

# Der Geist geht, die Seele bleibt

Rund 1,9 Prozent der Bevölkerung leben mit einer Demenzerkrankung. Darunter sind Wissenschaftler, ebenso prominente Sportler wie der am 15. August gestorbene Torjäger Gerd Müller. Auch der frühere Münchner Internist Klaus Hällfritzsch ist betroffen. Ein Besuch bei der Familie.

VON SUSANNE SASSE

München – Seine geliebte Zeitung liest Dr. Klaus Hällfritzsch, 75, noch immer jeden Tag. Stundenlang, sagt seine Frau Heide Hällfritzsch. Und genau. Oftmals unterstreicht er feinsäuberlich ganze Artikel. Ob er den Inhalt versteht? „Das weiß ich nicht, vielleicht versteht er mehr, als ich denke, aber was er gelesen hat, das kann er mir nicht sagen“, sagt die 75-Jährige. Aber das ist auch zweitrangig – Zeitung zu lesen, das ist ein Ritual, das er beibehalten hat. Solche alten Muster geben den Tagen Struktur. Und das ist wichtig, weil seit einigen Jahren im Leben der Hällfritzschs nur noch wenig so ist wie früher.

Die Veränderungen begannen schleichend, erzählt seine Frau Heide Hällfritzsch. „Es passierten komische Dinge. Zum Beispiel ging er in Schwabing, wo er studiert hat und sich eigentlich sehr gut auskannte, plötzlich in die falsche Richtung.“ Immer öfter fielen ihr und den vier erwachsenen Kindern solche kleinen Unstimmigkeiten auf. „Es begann etwa zwei Jahre vor der Diagnose. Plötz-

## Er vergaß Details, etwa den Weg zum Bäcker

lich merkte man immer mehr eine Veränderung. Erst verdrängt man es und glaubt es nicht, dass irgendetwas nicht stimmt“, sagt Heide Hällfritzsch. Doch als ihr Mann dann den Weg zum Bäcker ums Eck nicht mehr wusste, war ihr klar, dass etwas passieren musste.

Die Diagnose des Neurologen im Jahr 2018 gab Klarheit. Spätestens seit diesem Zeitpunkt trägt seine Frau Heide Hällfritzsch alleine die Verantwortung. „Ich mache auch die steuerlichen Dinge und so weiter, um die ich mich früher nicht gekümmert habe“, sagt sie. In all das musste sie erst hineinwachsen. „Man lernt, sich auf Veränderungen einzustellen“, erzählt sie. Etwas ganz Wichtiges hat sie in den vergangenen Jahren auch erkannt: „Man muss das nicht alles im Alleingang schaffen. Das A und O ist, dass man sich Hilfe holt.“

Bekommen hat sie diese Unterstützung bei Désirée von Bohlen und Halbach, 57.



Alles wirkt wie immer, doch seit der Alzheimer-Diagnose im Jahr 2018 ist immer weniger so, wie es mal war. Heide und Klaus Hällfritzsch, beide 75, mussten ihr Leben umstellen. Beide genießen dennoch – wie früher – die Zweisamkeit in ihrem Garten in München.

FOTOS: SIGI JANTZ (4)



Das Ritual des Zeitungslesens pflegt Klaus Hällfritzsch trotz seiner Demenz jeden Tag – die geliebte Gewohnheit gibt ihm Struktur, aber was er liest, kann er nicht sagen.



Die Sonne genießt das Paar immer noch gerne gemeinsam – an den Gefühlen hat sich nichts geändert.

Sie stammt aus dem Hochadel, ist die Tochter von Birgitta von Schweden (83) und Johann Georg Prinz von Hohenzollern (†83) – und unter anderem ausgebildete Demenztrainerin. Vor vier Jahren hat sie den gemeinnützigen Verein Desideria Care gegründet und hilft vor allem Angehörigen von Demenzzkranken.

Dunkle Stunden, Zukunftsangst, Ratlosigkeit, solche Gefühle erlebt jeder Angehörige eines Demenzen. „Immer, wenn ich in Schieflage gerate, gehe ich zu Desideria Care, hole mir Rat und lasse mir Mut machen“, sagt die 75-Jährige. „Ich habe gelernt, mich nicht zu vergraben und zu isolieren, denn auch mit Demenz geht das Leben weiter“, sagt Heide Hällfritzsch. Bei den Gruppenstunden habe sie zudem festgestellt, dass jeder Demenzzkranke anders ist

– die einen sind launisch und unausgeglichen, die anderen ruhig und zufrieden. „Ich habe gemerkt, was für ein Glück ich trotz allem habe, denn mein Mann ist immer zufrieden und freudig, er hat sein ausgeglichenes Wesen behalten. Wir erleben noch immer viele glückliche Stunden miteinander.“

## „Wir erleben noch immer viele glückliche Stunden“

Wie reagieren die anderen, die Nachbarn, die Freunde, die Kinder und Enkel? „Jeder verarbeitet es anders – wir bekommen viel Zuwendung, manche aber wissen nicht, wie sie mit der Demenz umgehen sollen“, sagt Heide Hällfritzsch. Besonders unkompliziert ist die Erkrankung für

die sechs Enkel, die zwischen sieben und 13 Jahren alt sind: „Für die ist das gar kein Problem: Die wissen, der Opa vergisst was, also behandeln sie ihn ganz normal und gucken dann, was passiert“, erzählt Heide Hällfritzsch.

Der Schritt an die Öffentlichkeit ist der Ehefrau nicht leicht gefallen. Gewagt hat sie ihn, um für die Akzeptanz von Demenz zu werben. „Die ist leider nicht immer da“, sagt Heide Hällfritzsch. Dabei ist es ein Thema, das jeden betrifft – ob wir nun selbst erkranken oder jemand im Freundes- oder Familienkreis. Und wie reagiert man nun richtig einem Betroffenen gegenüber? „Das Beste ist, sich ganz normal zu verhalten, den Menschen ernst zu nehmen“, sagt sie. Auch wenn der Erkrankte vielleicht vom Kopf her nicht mehr versteht, was vor sich

geht, weiß er vom Bauchgefühl her sehr wohl, ob etwas richtig oder falsch ist, ehrlich oder gelogen.

Ein Schlüsselerlebnis für Heide Hällfritzsch war das Auto ihres Mannes. „Er ist um es herumgeschlichen, sehnte sich danach, sich hinter Steuer zu setzen. Ich hatte die Schlüssel versteckt“, erzählt

## Die Erinnerungen sind weg, die Gefühle nicht

sie. Ihr Mann verstand nicht, warum. „Ich war doch immer ein guter Fahrer, hat er gesagt, und ich konnte das nur bejahen.“ Ihr Sohn habe darauf bestanden, dass sie ihrem Mann einfach die Wahrheit sagt. So hat sie sich überwunden und ihm gesagt, das geht nicht mehr, jetzt mit der

Diagnose. „Das war richtig, so ehrlich zu ihm zu sein. Dann hat er nicht mehr gefragt.“

Was bringt die Zukunft? Heide Hällfritzsch weiß es nicht, sie fährt auf Sicht. „Ich weiß nur, dass ich mich auf Veränderungen einstellen muss und ich es vielleicht irgendwann nicht mehr schaffen, aber bis dahin möchte ich die Zeit, die uns bleibt, genießen.“ An manchen Tagen ist ihr Mann gut orientiert, wenn er morgens aufsteht, holt seine Kaffeetasse, dann die Zeitung. An anderen braucht er Hilfe, um sich zurechtzufinden. Seine Hobbys von früher liebt er auch heute noch. Zum Beispiel, schwimmen zu gehen im Starnberger See. Oder zu reisen. Im vergangenen Sommer reisten die zwei durch die Bretagne, heuer an die Nordsee. Klaus Hällfritzsch ist nämlich noch immer ein guter Beifahrer.

## 3 FRAGEN AN



Demenztrainerin Désirée von Bohlen und Halbach

## „Angehörige brauchen Hilfe“

Wenn ein Familienmitglied an Demenz erkrankt, dann wirft das die Strukturen in der Familie durcheinander. Plötzlich fällt eine Stütze weg und die anderen Mitglieder stehen vor der riesigen Aufgabe, diesen Menschen zu pflegen, aber auch zu ersetzen. Eine Mammutaufgabe. Wie Angehörige diese meistern können, ohne sich dabei selbst zu verlieren, erklärt Désirée von Bohlen und Halbach, die Gründerin des gemeinnützigen Vereins Desideria Care. Sie ist Systemische Beraterin, Familiencoach und Demenzberaterin.

## Was brauchen Angehörige von Demenzzkranken?

Bei einer Demenz-Diagnose geraten Lebenskonzepte völlig durcheinander. Jetzt gilt es zunächst, die Diagnose zu akzeptieren, denn nur dann können neue Wege gegangen und neue Handlungsoptionen erarbeitet werden. Hierbei begleiten wir Familien mit ganz neu und speziell für Demenzzangehörige entwickelten Konzepten. Diese müssen darauf achten, sich auch um sich selbst zu kümmern. Denn neben all den rechtlichen, medizinischen, pflegerischen und nicht zuletzt den finanziellen Aufgaben ist es essenziell, die eigenen Kräfte zu schonen. Viele pflegende Zu- und Angehörige laufen Gefahr, in eine Depression oder gar ein Burn-out zu rutschen. Demenz ist oft die Krankheit der Angehörigen.

## Welche Unterstützung hilft den Angehörigen?

Wir hören zu und nehmen die Sorgen ernst. Es ist eine große Erleichterung für Familienmitglieder, mit einer neutralen Person über all die Nöte und Probleme zu reden. Im zweiten Schritt versuchen wir gemeinsam mit den Klienten Wege zu finden, neben all dem Schweren auch gute Momente zu entdecken und diese ins Leben zu integrieren. Durch unsere Begleitung schaffen wir Entlastung und Lebensqualität für die betroffenen Familien. Die Krankheit verläuft stufenweise, und bei punktuellen Krisen kommen die Klienten wieder zu uns. Gut tut den Angehörigen auch der Austausch mit anderen Betroffenen in unseren „Eduktion Demenz-Schulungen“. Es entsteht ein Gefühl der Zugehörigkeit – man ist nicht alleine.

## Welche Botschaft haben Sie jetzt, in der Bayerischen Demenzwoche?

Demenz braucht Öffentlichkeit! Die Würde geht nicht durch die Krankheit verloren, sondern durch das soziale Umfeld, das sich abwendet. Hier wünsche ich mir eine neue Sensibilität.

Interview: Susanne Sasse

## Der Verein

Desideria Care hat sein Büro in München in der Lessingstr. 5, Tel. (089) 59 99 74 33, Internet: [www.desideriacare.de](http://www.desideriacare.de)

## Foto-Wettbewerb „Demenz neu sehen“

Fotograf Hauke Dressler dokumentierte die letzte Reise mit seinem erkrankten Vater in bewegenden Bildern

München – Einen demenzen Menschen zu fotografieren, da haben viele Menschen Hemmungen. Das ist sehr schade, findet Désirée von Bohlen und Halbach von Desideria Care – denn so bleiben dann keine Fotos aus den letzten Jahren des Erkrankten. Ganz anders gemacht hat das der Fotograf Hauke Dressler, der sich auch für Desideria Care engagiert.

Er unternahm mit seinem an Demenz erkrankten Vater eine Winterreise durch



Hauke Dressler  
Fotograf

Schweden bis in die finnische Wildnis. Die Fotos, die er dabei machte, sind bewegend und schaffen eine positive Erinnerung an den Vater, der ebenfalls Fotograf war. Und

sie zeigen, wie wichtig es ist, der Erkrankung und den Betroffenen ein Gesicht zu geben. Dafür ist jetzt genau der richtige Zeitpunkt.

Denn in diesen Tagen dreht sich alles um das Thema Demenz. Am 21. September ist der Welt-Alzheimerstag. Die Bayerische Demenzwoche beginnt schon am 17. September. Ende September startet der Fotowettbewerb „Demenz neu sehen“ von Desideria Care. Teilnehmen können Amateure und Profifotogra-



Dresslers emotionale Fotos zeigen seinen demenzen Vater.

fen. Einsendeschluss für die Teilnehmerfotos ist der 14. Februar 2022. Eine hochkarätige Jury sucht die Gewinner aus. Es gibt drei Preise: Der Preis „Profi“ ist dotiert mit 5000 Euro, der Preis „Nachwuchs“ mit 3000 Euro und der Gewinner in der Kategorie „Amateur“ bekommt 2000 Euro. Der Preis wird gefördert durch die Josef und Luise Kraft-Stiftung in München.

## Mehr Informationen

[www.demenzneusehen.de](http://www.demenzneusehen.de)