

### Was, wann, wo Schaaner Weinfest

**Schaan** An diesem Samstag, 17. August, ab 17 Uhr, veranstaltet der Weinbauverein Schaan (WBVS) das traditionelle Weinfest. Die Schaaner Winzer laden alle Interessierten in den alten Torkel an der Obergasse nach Schaan ein, um in gemütlicher Atmosphäre Schaum-, Weiss- und Rotweine zu verkosten. Degustieren, Fachsimpeln oder einfach einen gemütlichen Abend unter Freunden und Bekannten zu verbringen, ist das Motto. Natürlich werden die Gäste mit verschiedenen kleinen Speisen kulinarisch begleitet. Der Anlass findet bei jeder Witterung statt, der Weinbauverein Schaan freut sich über viele Besucherinnen und Besucher. (ingesandt)

### Sagenrainschlucht

**Wald/ZH** Am Sonntag, 31. August, laden die St. Galler Wanderwege zur öffentlichen, geführten und kostenlosen Rundwanderung ein. Start und Ziel ist dieses Mal Wald/ ZH. Die Wanderung führt durchs zauberhafte Sagenraintobel hinauf zum Chrinenberg. Auf dem Farner ist Mittagsrast. Der Rückweg ist gespickt mit Ausblicken auf den Zürichsee und die Alpen. Treffpunkt ist am Samstag, 31. August, um 9 Uhr beim Bahnhof Wald/ZH. Die T1-Wanderung ist knapp 12 km lang und dauert rund 4,5 Stunden. Auf- und Abstieg 602 m. Verpflegung aus dem Rucksack oder in Gaststätten. Die Wanderleiterin ist Priska Schmid, Tel. +41 79 462 77 06, E-Mail an prisi.schmid@bluewin.ch. Anmeldung ist bis Mittwoch, 28. August, erforderlich. (ingesandt)

Triesenberg-Malbun-Steg-Tourismus lädt ein zum

## 18. LIECHTENSTEINER WEISENBLASEN

Sonntag, 18. August 2024, ab 10 Uhr in Malbun

12.15 Uhr Messe bei der Friedenskapelle  
Ab 13.30 Uhr Volksmusik in den Gastgärten

Bei schlechter Witterung spielen die Gruppen ab 13.30 Uhr in den Gasthäusern.

TRIESENBERG MALBUN STEG  
TOURISMUS

# Demenz: Angehörige zwischen Fürsorge und Erschöpfung

Fast zwei Drittel der an Demenz Erkrankten in Liechtenstein haben Alzheimer. Yvonne Walsers Mann Josef war einer von ihnen. Sie spricht über die offensichtlichen und versteckten Herausforderungen für Angehörige.

Elisabeth Bauer

«Es begann sehr schleichend.» Yvonne Walser wählt ihre Worte bewusst. Sie ist 71 Jahre alt. Ihre Stimme ist ruhig, während sie diese schwierige Phase ihres Lebens reflektiert. «Ich glaube, am Anfang realisiert man selber nicht, dass das ein Abschied auf Raten ist.»

Vor fünf Jahren wurde ihrem Mann Josef Walser eine Alzheimer-Demenz diagnostiziert. In Liechtenstein leben aktuell rund 700 Menschen mit dieser Krankheit, Tendenz steigend. 2040 wird es laut Prognosen fast 900 Demenzkranke geben. Die Betroffenen leiden dabei ab einem gewissen Erkrankungsstadium meist in nur kurzen Augenblicken, im Gegensatz zu ihren Angehörigen. Vor diesen entfaltet sich das ganze Bild.

### Das Nicht-einsehen-wollen

«An seiner Aussprache habe ich es als erstes gemerkt. Anfangs hatte ich auch manchmal Ausreden, von wegen er hätte einen schlechten Tag. Mein Mann konnte keine vollständigen Sätze mehr sagen und wenn man nachgefragt hat, wurde er wütend.» Der Patient habe seine Demenz immer bestritten. Josef Walser war gelernter Zimmermann, seine Ehefrau beschreibt ihn als ruhig und immer gesellig. Wenn er nicht im Wald Holz sammeln war, unternahm er Radtouren. Jahrzehntlang war er Mitglied im Turnverein und der Harmoniemusik. «Seine Freunde, Nachbarn und seine Kinder konnten sich nicht mehr mit ihm unterhalten. Irgendwann hört alles auf und



Yvonne Walsers Mann bekam mit 66 Jahren Alzheimer. Sie hat sich um ihn gekümmert.



Aus dem Fotoalbum: Yvonne und Josef Walser in ihrem Wohnzimmer. Bilder: Elisabeth Bauer

dann war ich allein zu Hause mit ihm», erinnert sich Yvonne Walser an die Vereinsamung beider.

### Wer Demenz bekommen kann

Matthias Brüstle ist als Psychologe ein Experte für Demenz und der Geschäftsführer des Vereins für Menschen mit Demenz in Liechtenstein. «Ein in Europa dringend erwartetes neues Medikament wurde kürzlich nicht zugelassen.» Laut der internationalen Expertenkommission zur Demenzprävention sind Übergewicht, Bewegungsmangel und Bluthochdruck die drei grössten der insgesamt zwölf Risikofaktoren für Demenz. «Josef Walsers Fall zeigt, dass auch nichtrauchende Sportler davor nicht gefeit sind.»

Yvonne Walser hatte über die Zeit gelernt, mit der neurodegenerativen Erkrankung ihres Mannes umzugehen. «Wir hatten schon manchmal lustige Situationen. An einem Tag hat er mitgelacht und mich umarmt. Und am anderen war er wieder böse. Jeder Tag war eine Herausforderung.»

Da ist einerseits Yvonne Walsers Empathie für die Situation ihres Mannes, die ihr geholfen hat. «Manchmal habe ich ihm dann einfach irgendeine Antwort gegeben, das hat gepasst. Manchmal habe ich den Raum verlassen und mir gesagt, «Yvonne, er kann nichts dafür.»»

Andererseits holte sie sich ab dem Zeitpunkt der Diagnose Hilfe. Bei Demenz Liechtenstein erhalten Betroffene und Angehörige ein umfassendes Beratungs- und Unterstützungsangebot. Zweimal pro Woche ist der Tagestreff «Vergissmeinnicht» für Menschen mit Demenz in Betrieb.

nicht» für Menschen mit Demenz in Betrieb.

### «Ich bin nicht die Einzige»

Schliesslich war der nächste Schritt für Yvonne Walser unausweichlich. «Der Tag, an dem ich die Entscheidung getroffen habe, ihn ins Heim zu bringen, war der schlimmste Tag meines Lebens.» Bereut habe sie es trotz ihrer Gewissensbisse nicht. Sie tauschte sich mit anderen Angehörigen und mit anderen Heimbewohnern aus. Vor vier Monaten ist Josef Walser verstorben. Obwohl er am Ende nicht einmal mehr ihr gemeinsames Haus erkannte, seine Ehefrau erkannte er.

Heute arbeitet Yvonne Walser fast jede Woche ehrenamtlich im Pflegeheim. Ihre Stimme klingt verständnisvoll. «Man kennt sich hier, deshalb ist die Scham, darüber zu reden, bei vielen gross. Ich bin auch ein wenig stolz auf mich, dass ich das geschafft habe.» Dann schaut sie kurz durch den Raum und fügt mit ruhiger Bestimmtheit hinzu: «Ich habe mir mein Alter auch anders vorgestellt mit meinem Partner. Es hat nicht sollen sein. Aber ich bin nicht die Einzige, die lernen muss, damit umzugehen.»

### Zur Autorin

Elisabeth Bauer, 28, aus Weiz in der Steiermark (Ö), absolviert die 14. Medienakademie an der Universität Liechtenstein



### Sechs Tipps für Angehörige

**Erstens.** Erkennen. Die häufigsten Begleitscheinungen sind Vergesslichkeit, Sprachverluste. Die nächsten sind Persönlichkeitsveränderungen, Orientierungsverlust und wenn gesellschaftliche Konventionen nicht mehr eingehalten werden können.

**Zweitens.** Empathie. Sich vorzustellen, wie man selbst behandelt werden möchte, ist ein hilfreicher Zugang.

**Drittens.** Der Hausärztin/Dem Hausarzt über die Beobachtungen berichten. Bestenfalls lässt sich die betroffene Person zur Kooperation gewinnen.

**Viertens.** Diagnose erstellen lassen. Demenz kann nur unter Ausschlusskriterien anderer Krankheiten von Ärzten erkannt werden.

**Fünftens.** Hilfe holen. Demenz Liechtenstein in Schaan

bietet einen Tagestreffs für Erkrankte, Angehörigentreffs, Gruppenprogramme und individuelle Beratung.

**Sechstens.** Hilfe annehmen. Menschen mit Demenz wollen würdevoll behandelt werden. Bevor Situationen eskalieren, kann das Hinzuziehen weiterer Unterstützungsdienstleistungen Entlastung für alle bringen.

Elisabeth Bauer



Matthias Brüstle ist Psychologe und Geschäftsführer von Demenz Liechtenstein. Bild: Paul Trummer

MITTAGS MENU

www.zmittag.li

VIELE MITTAGS-ANGEBOTE AUS DER REGION AUF EINEN BLICK!