alzheimer ist eine Form von Demenz. Die Krankheit beeinträchtigt zunächst das Kurz- und das Langzeitgedächtnis und die räumliche Orientierung. Später kommen Wortfindungsstörungen sowie der Gebrauch von Flickworten hinzu. Parallel zur oder noch vor Gedächtnis- und Orientierungsstörungen macht sich eine Veränderung des Geruchsinns bemerkbar. Betroffene im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung können vielleicht weder gehen noch sich aufrichten, weder lachen noch den Kopf aufrecht halten. Wichtig wird in diesem Zustand die gefühlsmässige Annäherung, die Vermittlung von Zutrauen und Vertrauen. In den verschiedenen Krankheitsstadien sind Beziehungen von immenser Wichtigkeit, liest sich im Buch «Leben mit Demenz, praxisbezogener Ratgeber für Pflege und Betreuung» von Gerald Gatterer und Antonia Croy (Springer, Wien und New York), an welchem auch der Heimleiter der Sonnweid in Wetzikon, Michael Schmieder, mitgeschrieben hat.

Die Sonnweid ist ein Kompetenzzentrum für Demenz. Was muss man sich darunter vorstellen?

Michael Schmieder: Wir stellen für Menschen mit Demenz Rahmenbedingungen zur Verfügung, welche die Auswirkungen der Krankheit möglichst in den Hintergrund treten lassen. Gelingt es, die alltäglichen Anforderungen und den Lebensraum eines Heimes den Menschen mit Demenz anzupassen, nehmen die Ver-



Die Sonnweid setzt alles daran, Menschen mit Demenz nicht allein zu lassen.

Jeannette Studer

haltensstörungen eventuell ab oder treten im besten Fall gar nicht auf.

In Wetzikon wird das Pflegepersonal speziell ausgebildet. Welches sind die Akzente?

Unsere Ausbildung ist spezifisch auf die Betreuung von Menschen mit Demenz ausgerichtet. Wir setzen dabei fünf Akzente: An vorderster Stelle steht «Wie kommuniziert man mit Betroffenen?» Wir nennen das «in den Schuhen des anderen gehen». Zwei weitere Bausteine sind Kinästhetik und basale Stimulation in der Pflege: Wie bewegen wir die Kranken, und wie kann man Schwerstkranken ein positives Körpergefühl vermitteln; was kann man tun, dass Menschen sich wieder spüren. Aktivierung ist der vierte Baustein: Dabei geht es um das Erleben von positiven Gefühlen, beispielsweise beim Sin-

gen oder Spaziergehen. Und schliesslich wird Ethik gross geschrieben: Wie gehen wir mit Dilemma-Situationen um? Jede Station hat eine/n Ethik-Beauftragte/n. Ethik regelt das Verfahren, welchen Moralvorstellungen wir zum Durchbruch verhelfen.

Welches sind Stationen im Krankheitsverlauf, an welchen Entscheidungen zu treffen sind?

Zunächst sicher, ab wann jemand nicht mehr Auto fahren darf. Schwierig ist der Entscheid, zu welchem Zeitpunkt ein Betroffener nicht mehr zu Hause wohnen kann. Sind die Menschen einmal im Heim, geht es darum, den Wohnbereich festzulegen. Innerhalb der Wohngruppe sind Menschen mit Demenz noch gut zu Fuss, sie kommunizieren und haben ein wichtiges, soziales Umfeld. Für

stark Verwirrte, die Regeln und Normen nicht mehr verstehen, wird der geschlossene Bereich im Heim unerlässlich. Der dritte Bereich ist die Pflege-Oase für Menschen mit grosser Pflegebedürftigkeit.

Wie ist der zeitliche Verlauf der Krankheit? Welche Altersstufen umfasst sie?

Sie dauert ungefähr zehn Jahre. Man kann davon ausgehen, dass Alzheimer, umso jünger jemand ist, desto rascher zum Tod führt. Aber auch hier gibt es Ausnahmen. Die Sonnweid beherbergt Menschen mit durchschnittlich 76 Jahren. Die Jüngste ist 48. Wir sind kein medizinischer Betrieb, sondern vor allem eine Pflegeinstitution. Hier arbeiten drei Mediziner: zwei Somatiker und ein Psychiater. Die Hauptarbeit sowie die Verantwortung für Pflege und Betreuung obliegt dem pflegenden Personal.

Welche Wohnformen kennt die Sonnweid?

Die derzeit 14 Gruppen haben unterschiedliche Schwerpunkte. So existieren neben sehr selbständigen Gruppen auch solche, in denen nur noch wenige Eigenleistungen möglich sind. Für sie übernimmt das Personal praktisch alle Tätigkeiten des Haushalts. Es geht vor allem darum, ohne Stress leben zu können, auch wenn man sich nicht mehr an gesellschaftliche Normen erinnert. Im Laufe der Erkrankung gehen diverse Kompetenzen verloren. In einer Gruppe sind diese Verluste gut durch angepasste Betreuung zu kompensieren. Bei Verlust der sozialen Kompetenz bringt eine Umplatzierung in eine andere Gruppe meist konkrete Verbesserungen des Wohlbefindens. Der Stress nimmt ab. Umplatzierungen sind aber immer mit Abschiednehmen verbunden. Wie alles, was diese für unsere Zeit so typische Krankheit anbelangt.

SCHACH

## Kasparows Rücktritt vom Profischach

Linares: Exweltmeister erläuterte Beweggründe an emotional geführter Pressekonferenz

Garri Kasparow hat am 10. März überraschend seinen Rücktritt vom professionellen Turnierschach erklärt. In einer emotional geführten Pressekonferenz nach der letzten Runde des Grossmeisterturniers im spanischen Linares erläuterte der 41-jährige russische Exweltmeister die Beweggründe seines Rücktritts. Alle Bemühungen zur Wiedervereinigung der beiden WM-Zyklen seien gescheitert. Es falle ihm schwer, angesichts des Durcheinanders in der Schachwelt neue sportliche Ziele zu fassen. Er habe alles erreicht, was es im Schachsport zu erreichen gibt. In Zukunft werde er sich vermehrt der russischen Politik widmen und seiner Leidenschaft fürs Schach als Buchautor die Treue halten.

Im Januar hätte in Dubai ein Match zwischen Kasparow und dem usbekischen Fide-Weltmeister Rustam Kasimdschanow stattfinden sollen. Im Geiste der Wiedervereinigung der Schachwelt hätte danach der Sieger des Dubai-Wettkampfes gegen den Russen Wladimir Kramnik, dem Weltmeister im klassischen Schach, antreten sollen. Doch der Welterschachbund Fide mit Kirsan Iljumschinow an der Verbandsspitze musste den Wettkampf Kasparow gegen Kasimdschanow aus finanziellen Gründen kurzfristig absagen.

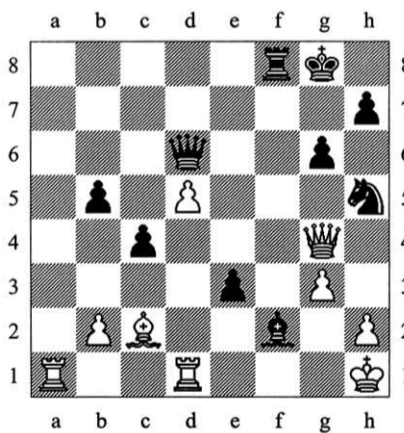
Nach 20 Jahren Nummer eins der Welt beendete Kasparow in Linares seine sagenhafte Karriere mit einem Turniersieg. Der abtretende Champion des königlichen Spiels siegte mit acht Punkten aus zwölf Partien und dank besserer Feinwertung (mehr Siege mit Schwarz) im Vergleich zum Bulgaren Wesselin Topalow.

Rangliste: 1. Kasparow (Rus) 8. 2. Topalow

(Bul) 8. 3. Anand (Ind) 6,5. 4. Leko (Un) 6. 5. Adams (Eng) 5,5. 6. Vallejo Pons (Sp) 4. 7. Kasimdschanow (Usb) 4.

Weiss: R. Kasimdschanow (Usb)  
Schwarz: G. Kasparow (Rus)

gespielt in Linares 2005



Schwarz am Zug

29. ... Lf2xg3!!

Mit diesem prächtigen Läuferopfer leitet Kasparow die bezaubernde Schlussoffensive gegen den weissen König ein.

30. h2xg3?

Mehr Widerstand leistet der Übergang ins Endspiel mit 30. De6+ Dxe6 31. dxe6. Nach beispielsweise 31. ... e2 32. hxg3 exd1=D+ 33. Txd1 Sxg3+ 34. Kg2 Se2! ist jedoch ein Gewinn für Schwarz nur eine Frage der Zeit und Technik.

30. ... Sh5xg3+  
31. Kh1-g2

Auch nach 31. Kg1 e2! 32. Te1 Dc5+ 33. Kg2 Df2+ 34. Kh3 Sh5! wird der schwarze Königsangriff unwiderstehlich.

31. ... Tf8-f2+  
32. Kg2-h3

Auf 32. Kg1? setzt Schwarz in zwei Zügen matt: 32. ... Se2+ und 33. ... Dh2 matt.

32. ... Sg3-f5!

Nach diesem feinsinnigen Springerzug ist das Mattnetz gewoben mit Drohungen wie 33. ... Dh2 matt und 33. ... Th2 matt.

33. Td1-h1 h7-h5!

Die weisse Dame ist überlastet und kann nicht gleichzeitig g3 (gegen Dg3 matt) und f3 (gegen Tf3+) decken. Zum Beispiel 34. Dg5 Tf3+ 35. Kg2 Tg3+ und Schwarz gewinnt. Der folgende Zug ist pure Verzweiflung und lenkt die Partie nur in ein für Weiss verlorenes Endspiel.

34. Dg4xg6+ Dd6xg6  
35. Th1-g1 Dg6xg1  
36. Ta1xg1+ Kg8-f7

Weiss gibt auf.

Beat Züger

Turnierhinweis:

64. Zürcher Stadtmeisterschaft. 7 Runden: 6. April, 13. April, 20. April, 27. April, 11. Mai, 18. Mai und 25. Mai jeweils ab 18.45 Uhr im Kirchgemeindehaus Enge, Bederstrasse 25, 8002 Zürich (oberhalb Bahnhof Enge). Anmeldungen bis 28. März an Roger Loup, Dachslernstrasse 72, 8048 Zürich, E-Mail: rogerloup@pop.agri.ch

TIPP

## Kompetent

Die Sonnweid in Wetzikon entwickelt seit bald 20 Jahren erhebliches Know-how im Umgang mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind. Sie arbeitet mit externen Fachleuten zusammen und beteiligt sich auch an Forschungsprojekten zum Thema.

Damit auch andere vom grossen Wissen profitieren können, gründete die Institution «Sonnweid Campus». Als grosse Stärke vermittelt dieses Projekt Betreuungskonzepte, die sowohl den Menschen mit Demenz als auch den Betreuenden gut tun. Vermittelt werden in der Praxis erprobte Inhalte. Neu werden freiwillige Helfer und Helferinnen, die sich in der Altersarbeit engagieren möchten, speziell geschult.

Diverse Schwerpunkte

Daneben ist «Activent» ein grosser und wichtiger Schwerpunkt in der Betreuung Demenzkranker. «Activity» und «Events» setzen Schwerpunkte wie Livemusik, Kinoabende, Ausfahrten mit Pferdekutschen, Wandergruppen und vieles andere mehr. Dies immer mit dem Fokus, etwas zu unternehmen mit Betroffenen, so dass keine Defizite spür- und sichtbar werden.

Newsletter

Ab Mitte April erscheint überdies regelmässig ein Newsletter, in welchem sich Pflegefachleute, Mediziner, Ethiker und Angehörige mit Perspektiven der Krankheit auseinandersetzen. Die erste Ausgabe stellt sich Fragen wie «Gibt es nur eine Wahrheit?» – «Gibt es Wahrheiten, die Lügen beinhalten?» – «Gibt es Lügen, die Wahrheiten beinhalten?» (zsz/zjs)

Weitere Infos: www.sonnweid.ch. Bestellungen Newsletter Sonnweid: perspektiven@sonnweid.ch.