

MARTINA ROSENBERG

Mutter, wann stirbst du endlich?

Buch

Als ihre Mutter an Demenz erkrankt, beginnt für Martina Rosenberg ein Albtraum, der Jahre andauern wird. Hilflos muss sie dabei zusehen, wie sich die Persönlichkeit ihrer geduldigen, liebenswürdigen Mutter immer mehr verändert, wie aus der Frau, die sie kannte, ein Pflegefall wird. Der Vater erleidet einen Schlaganfall und verbittert zusehends.

Martina Rosenberg übernimmt die Verantwortung und Organisation des elterlichen Lebens. Sie will helfen und alles richtig machen – und zerbricht darüber beinahe selbst an der Belastung.

Ihre Erfahrungen sind kein Einzelfall. Immer mehr Familien müssen Ähnliches erleben. Dieses Buch ist ein dramatischer Denkanstoß für Politik und Gesellschaft, die Bedürfnisse der pflegenden Angehörigen nicht länger zu ignorieren und sie mit der Verantwortung nicht länger alleinzulassen.

»Nie wurde ehrlicher geschrieben über
eines der zentralen Lebensprobleme.« Focus

Autorin

Martina Rosenberg wurde 1963 am Ammersee geboren als jüngstes von drei Kindern und einzige Tochter. Nach einem längeren Auslandsaufenthalt kehrte sie mit ihrer Familie nach Deutschland und in ihr Elternhaus zurück. Sie absolvierte ein BWL-Studium mit Fachrichtung Marketing und arbeitete über sieben Jahre lang als Referentin für Öffentlichkeitsarbeit für das Rote Kreuz. In dieser Zeit schloss sie ein Fernstudium als Journalistin ab. Martina Rosenberg lebt mit ihrem Mann, der gemeinsamen Tochter und ihrem Hund südlich von München.

Von Martina Rosenberg außerdem bei Blanvalet

Anklage: Sterbehilfe. Machen unsere Gesetze Angehörige zu Tätern?
(geb. Ausgabe, 0502)

Besuchen Sie uns auch auf www.facebook.com/blanvalet
und www.twitter.com/BlanvaletVerlag

Martina Rosenberg

**Mutter,
wann stirbst du endlich?**

Wenn die Pflege der kranken Eltern
zur Zerreißprobe wird

blanvalet



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier
Holmen Book Cream liefert Holmen Paper, Hallstavik, Schweden.

1. Auflage
Taschenbuchausgabe Dezember 2014 bei Blanvalet, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Copyright © 2014 by Verlagsgruppe Random House GmbH, München
Umschlaggestaltung: www.buerosued.de
Redaktion: Margit von Cossart
wr · Herstellung: sam
Satz: Uhl + Massopust, Aalen
Druck und Einband: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
ISBN: 978-3-442-38142-5

www.blanvalet.de

Für Alina

Verantwortlich ist man nicht nur für das, was man tut,
sondern auch für das, was man nicht tut.

Laotse

Inhalt

Prolog 11

1. 2000-2003

Abschied 17 · Die Entscheidung 18 ·
Mehrgenerationenhaus 24 · Angekommen 35 ·
Einer für alle – alle für einen 39 · Weihnachten 44

2. 2004-2006

Der Anfang vom Ende 49 · Verzweiflung 53 ·
Diagnose Demenz 60 · Hilfe muss her 63 ·
Der Schlaganfall 65 · Wie soll es weitergehen? 69 ·
Verlorener Lebensmut 75 · Rapider Abbau 79 ·
Ein Pflegedienst kommt ins Haus 83

3. 2006

Am Ende 93 · Hilferufe in der Nacht 102 · Wut 109 ·
Mittags»ruhe« 116 · Resignation 120

4. Anfang 2007

Keine Zeit aufzuatmen 131 · Verstärkung 137 ·
Die Tagespflagestätte – ein neuer Versuch 142 ·
Erste körperliche Belastungssymptome 148 ·
Geldprobleme 151 · Würde wahren 153 ·
Kurzzeitpflege – und was dann? 159

5. Mitte bis Ende 2007

Das Ende des Familientraums? 175 ·
Fluchtgedanken 178 · Jetzt reicht's! 184 ·
Ein neuer Anfang 190 · Das Glück bleibt aus 195

6. 2008–2009

Wege in ein neues Leben 203 · Ich gebe ab 213 ·
Eine Spur Normalität 218

7. 2010

Mutter, bitte stirb endlich! 229 · Die letzte Nacht 240

Epilog 247

Nachwort der Taschenbuchausgabe 251 · Dank 267 ·
Hilfe für Angehörige 268

Prolog

Um es gleich vorwegzunehmen: Dieses Buch war keine Therapie für mich. Das Gegenteil ist der Fall. Über das Zusammenleben mit meinen pflegebedürftigen Eltern zu schreiben hat mich viel Kraft gekostet, denn Dinge, die bereits verarbeitet waren, kamen wieder an die Oberfläche, um erneut zu verletzen. Eigentlich hätten meine Erinnerungen gern in der Kiste der Vergangenheitserlebnisse bleiben können.

Dennoch habe ich gemeinsam mit meiner Familie entschieden, meine Geschichte aufzuschreiben. Sie soll Anstoß zum Nachdenken geben. Ich möchte aufzeigen, wie aus der wunderbaren Idee eines Mehrgenerationenhauses ein Albtraum werden kann. Ich möchte all denen, die Ähnliches erleben oder erlebt haben, eine Stimme geben. Ich möchte verdeutlichen, wie es sich anfühlt, wenn man über einen langen Zeitraum unter hoher psychischer Belastung steht. Oft sind es nicht die großen Dinge, die kaputtmachen, sondern die kleinen Ereignisse, die sich ständig wiederholen – jeden Tag, jede Woche, jeden Monat über Jahre hinweg. Und natürlich das Wissen um die Aussichtslosigkeit der Situation derer, die gepflegt werden. Um die Trostlosigkeit ihres Alltags, vor der man sich selbst irgendwann zu fürchten beginnt.

In einer Zeit, in der wir Menschen mit Verpflichtungen, Terminen und Aufgaben durch den Tag getrieben werden, können Kinder nicht mehr das für ihre Eltern leisten, was sie fünfzig Jahre zuvor noch hätten leisten können – ihre Pflege zu übernehmen, ist schier unmöglich. Doch die Politik versucht, indem sie Gesetze schafft, mittels derer wir uns beispielsweise eine berufliche Auszeit für die Pflege nehmen können (oder müssen?), genau das zu erreichen. Natürlich auf eigene Kosten.

Noch viel wichtiger ist mir allerdings, mit diesem Buch zu vermitteln, dass Alt und Jung mehr miteinander sprechen müssen. Immer wieder erlebe ich in meinem Umfeld, dass Kinder sich nicht trauen, mit ihren Eltern über deren Altwerden zu reden. Diese hingegen verschließen sich oftmals dem Thema gegenüber und wollen keine Hilfen oder Ratschläge annehmen. Sie vergessen dabei, dass ihre Kinder ein Teil ihres Altwerdens sind. Es ist unbedingt wichtig, miteinander zu kommunizieren und Klarheit zu schaffen: Wer möchte oder kann die Aufgabe der Pflege übernehmen? Kommt der Umzug in ein Heim infrage? Welche Alternative gibt es? Welcher der Angehörigen ist bereit, die Verantwortung auf sich zu nehmen?

Letztendlich kann niemand, der es nicht selbst erlebt hat, ermessen, wie belastend so eine Pflegesituation für die Angehörigen sein kann. Fehlende Anerkennung, geringe Wertschätzung und die Ahnungslosigkeit der oft viel zu jungen Verantwortlichen in der Politik waren Grund genug, meine Geschichte aufzuschreiben. Sie soll exemplarisch für die vielen anderen tausend traurigen Geschichten im Land stehen.

Kapitel 1

2000-2003

Abschied

Die Lichter im Hafen von Heraklion werden immer kleiner. Ich stehe mit meinem Mann und unserer vierjährigen Tochter an der Reling des Schiffes. Wir starren auf die immer winziger werdende Insel Kreta. Aus dem Lautsprecher hinter uns quäkt eine Stimme: »Welcome on board...« In der warmen Abendluft vermischt sich intensiver Dieselegestank mit dem Geruch von Oregano und Pommes frites aus dem Selfservice nebenan. Stampfende Motorengeräusche im Hintergrund und die blechern klingende Sirtaki-Musik aus dem Lautsprecher machen eine Unterhaltung zwischen Jens und mir unmöglich. So hängen wir zu dritt unseren Gedanken nach.

Wir sind froh, endlich nach Deutschland zurückzukommen. Das Auto ist vollgepackt mit unseren Sachen, der Hund hätte fast nicht mehr hineingepasst. Er musste sich auf die Rückbank quetschen, er sieht ganz unglücklich aus.

»Mama!«, ruft Lena aufgeregt und zeigt auf die anderen Schiffe im Hafen.

Das zweite Schiff folgt uns mit einigem Abstand. Es läuft gerade aus dem Hafen aus und zieht eine riesige Rauchwolke hinter sich her. Lena hüpfte vergnügt hin und her und unser Hund mit ihr. Sugar ist eine kretische Mi-

schung aus Dobermann und Schäferhund, mit viel Temperament und viel Bellpotenzial.

»Feuer!«, schreit Lena auf einmal panisch.

Sie missversteht die Rauchsäule und sucht eine Erklärung. Um die Situation etwas zu entspannen, nimmt Jens den Hund an die Leine und geht mit ihm auf das Oberdeck, während ich mich mit Lena in das Innere des Schiffes begeben, wo es etwas ruhiger ist.

»Nein«, tröste ich sie, »das ist nur der Dieselmotor des Schiffes, der eine Menge Rauch ausstößt. Mach dir keine Sorgen.«

So schnell sie sich aufregt, beruhigt sie sich auch wieder. Später schläft sie vor Erschöpfung auf zwei zusammengestellten Stühlen ein.

Hinter uns liegen zwölf Jahre Kreta. Die finanzielle Stabilität, die ein Paar, besonders wenn das erste Kind da ist, braucht, kann Griechenland uns nicht mehr bieten. Die letzten Jahre waren turbulent. Wir wussten nie, ob wir am kommenden Tag vielleicht pleite sein würden und unsere Rechnungen nicht mehr zahlen könnten. Damit wird jetzt Schluss sein. Jens und ich wollen zurück nach Deutschland und eine stabile Zukunft für unsere kleine Familie aufbauen.

Die Entscheidung

Im Winter zuvor war die Entscheidung gefallen. Wir saßen mit meinen Eltern bei einem Glas Wein in deren Wohnzimmer und erzählten Geschichten aus Kreta. Auch, dass wir einen Umzug nach Süddeutschland planen.

»Na dann«, meinte meine Mutter. »Wenn ihr möchtet, könnt ihr in die Wohnung in den ersten Stock ziehen. Dein Bruder will ausziehen, er hat vor zu bauen.«

Verschmitzt schaute sie zu meinem Vater hinüber, der wie unbeteiligt in sein Weinglas grinste. Jens und ich waren überrascht. Die Wohnung würde frei! Was für ein Zufall.

»Wie hoch soll denn die Miete sein?«, wagte ich zu fragen.

»Nun, wir finden eine faire Lösung«, sagte meine Mutter.

Später am Abend, wir saßen allein in der Dachgeschosswohnung, diskutierten wir das Angebot. Ich schaute durch die Balkontür auf die Lichter am gegenüberliegenden Ufer des Sees. Sollten wir tatsächlich in das Haus einziehen, in dem ich groß geworden war?

»Ich bin mir nicht sicher, ob es klappen wird mit meinen Eltern«, begann ich.

»Ich habe meinerseits keine Bedenken«, konterte Jens. »Aber letztendlich bist du diejenige, die entscheiden muss, ob sie hier langfristig wieder wohnen will.«

Die ganze Nacht lag ich wach, und meine Gedanken kreisten um diese eine Sache. Meine Freiheit in Kreta habe ich genossen, dennoch haben mich die Großfamilien in Kreta beeindruckt. Ich dachte an meine griechischen Freunde. Viele von ihnen wohnten mit den Eltern, Großeltern und Kindern in einem Haus. Das Modell des Mehrgenerationenhaushalts unter einem Dach funktionierte gut in Griechenland. Jede fünfte Familie lebte dort mit mindestens zwei Generationen unter einem Dach.

Beim Frühstück konfrontierte ich Jens mit meinen

Überlegungen: »Eine Zweckgemeinschaft mit meinen Eltern kann ich mir schon vorstellen. Wir helfen uns gegenseitig und profitieren beide davon. Das könnte mir gefallen. Ich denke, wir werden uns vertragen.«

Er strich gerade das Marmeladenbrötchen für Lena, die ihn dabei aufmerksam beobachtete.

»Wir übernehmen die Wohnung und sehen dann, ob es uns gefällt und ob wir mit der Situation zurechtkommen«, sagte Jens. »Es muss ja nicht für immer sein.«

Selbstverständlich musste nichts für die Ewigkeit sein. Da waren wir uns schon immer einig gewesen. Und eine Großfamilie könnte auch in Deutschland funktionieren. Bisher lebte hier nur etwa eine von hundert Familien auf diese Art zusammen, wir waren uns schnell einig, dass wir diese Quote erhöhen wollten. Noch am Frühstückstisch trafen wir unsere Entscheidung gemeinsam mit unserer Tochter, die wie erwartet begeistert auf die Nachricht reagierte, obwohl sie in ihrem Alter die Tragweite kaum begreifen konnte. Im November war Ende der Saison in Griechenland, die meisten Hotels schlossen, und wir könnten zurück nach Deutschland und die Wohnung übernehmen.

Hastig trank ich meinen Kaffee aus, ich wollte nicht mehr warten, es meinen Eltern mitzuteilen.

»Ich geh mal runter und sag ihnen Bescheid«, rief ich Jens zu und war schon weg.

»Das ist ja prima!« Meine Mutter wirkte erleichtert. »Da freue ich mich wirklich.«

Plötzlich ging mir ein Gedanke durch den Kopf: Was wäre gewesen, wenn wir Nein gesagt hätten? Hätte ich das überhaupt gewagt? Ein Mieter wäre laut meiner Eltern überhaupt nicht infrage gekommen!

»Was hättet ihr denn eigentlich gemacht, wenn wir die Wohnung nicht übernommen hätten?«, fragte ich dann doch.

»Och«, gab meine Mutter zurück, »da will ich gar nicht drüber nachdenken.« Geschäftig bearbeitete sie mit dem Trockentuch das Geschirr.

»Wir hätten das Haus verkauft!«, rief mein Vater und grinste mal wieder.

Er saß im Esszimmer und las Zeitung. Ich habe immer den Eindruck, er hört gar nicht zu, aber völlig unerwartet kommt dann ein bissiger Kommentar von ihm.

»Das wäre tatsächlich auch eine Möglichkeit«, konterte ich frech. »Aber das könnt ihr ja dann immer noch machen, falls wir wieder ausziehen sollten.«

Meine Mutter verzog das Gesicht. »Nur über meine Leiche«, schimpfte sie. Sie wollte sich ganz offensichtlich nicht die Laune von uns verderben lassen und hantierte weiter mit ihrem Geschirr.

Ich setzte mich zu meinem Vater und hoffte auf ein persönliches Gespräch. »Was sagst du denn dazu? Gefällt dir die Idee auch?«

Er blickte mich an und wirkte leicht irritiert. Vor ihm stand, wie jeden Morgen, seine zweite Tasse Kaffee mit einem Schuss Milch und Süßstoff. Sein Blick sprach für sich: Direkte Fragen mochte er nicht. Dinge wie diese klärte immer seine Frau für ihn. Überhaupt mochte er persönliche Gespräche nicht gern, zumindest mit mir und meinen Geschwistern nicht. Um sich seine Verlegenheit nicht anmerken zu lassen, lachte er gern mal am falschen Platz, wo es eigentlich nichts zu lachen gab. Es hatte sich in den letzten fünfunddreißig Jahren nichts geändert. Der



Martina Rosenberg

Mutter, wann stirbst du endlich?

Wenn die Pflege der kranken Eltern zur Zerreißprobe wird

ERSTMALS IM TASCHENBUCH

Taschenbuch, Broschur, 272 Seiten, 11,8 x 18,7 cm
ISBN: 978-3-442-38142-5

Blanvalet

Erscheinungstermin: November 2014

DAS Debattenbuch zum Thema »Pflege im Alter«!

Martina Rosenberg erzählt die authentische Geschichte einer ganz normalen Familie, für die das Leben durch die Extrembelastung der Pflege der schwer kranken Eltern zum Albtraum wurde. Es ist die Geschichte ihrer eigenen Familie. Die Mutter erkrankt an Demenz, der Vater erleidet einen Schlaganfall, und Schritt für Schritt muss die Tochter die Verantwortung und Organisation des elterlichen Lebens übernehmen. Verzweifelt versucht sie, allen Anforderungen gerecht zu werden – und scheitert, bis nach neun Jahren nur noch der Wunsch übrig bleibt: Mutter, wann stirbst du endlich?