

Münchener Merkur

Publikation Münchener Merkur
Ausgabe 13.10.2026
Seite 10
Abo-Nr 126167
Treffer-Nr 6318116
Suchbegriff Desideria Care

Autor*in DÉSIRÉE VON BOHLEN*
Ressort Lokales
Verlag Münchener Zeitungsverlag GmbH ...
Medientyp Regional mit Vollredaktion
Branche Nicht branchenspezifisch
Bundesland Bayern

Reichweite 599267
Verbreitet 179602
Verkauft 160496
Gedruckt 128755
AÄW/€ 5508.06
Erscheint täglich

KOLUMNE ZUM THEMA DEMENZ

„Mein erster Gedanke war ganz klar: Ich muss doch für meinen Mann da sein.“ Diesen Satz sagte Hella Horsmann in unserem Podcast „Leben. Lieben. Pflegen“. Während sie selbst auf Kur war, bekam sie den Anruf, dass ihr an **Demenz** erkrankter Mann erneut ins Krankenhaus eingeliefert worden war. Sofort wollte sie abreisen. Für sie war selbstverständlich: Wenn ihr Mann in Not ist, muss sie bei ihm sein. Doch bei einem Spaziergang zum Durchatmen drängte sich ihr ein Gedanke auf: Wird es ihm nur gut gehen, wenn ich da bin und mich darum kümmerge? Oder darf ich darauf vertrauen, dass auch andere gut für ihn sorgen können?

Sie entschied sich, zu bleiben. Ein Aha-Moment, der ihr gezeigt hat, dass Loslassen nicht bedeutet, ihren Mann im Stich zu lassen, sondern die Verantwortung abzulegen, alles allein schaffen zu müssen.

Genau das ist eine der größten Herausforderungen für Angehörige von Menschen mit **Demenz**: Loslassen wird oft mit Aufgeben verwechselt. Dabei bedeutet es etwas ganz anderes. Es bedeutet, sich von Vorstellungen zu verabschieden, die nicht mehr zur Realität passen, von der Vorstellung, alles kontrollieren zu können, immer stark sein zu müssen oder dass gute Fürsorge nur dann gelingt, wenn man selbst rund um die Uhr da ist.



Loslassen heißt nicht im Stich lassen

VON DÉSIRÉE VON BOHLEN*

Demenz verändert Beziehungen. Aus Ehepartnern werden Begleiter, aus Töchtern und Söhnen werden Organisatoren, Fürsprecher oder Entschei-

dungsträger. Viele Angehörige kämpfen lange gegen diese Veränderungen an. Aus Liebe, aus Verantwortung und manchmal auch aus Schuldgefühlen.

Sollte man sich nicht eher fragen, was braucht mein Angehöriger wirklich? Vielleicht ist es gar nicht die Partnerin, die jede Nacht mehrmals geweckt wird, sondern die professionelle Pflegerin, die sich kümmert oder gar das Pflegeheim, das den professionellen Rahmen gibt. Und vielleicht besteht die wichtigste Aufgabe der Angehörigen dann nicht mehr darin, alles selbst zu übernehmen.

Das fällt vielen schwer. Denn Loslassen fühlt sich zunächst

wie Versagen an. Tatsächlich ist es oft das Gegenteil. Es erfordert Mut, die eigenen Grenzen anzuerkennen und Verantwortung zu teilen.

Loslassen ist meiner Meinung nach kein Zeichen von Resignation. Es ist eine Entscheidung für das, was weiterhin möglich ist: für gemeinsame Momente statt permanenter Überforderung. Für Nähe statt Erschöpfung und für die Erkenntnis, dass Fürsorge nicht bedeutet, alles allein schaffen zu müssen. Manchmal entsteht dadurch wieder Raum für das, was am Ende wirklich zählt: füreinander da zu sein.

Désirée von Bohlen und Halbach ist Gründerin und Vorstandsvorsitzende des **Desideria e.V.*

Münchner Merkur

Publikation	Münchner Merkur	Autor*in	DÉSIRÉE VON BOHLEN*	Reichweite	599267
Ausgabe	13.10.2026	Ressort	Lokales	Verbreitet	179602
Seite	10	Verlag	Münchener Zeitungsverlag GmbH ...	Verkauft	160496
Abo-Nr	126167	Medientyp	Regional mit Vollredaktion	Gedruckt	128755
Treffer-Nr	6318116	Branche	Nicht branchenspezifisch	AÄW/€	5508.06
Suchbegriff	Desideria Care	Bundesland	Bayern	Erscheint	täglich

Publikation	verkauft	verbreitet	gedruckt	Reichweite Mio	Medien-Nr
ü Münchner Merkur	160496	179602	128755	0.599267	1116
Dorfener Anzeiger	7376	8194	5597	0.02734	92935
Ebersberger Zeitung	10032	10858	7831	0.036229	1037
Erdinger Anzeiger	7376	8194	5597	0.02734	1030
Freisinger Tagblatt	10974	11830	8796	0.039472	4732
Fürstenfeldbrucker Tagblatt	7023	7656	5562	0.025545	1498
Garmisch-Partenkirchner Tagblatt	6190	6956	4935	0.023209	1349
Geretsrieder Merkur	3551	4044	2896	0.013493	97179
Holzkirchner Merkur	4516	5110	3711	0.01705	7043
Isar-Loisachbote	3551	4044	2896	0.013493	1049
Miesbacher Merkur	4516	5110	3711	0.01705	1041
Murnauer Tagblatt	6190	6956	4935	0.023209	7566
Dachauer Nachrichten	11957	12800	9246	0.042709	1389
Münchner Merkur Ausgabe Würmtal	2967	3268	2301	0.010904	9904
Münchner Merkur Germeringer Zeitung	7023	7656	5562	0.025545	97185
Münchner Merkur LK München Nord	6396	7510	5052	0.025058	9902
Münchner Merkur LK München Süd	6396	7510	5052	0.025058	9903
Penzberger Merkur	5121	5837	4076	0.019475	1250
Schongauer Nachrichten	7494	8080	5973	0.02696	1233
Starnberger Merkur	8901	9805	6903	0.032715	1642
Tegernseer Zeitung	4516	5110	3711	0.01705	11059
Tölzer Kurier Ost (TK)	4319	5069	3343	0.016913	1459
Tölzer Kurier West (TL)	4319	5069	3343	0.016913	83182
Weilheimer Tagblatt	5121	5837	4076	0.019475	10106
1 Ausgabe/n mit der Meldung					
24 gelesene Ausgaben in der Gruppe					
Summen der Meldung	160496	179602	128755	0.599267	

© Copyright des Artikels liegt beim Verlag