

# Schaumburger Nachrichten

## „Der Anfang eines neuen Lebens“

14.09.2012 15:20 Uhr

Der Arbeitskreis Demenz hatte zu Vortrag und Lesung von Helga Rohra in das Mehrgenerationenhaus (MGH) Stadthagen eingeladen.



Helga Rohra signiert ihr Buch „Aus dem Schatten treten“.

**Von Doris Goerges.** Sie lebt seit sechs Jahren mit der Diagnose Lewy-Body-Demenz, einer Demenzform, von der etwa zehn Prozent der Erkrankten betroffen sind.

Sie erzählt von ihrem Weg in die Demenz. „Heute lade ich Sie ein, mit mir zusammen diesen Weg zu gehen.“ Sie spricht von den ersten Symptomen, von Begegnungen, Trennungen von Freunden, von den Kämpfen mit den Ämtern und den Hürden in dieser Gesellschaft. Sie möchte Mut machen für ein Leben mit Demenz, die nicht das Ende, sondern der Anfang eines neuen Lebens sei.

„Ich kämpfe für die Rechte der Menschen, die diese Diagnose mit 30, 40 und 50 Jahren bekommen, nicht alt und morbide sind. Wir, die neuen Gesichter der Demenz, möchten intensiv leben, haben Ansprüche und wollen gehört werden. Ich stehe für alle Menschen, die nicht hier vorn stehen wollen oder können.“

Rohra hat als Konferenzdolmetscherin in fünf Sprachen gearbeitet, Spezialgebiet Medizin, Neurologie. Jetzt ist sie selbst betroffen, kann nicht mehr in ihrem Beruf arbeiten. Aber sie kann ihre Gefühle noch in Worte fassen. Viele kleine Begebenheiten machten ihr klar, dass mit ihr etwas nicht mehr stimme. Sie dachte zunächst an Überarbeitung. Als beim Übersetzen Vokabeln fehlten, Worte verloren gingen, „kam ich auch mit Humor nicht weiter.“ Sie begann ein „Ausfalltagebuch“ zu führen, dachte an einen Tumor. Später hatte sie Halluzinationen und Orientierungsschwierigkeiten.

Sie fing an, in der Verwandtschaft zu recherchieren, ob Fälle schwerer Psychosen bekannt seien. Der aufgesuchte Neurologe schob alles auf den anstrengenden Beruf, sprach von Burnout und riet ihr, viel spazieren zu gehen. Als sie diesen Rat noch einmal bekam, „wurde ich wütend und fühlte mich nicht ernst genommen. Ich habe um Kraft gebetet und eine Klinik aufgesucht.“

Dort machte sie klar, dass sie ohne Arztgespräch nicht gehen würde. Man nahm sie endlich ernst und stationär auf. Nach vielen Untersuchungen dann die Diagnose – die Frage nach dem Warum stellte sie nicht. Sie wollte nur wissen, was sie selbst tun könnte, sofort aktiv werden. Der Arzt empfahl ihr

Vollmachten und Patientenverfügung. Er gab ihr einen Flyer der Alzheimer-Gesellschaft München mit. Dort gäbe es Menschen, die etwas für sie tun könnten.

Rohra wünscht sich für alle Menschen, die eine solche Diagnose bekommen, dass sie damit nicht allein gelassen werden. „Auf eine psychologische Beratung wartet man drei Monate. Vor meinem Sohn musste ich die starke Mutter spielen, er stand im Abitur.“ Es folgte eine tiefe Depression. Über den Flyer nahm sie Kontakt mit der Alzheimer-Gesellschaft auf. Dort wusste man sofort, wie es ihr ging: „Soll ich Sie besuchen oder wollen Sie kommen?“

Rohra wurde selbst aktiv. Man redete viel, man weinte viel. Sie entschied sich für eine Selbsthilfegruppe, weil sie Menschen treffen wollte. „Vorher habe ich übersetzt und darüber geschrieben. Jetzt war ich selbst in der Situation, war Betroffene. Wie fühlt sich eine Karrierefrau in der Selbsthilfegruppe? Es ist diese Wärme, diese Professionalität, die man braucht. Wir gehen gemeinsam den Weg der Demenz. Ich brauchte Zeit, um das andere Leben zu akzeptieren. Es war eine Zeit der Reife. Ich gab Interviews unter falschem Namen, weil ich mich schämte. Ich lernte, mich so zu akzeptieren, wie ich jetzt bin“.

„In der Demenz geht es nie nach oben, es geht nach unten. Diesen Weg können wir nur mit Ihnen gehen, mit Freunden, Familien und Nachbarn. Für mich begann ein neues Leben. Ich wollte wieder arbeiten. Man empfahl mir, Kaffee zu kochen oder in ein Altersheim zu gehen, doch ich nutzte meine Ressourcen. Sehen, was da ist, nicht beweinen, was verloren. Nicht fragen, was kommt, jeden Tag dankbar sein. Ich fahre zu Vorträgen, weiß, dass es Menschen gibt, die mir zuhören. Mit der Integration hat es nicht geklappt. Ich habe mich selbst integriert“.

Die Zahl der Erkrankten wird zunehmen. Sie werden immer jünger. An Demenz stirbt man nicht. Neue Zahlen sprechen von 1,4 Millionen in Deutschland, wobei eine Dunkelziffer von drei Millionen vermutet wird. Die Gesellschaft muss sich darauf einstellen. Helga Rohras Buch „Aus dem Schatten treten“ soll Mut machen und Mahnung sein.

Helga Rohra signiert ihr Buch „Aus dem Schatten treten“. Foto: goe