

## **Der Weg in ein Seniorenzentrum und ergänzende Interpretationen**

*Ein Bericht von Artur Franke*

„Verzeihung, mein Herr, sind Sie erst heute angekommen? Ich bin schon eine Woche hier, bin aber im Haus 7 untergebracht. Laut Veranstaltungsplan ist heute im Haus 5 ein Nachmittag mit Musik und dazu Kaffee und Kuchen. Ich habe Sie ja tanzen gesehen. Sie sind ja noch ganz schön auf dem Posten. Darf ich Sie mal fragen, wie alt Sie sind?“ „Natürlich dürfen Sie. Ich bin 79! Noch schön jung. Na, das schön und jung können Sie getrost weglassen. Und wie alt sind Sie?“ „Ich hatte jetzt im August Geburtstag und bin 84 Jahre geworden. Im Seniorenzentrum ist noch allerhand los. Da kommt bestimmt keine Langeweile auf. Also bis später. Ich muss noch einmal tanzen.“

Er sagt schönes Alter. Gibt es ein schönes Alter? Man ist so alt, wie man sich fühlt und wie man bereit ist, mit der Zeit mitzugehen. Vor allem darf man sich nicht ausgrenzen. Kontakt halten ist die Devise. So oder so könnte sich ein Gespräch abgespielt haben. Leider gibt es eine relativ hohe Anzahl von Bewohnern, die nicht mehr in der Lage sind, alles zu verstehen. Sie leiden leider an der z. Zt. noch unheilbaren Gehirnkrankheit Demenz. Von 78 Bewohnern des Seniorenzentrums sind 38 davon betroffen. Das wirkt sich auch auf die Arbeit des Pflegepersonals aus. Wenn man dazu bedenkt, dass der Altersdurchschnitt bei ca. 85 Jahre liegt und die Erkenntnis zu Grunde gelegt wird, dass der Muskelabbau mit zunehmenden Alter fortschreitet, somit Steifigkeit und Bewegungseinschränkungen die Folge sind. Diese Tatsache muss die Schwester oder der Pfleger durch das höhere Kraftpotential kompensieren. Auf Dauer gesehen geht das zu Lasten der Wirbelsäule. Zuerst werden die an der Wirbelsäule angelagerten kleinen Muskeln angegriffen. Es entsteht eine gewisse Instabilität der Wirbelsäule. Die unvermeidliche einseitige Belastung fordert dazu ihren Tribut. Wenn sich dazu der Verschleiß bis auf die Bandscheiben auswirkt, treten heftige Schmerzen auf, die nur von einem Orthopäden behandelt werden können. Die Folge ist eine Krankschreibung, die einige Wochen dauern kann. Bei der heutigen Personaldecke bedeutet das, dass die Arbeit umverteilt werden muss und dadurch eine höhere Leistung abverlangt wird.

Erfreulicherweise gibt es Bewohner in unserem Haus, die trotz eines hohen Alters den Umständen entsprechend noch vital und geistig rege sind. Ich möchte sie gerne vorstellen.

Da ist Frau E. H. 101 Jahre kann sie auf ihr Konto verbuchen. Sie sitzt zwar im Rollstuhl, aber ihre Tagesbeschäftigung ist Lesen von kleineren Büchern. Ihr Stammplatz ist der Wintergarten zwischen Grünpflanzen und Blumen. Sie ist noch so vital, dass sie an Ausflügen teilnimmt. Bei einem Besuch der Friedenskirche in Pankow-Niederschönhausen, anlässlich des 140en Bestehens der Kirche hat uns der Pastor dieser Gemeinde zu einem Besuch eingeladen. Neben einem Orgelkonzert, vorgetragen von der Organistin, wurden durch den Pastor die historischen Ausführungen gemacht. Zum Schluss wurde das Lied „Großer Gott, wir loben Dich“ mit Orgelbegleitung zusammen gesungen. Es war ein schöner Nachmittag und nach Aussage von Frau E. H. hat es ihr auch gut gefallen.

Frau E. K. ist 99 Jahre und in wenigen Monaten wird sie wohl die Eins mit zwei Nullen erreichen. In das Seniorenzentrum kam sie mit dem Rollstuhl. Nach ca. drei

Wochen hat sie nur noch den Rollator benutzt. Eine erstaunliche Leistung! Zum Frühstück muss es Suppe sein. Danach natürlich Brötchen mit Wurst. Aber da fehlt noch etwas, wenn sie unruhig den Kopf dreht. Es ist die Morgenzeitung. Schnell wird der Löffel oder das Brötchen beiseite gelegt und die Schlagzeilen gelesen. Schnelles Wendemanöver, man ist auf der Umschlagseite. Hier wieder in Kürze die interessanten Meldungen. Das aber alles ohne Brille! Vor kurzem war ein Ausflug zu den Gärten der Welt. Alle haben den Rollstuhl aufgrund der relativ langen Wege gewählt. Frau E. K. wählte ihren Rollator. Bedenken bei den Begleitpersonen. Sie blieb dabei. Es ist alles gut gegangen. Beim Abendbrot habe ich sie dann gefragt, ob sie müde ist. Die Antwort: „Nö“.

Wir wünschen beiden Damen weiterhin alles Gute.

Wenn man aufgrund des Alters nicht mehr so flexibel wie noch vor einigen Jahren ist, dann kann das Altern zum Problem werden.

In den biblischen Überlieferungen von der Urzeit wird berichtet, dass Methusalem ein wahrhaft biblisches Alter von 969 Jahren erreicht hat. Seine Nachkommen David und Adam mehrere Jahrhunderte alt geworden sind. Nach historischen Erkenntnissen von heute aber gerade mal 70 Jahre. Nach neuen wissenschaftlichen Darlegungen wissen wir heute, dass die biologische Uhr, die jeder in sich trägt, in Form körpereigene Gene unter Beachtung des vorhandenen Energiespeichers so gesteuert wird, dass uns ca. 120 Jahre Lebenszeit zur Verfügung stehen.

Es grenzt schon fast an ein Phänomen, dass gerade die Generation, die zwei Weltkriege mit all ihren Nöten, Ängsten, Kummer und Trauer überstanden hat, dazu noch Sorgen um die noch fern der Heimat in Kriegsgefangenschaft befindlichen Männer und Söhne, und was noch viel schlimmer war, gefallen oder vermisst sind, dazu noch Jahre mit permanenten Hunger leben mussten. erstaunlicherweise heute noch mit 85 und darüber einen Lebensmut aufweisen, der oft Jüngere beschämen müsste. Es kommt noch hinzu, dass die Frauen gleich nach Kriegsende die Trümmerhaufen der durch den Krieg zerstörten Häuser beseitigen mussten. Sie wurden deshalb auch als „Trümmerfrauen“ bezeichnet. Eine wahrhaft heldenhafte Leistung. Auch sie mussten ja oft im Krieg ihren „Mann“ stehen.

Die Kinder und Enkel sollten daran denken, ihre Eltern oder Omas und Opas zu befragen und sich die historischen Ereignisse von damals erklären lassen. Es sind die wahren Geschichten und keine frisierten. Es ist 5 Minuten vor 12! Die Eltern und Omas und Opas machten nach dem Krieg mutig den Anfang, Deutschland wieder zu einer führenden Nation in Europa und darüber hinaus zu machen. Es gilt jetzt mit der heutigen Generation, dieses weiter zu entwickeln und zu mehren.

Ein Volk lebt von seiner Geschichte!

Zurück zum Seniorenzentrum.

Das Altern beginnt eigentlich schon viel früher, als man denkt. Heute habe ich einen Schmerz auf der linken Seite und morgen auf der rechten. Man legt es ad acta und murmelt bestenfalls noch dazu, was interessiert mich der Schmerz von gestern. Doch der Tag ist nicht mehr fern, da stellt man fest, dass der Zucker zu weit hinten steht und die Tüte Mehl unerreichbar ist. Was ist passiert? Wie schon vorne bemerkt,

hat sich die biologische Uhr bemerkbar gemacht. Es ist der langsame Muskelabbau (Atonie), der eine gewisse Steifigkeit und Bewegungseinschränkung der Glieder verursacht. Zudem kommt noch, dass der Partner verstorben ist und die Kinder weit weg wohnen. Die Quintessenz: Es muss eine Haushaltshilfe gesucht werden, die Arbeiten im Haushalt übernimmt. Das Mittagessen wird mittels eines fahrbaren Mittagstisches organisiert. Der Hausarzt erkennt die Situation und bestellt den medizinischen Dienst (MDK) zur Überprüfung. In der Regel wird dann die Pflegestufe I festgelegt. Somit erhält man von der Pflegekasse der Krankenkasse monatlich einen Betrag, der zur Finanzierung der Pflegekraft dient. Tritt eine Verschlechterung des Gesundheitszustandes ein, wird auf Anforderung wieder der MDK tätig. Wird dann die Pflegestufe II anerkannt, erhöht sich der Betrag von der Pflegekasse. Zwischenzeitlich hat man erkannt, dass ein ambulanter Pflegedienst tätig werden muss. Der Pflegeplan wird mit dem Leiter dieses Pflegedienstes festgelegt. Der finanzielle Aufwand wird sich im Rahmen des von der Pflegekasse bewilligten Betrages bewegen. Doch dieser Pflegeplan ist kein Dogma. Er kann jederzeit nach oben oder nach unten verändert werden. Da sich der Gesundheitszustand im allgemeinen nicht verbessert, sondern verschlechtert, stößt man bei der ambulanten Pflege an Grenzen. Es wird eine 24-Stunden-Betreuung erforderlich. Diese Bedingungen erfüllt aber nur ein Heim bzw. ein Seniorenzentrum. Nach einigen Recherchen waren wir uns einig und wählten das Elisabeth-Seniorenzentrum am Bürgerpark in Pankow.

Am 8.11.2010 konnte ich schon ein Einzelzimmer beziehen. Der Empfang war freundlich, ja herzlich. Wichtige Infos und dann ging es schon in den Speisesaal. Es war Kaffeezeit. Bei dieser Gelegenheit wurde mir gleich der Platz gezeigt, wo ich dann immer sitze. Beim Kaffee lernte ich auch gleich eine Bewohnerin kennen, die am gleichen Tisch sitzt. Am ersten Tag in der ungewohnten Umgebung braucht man Abwechslung und keine Isolation. Aber die diensthabende Schwester kam mich ab und zu besuchen. Ehe ich meine sieben Sachen unlustig verstaubt hatte, war es schon 18:00 Uhr und somit Abendbrotzeit. Besonders erfreulich überrascht war ich, als ich den Anhänger an der Außenseite der Tür sah. „Herzlich Willkommen!“

Am 13.05.2011 wurde das Frühlingsfest bei herrlichem Sonnenschein gefeiert. Es war ein großer Erfolg. Gleichzeitig wurde der Tag der offenen Tür begangen. Viele Besucher, d. h. die Angehörigen der Bewohner, nutzten die Gelegenheit, sich über das Angebot der Veranstaltungen zu informieren. Die Stimmung war gut. Ein Ein-Mann-Unterhalter sorgte, ausgerüstet mit einer Gitarre, für leichte, andante Musik. Schwestern und Pfleger waren voll im Einsatz und bemühten sich, alle zufrieden zu stellen.

Anlässlich dieses Festes wurde dem Leiter des Seniorenzentrums, Herrn Gerson, die Urkunde mit dem Ergebnis der stattgefundenen Überprüfung des Zentrums durch den medizinischen Dienst der Krankenkasse von einer Vertreterin der Diakonie überreicht. Das Ergebnis kann sich sehen lassen. Note 1,1! Dieses Ergebnis ist der guten Arbeit, dem Leiter des Seniorenzentrums, Herrn Gerson, und seinem Leitungsteam zu verdanken. Herzlichen Glückwunsch! Ich denke, dass auch die Bewohner durch Einhaltung von Ordnung, Sauberkeit und Disziplin einen Anteil an diesem Ergebnis haben.

Wie bereits gesagt, kann man mit den Arbeitsbedingungen der Schwestern und Pfleger nur zum Teil einverstanden sein. Die physischen und psychischen Belastungen sind sehr hoch. Natürlich lassen sich die gesellschaftlichen Realitäten

nicht im Einzelfall ändern, letztlich wird man nur auf die Einsicht hoffen, dass bestimmte Dinge korrigiert werden.

Trotz der schon teilweise vorhandenen Hilfsmittel zur Lageveränderung sind noch Verbesserungen erforderlich. Es wäre angebracht, an Fach- und Hochschulen im Rahmen von Belegen oder Abschlussarbeiten sich dieses Themas anzunehmen. Das Pflegepersonal würde dafür dankbar sein. Denn nur gesunde Schwestern und Pfleger können diese Leistung erbringen.

Die Gesunderhaltung des Pflegepersonals ist um so wichtiger, weil, wie in der Sonderbeilage der Zeitung „Die Kirche“ vom 08.05.2011 bei einer Buchvorstellung beschrieben wurde, jährlich 200 000 Menschen an Demenz erkranken.

Es ist schwer vorzustellen, wie dann diese Arbeit mit dem heutigen Personalbestand bewältigt werden kann.

Am nächsten Tag wurde mir der Veranstaltungsplan übergeben. Ich staunte nicht schlecht, es waren 32 einzelne Maßnahmen, von denen hat man dann die Auswahl. Da es ein christlich geprägtes Seniorenzentrum ist, wird jeden Sonntag ein evangelischer Gottesdienst gehalten. Die Pastoren kommen von den benachbarten Gemeinden. Der Montag beginnt entweder mit „Musik und Bewegung“ oder mit der sogenannten „Wohlfühlstunde“. Im letzteren Fall ist der Raum besonders ausgeschmückt. Illumination und Instrumentalmusik ergeben das erforderliche Fluidum. Zum Abschluss erfolgt durch die ehrenamtliche Betreuerin eine Öl-Hand-Massage. Am Mittwoch und Sonnabend ist Singen angesagt. Die Anleitung erfolgt durch eine ausgebildete Sängerin. Es werden Lieder aus vergangenen Zeiten gesungen. Am Freitag findet Ergotherapie statt. Einmal im Monat ist ein unterhaltsamer Nachmittag mit Musik und Kaffee und Kuchen. Ebenfalls einmal monatlich gibt es zum Nachmittagskaffee frisch gebackenen Eierkuchen. Es führte zu weit, weitere Veranstaltungen aufzuführen.

Für die gesundheitliche Betreuung ist eine Hausärztin einmal pro Woche tätig. Ein Zahnarzt ist ebenfalls für das Seniorenzentrum zuständig. Entweder kommt er ins Haus, wenn es sich lediglich um Abdrücke handelt oder man wird in die Praxis bestellt. Zur Kontrolle der an Demenz erkrankten Bewohner ist monatlich ein Psychiater tätig. Leider fehlt noch ein Neurologe.

Wenn auch morgens für jeden das Frühstück lockt, so erfolgt Waschen und Ankleiden nach einem festgelegten Plan. So, dass jeder zeitgerecht zum Frühstück im Speiseraum ist. Trotz der unvermeidlichen besonderen Belastung für das Personal hat fast jede Schwester noch einen kleinen Ruhewinkel gespeichert und singt oder summt ein Liedchen. Jede eben nach ihrer Weise, die eine laut, die andere leise. Das ist ein Ausdruck, das man mit einer gesunden Einstellung alle Arbeit verrichtet. Diese fast fröhliche Einstellung wirkt sich auf die Bewohner aus.

Zum Abschluss meines Berichtes möchte ich nicht versäumen, ein Thema anzuschließen, das nicht zu den angenehmsten zählt, aber bezogen auf das bereits Geschriebene brisant und aktuell ist.

In der Buchzusammenstellung „Kopp Aktuell“, Ausgabe Juni 2011, Seite 111, Buchautor Georg Salcher, Titel „Natur versus Chemie“ wird folgendes ausgesagt:

*„Die Deutschen nehmen jedes Jahr insgesamt ungefähr 1,5 Milliarden Packungen der 40.000 zugelassenen Medikamente ein; diese kosten mehr als 30 Milliarden Euro.*

*Allein die Werbebesuche der Pharmavertreter bei den Ärzten verursachen jährliche Kosten in Höhe von zwei Milliarden Euro. In manchen Pharmaunternehmen sind die Marketingausgaben fast doppelt so hoch wie die Aufwendungen für Forschung und Entwicklung.*

*Fachleute schätzen, dass in Deutschland jedes Jahr zwischen 10.000 und 50.000 Menschen an Nebenwirkungen von Medikamenten sterben; genaue Zahlen hierzu finden sich aus gutem Grund nirgends.“ So das Zitat.*

Bei solchen Feststellungen darf man wohl mit Recht die Frage stellen, wie hoch die Aufwendungen für die z. Zt. noch unheilbaren Krankheiten Demenz, Alzheimer und Parkinson sind.

Es ist bekannt, dass die Entwicklung und Zulassung eines neuen Medikamentes 10 bis 20 Jahre dauert. Desto dringender ist es, den Startschuss auszulösen, sofern noch nicht geschehen, damit die künftigen Generationen nicht den Leidensweg gehen müssen. Vorweg: Ich bin Techniker und kein Mediziner. Trotz allem, ich möchte in Anbetracht des eben Gesagten folgendes vorschlagen: Ich gehe davon aus, dass die Gehirnregionen bekannt sind, in denen die Erkrankungen ausgelöst werden. Mittels CT mit hochauflösbarer Kamera oder MRT sind diese Regionen zu untersuchen. Das müsste im Rahmen von verpflichtenden Reihenuntersuchungen, zu einem noch festzulegendem Abstand, erfolgen, so dass man mit Sicherheit den „Urknall“, also die Mutation, das Initialstadium „in statu nascendi“, in die Beobachtungen einbeziehen kann. M. E. müsste man ab einem Alter von 40 bis 50 Jahren damit beginnen.

Am Ende meiner Darlegungen sei es mir gestattet, dem Pflegepersonal einen Dank auszusprechen für ihre Leistungen und weiterhin die gute Einstellung und gute Laune trotz der schweren Arbeit zu behalten. Und wenn ich mir etwas wünschen darf, dabei das Singen nicht vergessen. Danke!

Unser Dichtorfürst Johann Christoph Friedrich von Schiller hat uns in dem Lied von der Glocke folgende Zeile geschenkt:

*„...SOLL DAS WERK DEN MEISTER LOBEN;  
DOCH DER SEGEN KOMMT VON OBEN.“*

Und weil wir schon beim dichten (Dichter) sind, soll noch der Slogan hinzugeführt werden:

*„Schwester (Pfleger) werden ist nicht schwer (aber leicht auch nicht), Schwester (Pfleger) sein dagegen sehr.“*