



*„Mama,  
jetzt bin ich  
FÜR DICH DA!“*

Ein Elternteil wird zum Pflegefall. Für viele ein unerträglicher Gedanke. Für Sandra wurde er Realität. Ihre Mutter ist nach einem Schlaganfall auf fremde Hilfe angewiesen. Sie ins Heim zu geben, kam für die Tochter nicht infrage. Protokoll einer auf den Kopf gestellten Beziehung

Fotos: Forster & Martin. Produktion: Munia Sbouri

„Späße hat sie  
schon immer  
gern gemacht.“  
Sandra, 36, über  
Mama Brigitte, 63





Inzwischen sitzt bei Sandra jeder Handgriff, um Brigitte zu unterstützen



Mutter und Tochter müssen sich ohne Worte verständigen

**A**ls ich klein war, beneidete ich Freundinnen, deren Mütter Hausfrauen waren. Meine Mutter arbeitete. Aber einmal die Woche wartete sie mittags am Fenster auf mich. Dann gab es Schnitzel, meine Lieblingspeise. Letztes Jahr stand ich an dem Platz, an dem sie immer gewartet hatte. In einer leeren Wohnung. Meine Mutter steckte mitten im Umzug, als es passierte. Der Schlaganfall riss sie beim Kistenpacken aus der Normalität. Seitdem ist nichts mehr so, wie es einmal war. Als ich sie im Krankenhaus besuchte, lag sie da, mit starr zur Seite gerichteten Pupillen. Auf dem Flur sagte der Arzt: „Sie wird vielleicht nicht überleben.“ Ich konnte die Bedeutung dieser Worte kaum begreifen. Die Monate davor waren doch unsere schönsten gewesen.

Meine Mutter hatte gerade ihren 62. Geburtstag gefeiert und wollte nach der Trennung von meinem Vater endlich einen Neuanfang. Andere Stadt, anderes Umfeld. In den letzten Jahren war sie viel offener und lebenslustiger geworden. So lernten wir uns neu kennen, Mutter und Tochter. Sie kam oft zum Kaffeetrinken von Bad Tölz nach München, um mich und meine Schwester zu sehen. Vor anderthalb Jahren beschloss sie dann: „Ich möchte zu meinen Kindern nach

*Anfangs hielt sie die Haarbürste verkehrt herum und nahm den Löffel, um Butter aufs Brot zu schmieren*

München ziehen.“ Sie klang nicht wie eine Frau, die an ihren Lebensabend denkt. Sondern wie eine, die die Flügel ausstreckt. Nun lag sie reglos im Bett. Ich sah den Blick, der keiner mehr war. Wie war das nur möglich? Vor ein paar Tagen waren wir noch gut gelaunt durch ein Möbelhaus gelaufen, hatten kichernd auf Couchgarnituren herumgelümmelt. Als ich nun noch mal dorthin fuhr, um den Lattenrost abzuholen, brach ich zusammen.

Drei Monate verbrachte meine Mutter in der Klinik und in der Reha. Die Prognosen der Ärzte reichten von „sie stirbt“ bis zu „bald steht sie wieder auf eigenen Beinen“. Beim Schlaganfall hatte ein Gerinnsel den Blutfluss zur linken Hirnhälfte verstopft. Mutters rechte Körperhälfte ist seitdem gelähmt. Viele alltägliche Dinge sind nun schwierig. Anfangs hielt sie die Haarbürste verkehrt herum, nahm den Löffel, um Butter aufs Brot zu schmieren. Möglich, dass sie einiges wieder lernt, wenn gesunde Hirnbereiche die Funktionen der gestörten übernehmen. Ihr Blick wirkt schon wieder sehr wach. Die Wortfindungsstörungen sind dagegen bis heute geblieben. „Brot“ sagt sie – und meint damit den Tisch. Am Tonfall höre ich, was sie wirklich möchte. Es ist schon ein kleines Wunder, wie meine Mutter und ich telefonieren. Steht jemand neben >>

mir, er würde nicht ahnen, dass am anderen Ende oft bloß „Ba-ba-ba“ kommt.

„Was passiert nach der Klinik?“ Diese Frage ließ mich keine Ruhe finden. Pflegeheim – das war das, was ich von Ärzten und Pflegern hörte. Und ja, ich habe mir welche angeschaut. Anonyme Gebäude, in denen es nach Urin roch. Zimmer, die Zellen ähnelten. Wie eine Verräterin fühlte ich mich dabei. Aber gab es Alternativen? Mir fiel nur eine ein: die Betreuung daheim. Mit meinem Job in der Bank würde sich das vereinbaren lassen, aber die Wohnung, in der ich mit meinem Mann lebe, war mit 70 Quadratmetern viel zu klein dafür. Doch sie hatte ja ihre eigenen vier Wände. Sie müsste nur allein zur Toilette können, dann würde es gehen, dachte ich.

Als sie die ersten Male auf dem Klostuhl saß, habe ich gejubelt. Meine Freunde hielten mich für verrückt: einen halbseitig gelähmten Menschen so weit in die Selbstständigkeit holen zu wollen. Aber zu sehen, wie meine Mutter mit den Therapeuten arbeitete, vom Bett in den Rollstuhl, von dort an den Tisch, das motivierte mich weiterzumachen. Ich übernahm die Betreuung auch formal. Was mir nicht klar war, als ich mich dazu bereit erklärte: Als Betreuer bekommt man einen Beschluss und Ausweis. Es gibt keine übergeordnete Stelle, an die man sich wenden kann. Bloß ein Gutachter kam vorbei, um über die Pflegestufe zu entscheiden. Ich fragte mich durch, kämpfte um Unterstützung. Vier Ordner sind beim Schriftwechsel mit Behörden in nur einem Jahr zusammengekommen.

Wenn ich Bekannten erzähle, wie geschafft ich oft bin, sehe ich an den Gesichtern, was sie denken: „Du hast es so gewollt.“ Unterstützung bekomme ich nur von Stefan, meinem Mann. Er ahnte, dass es nicht leicht werden würde, wusste aber auch, was ich mir in den Kopf setze, ziehe ich durch. Alles musste geplant werden: Essen auf Rädern, Therapeuten, der Pflegedienst, der dreimal täglich kommt. Über ein Notizbuch kommunizieren alle, die mit Mama umgehen: „Linker Fuß krampft“, „Salbe fehlt“. Als meine Mutter am ersten Tag durch die Räume, ihre Räume, rollte, sah ich ihr die Freude an. Ich blieb übers Wochenende. Sie am Montag zurückzulassen, war schlimm. Auf der Fahrt zur Arbeit habe ich geheult.




Drücken, festhalten, küssen: für Sandra und Brigitte die wichtigsten Kommunikationsmittel

**Geföhnte  
Haare,  
lackierte  
Nägel – für  
den Pflege-  
dienst sind  
das Extras,  
für meine  
Mutter ist  
es Lebens-  
qualität**

Ab drei bin ich bei Mama, jeden Tag. Einkaufen, putzen, Wäsche waschen... trotz der Einsätze des Pflegedienstes, der die Körperpflege übernimmt und die Medikamente verabreicht, bleibt reichlich zu tun. Geföhnte Haare, lackierte Nägel – für den Pflegedienst sind das Extras, für meine Mutter ist es Lebensqualität. Dass sie so sehr auf fremde Hilfe angewiesen, so schwach war, damit kam ich am Anfang nicht so richtig klar. Doch daran gewöhnte ich mich. Und durch den körperlichen Kontakt fühle ich mich ihr sehr nahe. Nach der Pflege machen wir Lockerungsübungen und Sprachtraining, danach gehen wir manchmal ins Café. Guck mal, die da – sagt sie mit Blicken, wenn sie sich über jemanden amüsiert. Späße hat sie immer gern gemacht. Ich kann gar nicht beschreiben, wie gut es tut zu sehen, dass zumindest etwas bleibt. Gegen neun jeden Abend decke ich den Frühstückstisch. Lege ihr die Zahnbürste bereit, Zahncreme drauf, stelle einen Becher mit Wasser daneben. Dann halten wir uns lang im Arm. Noch immer ist es schwer für mich, sie so hilflos zu sehen – und allein zurückzulassen. Seit Monaten führt mein Mann unseren Haushalt, kocht allein, verbringt die Wochenenden allein. In letzter Zeit streiten wir uns häufig, weil er überzeugt ist, dass ich mich kaputt mache. Er hat recht. Ich kann nicht mehr einschlafen. Und wenn es im Job stressig wird, zittere ich.

Vor Kurzem hatte meine Mutter einen Unfall. Ein Sturz. Schulterbruch. Im Krankenhaus bekam sie durchs Liegen eine Embolie.

Sie baute ab, musste wieder Windeln tragen. Nun ist sie vorübergehend in einer Kurzzeitpflege untergebracht, rundum betreut. Ich mache mir schreckliche Sorgen und habe immer wieder Schuldgefühle, weil plötzlich Zeit für mich übrig bleibt und ich sie genieße. Zum Beispiel bei der Gartenarbeit. Stefan und ich haben ein Kräuterbeet angelegt. Das fertige Werk betrachteten wir mit einem Glas Wein in der Hand. Selten gewordene Momente. Ich konnte zumindest kurz loslassen. Und mir wichtige Fragen stellen: Will ich so weitermachen? Wie schaffe ich es, mich selbst nicht zu vergessen, als Mittdreißigerin, die ihre Mutter pflegt? Und ist die Pflege zu Hause wirklich das Beste für Mama? Kaum jemand, den sie von früher kennt, hat sie nach dem Schlaganfall besucht. Immer nur Pfleger und die Tochter um sich zu haben, muss ihr das nicht trostlos vorkommen? Im Internet suche ich mir gerade alle Infos zum betreuten Wohnen zusammen. Die Ärzte hatten uns ursprünglich davon abgeraten, weil meine Mutter mehr Pflege benötigt. Aber ich glaube, das könnte eine Möglichkeit sein. Ich werde es mit Mama besprechen. Und in meiner Küche hängt seit ein paar Tagen ein Kalender mit Zeiten für den Garten, das Lesen, für Stefan und mich. Ein kleiner Anfang, mein Leben neu zu gestalten. Wieder einmal. 

**freundin-Autorin Elisabeth Hussendörfer**  
hat sich auch privat mit dem Thema Schlaganfall auseinandergesetzt. Ihre Mutter pflegte jahrelang ihren schwerkranken Ehemann zu Hause.

## **PFLEGEN ZU HAUSE – HIER GIBT'S HILFE**

Die wenigsten Menschen, die ein Familienmitglied pflegen wollen, wissen bis ins letzte Detail, worauf sie sich einlassen. Deshalb ist es wichtig, sich vor der Entscheidung bei Experten Rat zu holen. Gut zu wissen: Die Pflegekassen sind verpflichtet, für ihre pflegebedürftigen Versicherten eine individuelle Pflegeberatung anzubieten. In der Praxis ist die Betreuung durch die überlasteten Kassen häufig unzureichend. Ohne Eigeninitiative, was die Organisation betrifft (von der Suche nach Pflegediensten und Haushaltshilfen bis hin zur Auswahl von Pflegeheimen) geht es nicht. Mehr Infos: [bmg.bund.de](http://bmg.bund.de). Fühlen Sie sich von der Pflegesituation überfordert? „Pflege in Not“ hat eine Beratungs-Hotline eingerichtet: Tel. 0 30/69 59 89 89.