

# Ich pflegte meine demente Mutter zuhause – bis es nicht mehr ging

Denise Baumgartner war berufstätig und selbst Mutter. Dann kam die Diagnose, die ihr Leben umkrempelte.



Seit die Mutter im Heim ist, versucht sie, auch ihren Vater zu entlasten: Denise Baumgartner. Foto: Esther Michel

Es war ein Moment, der das Leben von Denise Baumgartner veränderte. Im Herbst 2012 planten ihre Eltern, in eine Alterswohnung in Männedorf ZH umzuziehen. Die Zügelkisten standen bereit. Eines Tages, als Denise Baumgartner in die elterliche Wohnung kam, stand ihre damals 76-jährige Mutter vor den leeren Kisten, schaute betroffen zu ihrer Tochter. «In diesem Moment merkte ich, dass meine Mutter mit dem Einpacken und Aussortieren komplett überfordert war», sagt Denise Baumgartner. «Ich wusste, dass etwas mit ihr nicht mehr stimmte und fortan nichts mehr so sein würde wie früher.»

Eine medizinische Abklärung ergab, dass die Mutter an einer beginnenden Demenz erkrankt war. Ein schwerer Schock nicht nur für den Vater – nach 53 Ehejahren –, sondern auch für die Tochter. «Ich weinte viele Nächte lang», sagt Denise Baumgartner. Doch dann wurde sie aktiv. Sie informierte sich bei der Alzheimervereinigung und liess nichts unversucht, um wenigstens das Fortschreiten der unheilbaren Krankheit hinauszuzögern.

Schritt für Schritt wuchs Denise Baumgartner, die selber einen Sohn hat und damals wie heute als medizinische Sekretärin arbeitet, in die Rolle der helfenden, stützenden Tochter hinein. Zunächst ging sie einen, später drei Nachmittage bei den Eltern vorbei, bis der Umzug vorüber war, aber auch danach.

Wenn sie mit ihrer Mutter zusammass, malten sie Mandala aus, zeichneten und bastelten zusammen oder machten mit selbst erstellten Arbeitsblättern auf den Zustand ihrer Mutter zugeschnittenes Gedächtnistraining. Im Wissen darum, dass die Krankheit nicht rückgängig, aber vielleicht hinausgezögert werden kann. In einem dicken Ordner bewahrt die Tochter alles auf, was sie mit ihrer Mutter erarbeitet hat, um später eine Erinnerung an sie zu haben. Und vielleicht auch, um einmal ein Buch mit Vorlagen für andere Betroffene zu erstellen.

## Bedingungslos für die Eltern da

Wie Denise Baumgartner, 55, unterstützen viele Menschen ihre pflegebedürftigen Eltern. Das Schweizerische Gesundheitsobservatorium schätzt, dass in der Schweiz 125'000 Personen über 65 Jahre auf Pflege und Betreuung angewiesen sind. Fast die Hälfte davon wird zu Hause gepflegt, meist von den nächsten Angehörigen. Vielfach

Stefan Müller 28.08.2018

## Hier finden Senioren und Angehörige Unterstützung

Kostenlose Beratung:  
Pro Senectute Schweiz, Schweizerisches Rotes Kreuz

[www.pro-senectute.ch](http://www.pro-senectute.ch)  
[www.redcross.ch](http://www.redcross.ch)

Schweizerische Alzheimervereinigung  
[www.alz.ch](http://www.alz.ch)

Entlastungsdienste: Pro Senectute, Pro Infirmis, Gesundheitsligen, Rotes Kreuz  
[www.pflege-entlastung.ch](http://www.pflege-entlastung.ch)

Angehörigengruppen  
[www.selbsthilfeschweiz.ch](http://www.selbsthilfeschweiz.ch)

Besuchs- und Begleitdienste: Rotes Kreuz und Pro Senectute; Plattform für die Heimsuche  
[www.heiminfo.ch](http://www.heiminfo.ch)

Der Dokumentarfilm «Von heute auf morgen» porträtiert vier alte Menschen, die zunehmend auf fremde Hilfe angewiesen sind  
[www.vonheuteaufmorgen.ch](http://www.vonheuteaufmorgen.ch)

Beratungsstelle LiA – Leben im Alter vom Zentrum für Gerontologie an der Universität Zürich, 044 635 34 23  
[www.zfg.uzh.ch](http://www.zfg.uzh.ch)

Arbeiten und Angehörige betreuen: Informationen zur Vereinbarkeit von Erwerbstätigkeit und der Pflege von Angehörigen  
[www.workandcare.ch](http://www.workandcare.ch)  
[www.info-workcare.ch](http://www.info-workcare.ch)

Verzeichnis der vom Bund bewilligten, privaten Arbeitsvermittlungs- und Personalverleihbetriebe  
[www.avg-seco.admin.ch](http://www.avg-seco.admin.ch)

Umfassende Informationen zu ausländischen Pflegefachkräften  
[www.careinfo.ch](http://www.careinfo.ch)

## Artikel zum Thema

sind es die Ehefrauen oder Töchter, welche die Senioren betreuen und es ihnen so ermöglichen, in ihrer vertrauten Umgebung zu bleiben. Laut Spitex-Studien erbringen pflegende Angehörige Leistungen im Wert von 3,5 Milliarden Franken pro Jahr. Ohne diese «Gratisarbeit» wäre unser Gesundheitssystem heillos überfordert.

---

**«Eine richtige Lawine rollte los,  
mit allem, was zu erledigen war.»**

Denise Baumgartner, Tochter

---

Für Denise Baumgartner stand nie in Frage, dass sie sich um ihre Eltern kümmern würde, wenn diese alt werden. «Das war für mich immer selbstverständlich», sagt sie. Sie hatten in der Familie stets einen guten Zusammenhalt und sich gegenseitig unterstützt. Der bedingungslose Einsatz, den sie seit jenem Moment im Herbst 2012 für ihre Eltern leistet, aber nur möglich, weil ihr Ehemann dies mitträgt und seine Frau aktiv unterstützt.

Die Demenz ihrer Mutter schritt nach der Diagnose rasch voran. Der Betreuungsaufwand wuchs. Um den Vater zu entlasten, half Denise Baumgartner im Haushalt, ging einkaufen, begleitete die Mutter zum Arzt und kümmerte sich um administrative Angelegenheiten, sodass der Vater auch einige freie Stunden hatte.

«Es wurde immer mehr und mehr – eine richtige Lawine rollte los, mit allem, was zu erledigen war», sagt sie. Im Einvernehmen mit ihrer Familie reduzierte sie ihr Arbeitspensum von 70 auf 50 Prozent. Ihre beiden Brüder konnten aus beruflichen Gründen nicht so viel Zeit aufbringen und nur am Wochenende helfen. Um Gerechtigkeit zu schaffen, einigten sich die drei Geschwister darauf, Denise Baumgartner für ihren Einsatz finanziell zu entschädigen, was für alle Geschwister sehr zufriedenstellend ist.

---

**«Ich hätte ihr so gerne geholfen,  
aber gegen den Willen meiner  
Mutter konnte ich es nicht.»**

Denise Baumgartner, Tochter

---

Weniger zu arbeiten oder den Job gar aufzugeben, um seine Eltern zu pflegen, muss aber gut überlegt sein. Die Sozialberaterin Maria Rempfler von Pro Senectute Kanton Zürich rät sogar vehement davon ab. «Niemand ersetzt einem den Lohnausfall», sagt sie. In der Schweiz sei die Entschädigung pflegender Angehöriger ein ungelöstes Problem. Aufgefangen werden können die Nachteile etwa dadurch, dass zumindest ein Pflegevertrag unter den Geschwistern abgeschlossen wird, der die Entschädigung regelt, sagt Maria Rempfler.

Aber auch so würde man den Lohnausfall im Alter büssen, weil die Rente aufgrund der fehlenden Beiträge geringer ausfällt. Deshalb ist die Anmeldung für Betreuungsgutschriften wichtig. Das sind Zuschläge zum rentenbildenden Einkommen, die es etwa einer pflegenden Tochter ermöglichen, eine höhere AHV-Rente zu erreichen. Sinnvoll ist zudem, das Personalreglement am Arbeitsplatz zu konsultieren, das Auskunft über die Möglichkeiten des Arbeitgebers gibt. «Wir empfehlen auch das Gespräch mit dem Vorgesetzten, um eine individuelle Lösung zu suchen», sagt die Pflegewissenschaftlerin Iren Bischofberger von Careum Forschung in Zürich, die sich mit der Vereinbarkeit von Beruf und Pflege beschäftigt.

---

**Fachleute empfehlen, sich  
frühzeitig mit einem Umzug ins  
Heim und den daraus  
entstehenden Kosten zu  
befassen.**

---

## Wer das Grosi billig pflegen lässt, riskiert eine Busse



1990 Franken pro Monat für eine 24-Stunden-Betreuung aus der Slowakei: Achtung, im Pflege-Geschäft gibts illegale Angebote. [Mehr...](#)

**ABO+** Bernhard Kislig, 21.08.2018

## Zeit ansparen für die Betreuung im Alter

**Recht & Konsum** Man nennt sie die vierte Säule: die Zeitvorsorge. Senioren unterstützen Betagte. Die geleistete Zeit können sie einlösen, wenn sie selber auf Hilfe angewiesen sind. [Mehr...](#)

Andrea Fischer, 09.04.2018

## Die Alterspflege steht vor grossen Herausforderungen

**SonntagsZeitung** Wir müssen die Betreuung der Senioren auf mehr Schultern verteilen. [Mehr...](#)

Armin Müller, 14.04.2018

---

## Die Redaktion auf Twitter

Stets informiert und aktuell. Folgen Sie uns auf dem Kurznachrichtendienst.

@tagesanzeiger folgen

Im Sommer 2014 spitzte sich die Situation von Denise Baumgartner zu. Ihre Mutter musste nun fast rund um die Uhr beaufsichtigt werden. Das Gehen fiel ihr schwer. Die Spitex kam täglich, um vor allem die Medikamenteneinnahme zu überwachen. Vater und Tochter führten den Haushalt, bereiteten das Essen zu, wuschen und betreuten die Mutter. Als der Vater nach einem akuten Herzanfall umgehend am Herzen operiert werden musste und ausfiel, war Denise Baumgartner noch mehr gefordert. Sie stellte kurzfristig über eine zertifizierte Agentur eine ausländische Pflegerin an, die, gemeinsam mit der Tochter, bei der Mutter in der Wohnung leben sollte. Sie selbst nahm einen Monat unbezahlten Urlaub.

Zu zweit sollte nun die Mutter betreut werden. Doch das Vorhaben war schwieriger als gedacht. So konnte die Mutter die Hilfe der ihr fremden Pflegerin anfangs nicht annehmen. Sie rief auch immer nach dem Ehemann, wenn die Tochter ihrer Mutter auf der Toilette oder unter der Dusche helfen wollte. Die Mutter verstand nicht, dass ihr Ehemann nicht da war, um ihr zu helfen. «Das war zu viel für mich», sagt Denise Baumgartner. «Ich hätte ihr so gerne geholfen, aber gegen den Willen meiner Mutter konnte ich es nicht.»

### **Ein schwieriger Entscheid**

Nach knapp einer Woche war klar, dass es so nicht würde weitergehen können, wenn der Vater aus dem Spital und der Reha zurückkäme. Zum Glück wurde im benachbarten Alters- und Pflegeheim gerade ein Platz frei, worauf die Tochter ihre Mutter anmeldete. Der Vater willigte schweren Herzens ein – das Gesetz schreibt eine solche Einwilligung vor. Darauf zog die Mutter im Oktober 2014 ins Heim. Erleichtert wurde Denise Baumgartner dieser Entscheid, weil sie dies bereits früher mit ihrer Mutter besprochen hatte.

Fast alle Menschen hegen den Wunsch, in ihrer vertrauten Umgebung alt zu werden. Und ihre Kinder und Angehörigen unterstützen diesen Wunsch. Der Entscheid, in ein Alters- oder Pflegeheim einzutreten, wird deshalb oft so lange hinausgezögert, bis plötzlich eine rasche Lösung nötig wird. Häufig ist es dann zu spät, um eine selbstbestimmte Wahl treffen zu können. Fachleute empfehlen darum, sich frühzeitig mit einem Umzug ins Heim und den daraus entstehenden Kosten zu befassen.

Seit die Mutter im Heim ist, hat sich die Lage bei Denise Baumgartner merklich entspannt. Ein bis drei Nachmittage pro Woche hilft sie ihrem noch selbständigen Vater im Haushalt. Egal, ob zu Besuch beim Vater oder bei der Mutter im Heim – immer mit dabei ist Amy, Denise Baumgartners Australian-Shepherd-Hündin. Wenn der Vater die ausgebildete Therapiehündin sieht, freuen sich beide. Seit die Mutter ins Heim zog, ist es still geworden in der Wohnung des 83-Jährigen, der seine Frau sehr vermisst.

Doch Denise Baumgartner weiss, dass die Mutter gut umsorgt ist. «Die Erkrankung der Mutter hat unsere Familie noch mehr zusammengeschweisst», stellt sie fest. Etwas fällt ihr aber besonders auf: «Mit einem Leitfaden wäre es einfacher gewesen, die richtigen Schritte zum richtigen Zeitpunkt einzuleiten.» Es komme viel auf die Angehörigen zu. Vor allem sei es wichtig, dass diese schon zu Beginn auf sich achten würden, sich abzugrenzen lernten und den Mut aufbrächten, fachliche Hilfe in Anspruch zu nehmen.

## **Pflegebedürftig und doch zu Hause wohnen**

Fast alle Menschen möchten, auch wenn sie gebrechlich sind, in ihrem Daheim bleiben. Das geht nur mit professioneller Hilfe.

Wer seine pflegebedürftigen Eltern oder andere Angehörige zu Hause betreut, ist mit zahllosen Fragen konfrontiert: Meine Mutter wird vergesslicher, was kann ich tun? Wer hilft bei der Betreuung? Wann «müssen» meine Eltern ins Heim? Wie bezahle ich das alles? In der Schweiz existiert ein gut ausgebautes Netz von Anlaufstellen, die weiterhelfen, in erster Linie Pro Senectute und das Rote Kreuz, die in allen Kantonen vertreten sind. Liegt eine Demenz (etwa Alzheimer) vor, kann man sich an die Schweizerische Alzheimervereinigung wenden (siehe Box unten.)



*Manche Senioren müssen pro Tag mehrere Tabletten schlucken: Die Spitex hilft, mit Medikamentenboxen die Übersicht zu bewahren. Foto: Getty Images*

Die wichtigste Organisation für pflegebedürftige Senioren, die zu Hause wohnen, ist die Spitex. Ihre Angestellten pflegen die Klienten und kümmern sich auch um den Haushalt. Sie leisten aber nur so viel Unterstützung, wie nötig und zeitlich möglich ist. Die Angehörigen helfen bei der Pflege mit.

---

**Wer in seiner Wohnung bleiben  
will und es sich leisten kann,  
stellt Betreuerinnen an.**

---

Bei einer leichten bis mittelschweren Pflegesituation – etwa wenn eine sehr betagte Diabetikerin mit starker Arthrose Hilfe braucht – verursacht eine Betreuung durch die Spitex weniger Kosten als der Aufenthalt im Heim. Was von den betreuten Personen manchmal beklagt wird, ist der häufige Wechsel beim Personal und die begrenzte Einsatzzeit. Wer etwas Geld beiseite hat, kann ergänzend private Spitex zuziehen für Dienste, die von der öffentlichen Spitex nur begrenzt wahrgenommen werden, etwa die Begleitung zum Arzt, zur Therapie oder auch die Betreuung rund um die Uhr.

#### **Hilflosengelder abklären**

Pflegeleistungen, die vom Arzt verordnet sind, bezahlt die Krankenkasse aus der Grundversicherung (abzüglich Franchise und Selbstbehalt). Je nach Kanton müssen sich Pflegebedürftige darüber hinaus an den Kosten beteiligen mit maximal 15.95 Franken pro Tag. Hauswirtschaftliche Dienste der Spitex wie Putzen, Waschen oder Kochen müssen Versicherte oder ihre Angehörigen selbst bezahlen. Wichtig ist, etwa mit Pro Senectute oder anderen Fachstellen abzuklären, ob ein Anspruch auf Hilflosenentschädigung besteht. Diese staatliche Entschädigung hängt davon ab, wie stark jemand für Ankleiden, Körperpflege oder Essen auf die Hilfe Dritter angewiesen ist.



*Gehört auch zu den Aufgaben der Spitex: Hilfe bei der täglichen Hygiene. Foto: Getty Images*

Immer mehr Menschen, die möglichst lange in ihrer eigenen Wohnung bleiben möchten und es sich leisten können, stellen über eine Agentur oder auf eigene Faust für zwei, drei Monate Betreuerinnen, meist aus Osteuropa, an. Bei einer privaten Betreuung bezahlt die Krankenkasse bestimmte medizinische Leistungen. Den Grossteil der Kosten müssen die Senioren und ihre Familien aber selbst berappen. Die Kosten können pro Monat schnell 7000 Franken und mehr betragen. Manche Firmen bieten ihre Dienste zu Dumpingpreisen an, Angebote unter 4000 Franken pro Monat sind fragwürdig. Wer sich überlegt, via Agentur ausländische Betreuerinnen anzustellen, sollte vorab einige wichtige Fragen klären: Ist die Agentur vom Staatssekretariat für Wirtschaft (Seco) zertifiziert? Sind die Betreuerinnen für die konkrete Situation und Arbeit genügend ausgebildet? Osteuropäische Betreuerinnen haben zwar oft eine gute Allgemeinbildung, ihre Deutschkenntnisse variieren aber stark.

Zudem bedeutet eine 24-Stunden-Verfügbarkeit eine hohe körperliche und emotionale Belastung, besonders bei Demenzkranken. Es ist auch darauf zu achten, dass die Minimallöhne und die maximalen Arbeitszeiten eingehalten werden. Auskunft hierzu gibt unter anderem die Website [www.careinfo.ch](http://www.careinfo.ch).

### **Der Vater wurde aggressiv**

Die Innerschweizer Familie Kälin (Name geändert) stellte über eine vom Seco zertifizierte Vermittlungsagentur auf privater Basis Betreuerinnen aus Osteuropa an. Diese wohnten jeweils in der Wohnung der Eltern. Sowohl der Vater wie die Mutter waren an Demenz erkrankt. «Diese Form der Betreuung scheiterte jedoch – vor allem, weil mein Vater aggressiv wurde», sagt die Tochter. Er habe es partout nicht ertragen, dass über ihn bestimmt worden sei. Und die Betreuerinnen seien mit dem Verhalten des Vaters überfordert gewesen. Nicht nur sprachlich, sie hatten auch zu wenig Kenntnisse im Umgang mit Demenz. Die Agentur wechselte einfach die Betreuerinnen aus, konnte diese aber nicht, wie es nötig gewesen wäre, fachlich coachen.

So mussten die Eltern in die Demenzabteilung eines Pflegeheimes eingewiesen werden. Ein schwieriger Entscheid. Als Vorteil erwies sich, dass Eltern und Kinder schon in einem frühen Stadium der Erkrankung darüber sprachen, welche Möglichkeiten der Betreuung es gibt und welches Engagement jedes der Geschwister leisten kann. «Es ist sehr wichtig, sich untereinander abzusprechen», sagt die Tochter. Die private Betreuung beurteilt sie im Rückblick nicht nur negativ. Allerdings, so ist sie überzeugt, könne sie nur funktionieren, wenn nicht beide Elternteile dement sind und gepflegt werden müssen.

(Schweizer Familie)

Erstellt: 27.08.2018, 19:46 Uhr