

HEYNE <

STEFANIE MANN

**»DIE FRAU MÜLLER
HAT MIR SCHON WIEDER
DIE ZÄHNE GEKLAUT!«**

**Aus dem bewegten Leben
einer Altenpflegerin**

Aufgeschrieben von Carina Heer

Wilhelm Heyne Verlag
München



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier
Holmen Book Cream liefert Holmen Paper, Hallstavik, Schweden.

Originalausgabe 05/2015

Copyright © by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Redaktion: Angelika Lieke
Umschlaggestaltung: Nele Schütz Design
Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany 2015
ISBN: 978-3-453-60336-3

www.heyne.de

*Für alle Altenpflegerinnen und Altenpfleger
und für alle, die es werden wollen.*

*(Nach der Lektüre dieses Buches
hoffentlich viele mehr!)*

Orte, Namen und Ereignisse wurden geändert,
um Persönlichkeitsrechte zu wahren.
Ähnlichkeiten mit realen Personen sind reiner Zufall.

INHALT

Und das an meinem Geburtstag!	9
Guten Morgen, liebe Sorgen	14
Bleib mir bloß weg mit dem Altenheim!	32
»Die Frau Müller hat mir schon wieder die Zähne geklaut!«	48
Wunden – jetzt nur nicht schwächeln	63
Trari-Trara, der Friseur ist da!	84
Berta, das »Luder«	98
Einer flog über das Kuckucksnest	113
Liebe in Zeiten der Altersdemenz	127
O Tannenbaum!	141

Leb wohl und auf Wiedersehen!	151
Späte Einsicht	169
Es lebe die Freiheit?	176
Wer solche Kollegen hat	191
Fröhliche Weihnacht überall	203
Ein Mädchen fürs Grobe	218
Und ein glückseliges neues Jahr!	226
Das Ende	236
Nachwort	245
Glossar	247

UND DAS AN MEINEM GEBURTSTAG!

Morgens, halb sieben in Deutschland. Noch eine schnelle Zigarette im Auto, bevor ich im strömenden Regen das Altenheim Frankenruh am Fuße des Staffelberges erreiche. Kaffee gibt es später mit den Senioren. Allerdings erst, wenn ich meine zwölf Bewohner, so nennt man die alten Leute bei uns, geweckt, gewaschen und angezogen habe und alle Zähne geputzt sind – insofern gewünscht, denn so manch einer weigert sich hartnäckig. Ein Bewohner hat sich sogar über Wochen hinweg dagegen gesperrt. Um zu vermeiden, dass er aus dem Mund wie aus einer anderen zentralen Körperöffnung riecht, habe ich ihn mit sanftem Druck dazu bewegt, jeden Morgen zumindest mit Mundwasser zu gurgeln. Den harten Mann vom alten Schlag erinnerte der Geschmack des scharfen Zeugs allerdings anscheinend so sehr an Slibowitz, dass er es jedes Mal nur ungern wieder ausspuckte.

Ich bin fünfundzwanzig und nun seit fast fünf Jahren Altenpflegerin, seit zwei Jahren inzwischen in der Frankenruh, und heute außergewöhnlich schlecht gelaunt.

Nach zehn Tagen durchgehendem Dienst mit einer perverten Mischung aus Spät- und Frühschicht bin ich ein kleines bisschen genervt. Ich hatte mir eigentlich freigenommen – denn heute ist mein Geburtstag. Wohlweislich habe ich mich gestern nicht zum Reinfiern hinreißen lassen – eine gute Entscheidung, wie mir der Anruf heute Morgen um 5 Uhr bestätigt:

»Anja hat sich eben krankgemeldet, kannst du heute ihre Frühschicht übernehmen, Steffi? Bitte, wir wissen wirklich nicht, was wir sonst tun sollen!«

Und so stehe ich nun hier auf dem Parkplatz der Frankenruh – müde und genervt – und nehme einen letzten Zug. Und das an meinem Geburtstag! In der Werbung (der Neunziger zumindest, in denen ich aufgewachsen bin) würde jetzt eine liebe Pflegedienstleitung an mein Auto treten, »Happy birthday to you« hauchen und mir ein Yes-Törtchen mit einer Kerze darauf überreichen. Unsere PDL liegt allerdings sicherlich noch im Bett – denn natürlich springt nicht die Führung in die Bresche, wenn Not am Mann ist. Das machen die Galeerensklaven in den unteren Etagen – zum Beispiel ich.

Ich trete meine Kippe aus, bevor ich mich an die Arbeit mache, die inzwischen meine Berufung geworden ist. Denn verstehen Sie mich nicht falsch: Ich habe als Pflegefachkraft in einem Altenheim meinen Traumberuf gefunden – obwohl ich im Augenblick tatsächlich als übermüdetes, fluchendes Rumpelstilzchen in die Frankenruh stampfe. Nach der mittleren Reife habe ich zunächst einmal eine Ausbildung zur Kfz-Lackiererin gemacht, inzwischen habe ich allerdings erkannt, dass mir Menschen weitaus wichti-

ger sind als Blechkisten. Ich kann mich nicht erinnern, dass ein Auto, dessen Dellen ich verspachtelt habe, sich je mit den Worten »Schön, dass es dich gibt, Schwester Steffi!« bedankt hätte. Dennoch ist die Liebe zum Altmetall aus dieser Zeit geblieben, was schon so manchen Bewohner zu dem entsetzten Ausruf veranlasst hat: »Wieso hast du denn silberne Popel?« Von ersten Irritationen abgesehen, stören meine Piercings die Alten aber gar nicht. (Sehen Sie, ich gehe jetzt einmal vom offiziellen »Bewohner« weg, denn das sind sie ja auch: Alte, ohne jeden abfälligen Beiklang. Die »Jungen«, also die um die fünfzig, die wegen Schlaganfall, Unfall und Ähnlichem pflegebedürftig geworden sind und bei uns landen, sind höchst selten. Bitte verpfeifen Sie mich also nicht!) Da sorgt schon eher meine etwas burschikose Art für Verwirrung. So ist mir schon manches mehr als zweifelhafte Lob zuteil geworden, zum Beispiel von Johann, der sich am liebsten mit »Obergefreiter Johann« anreden lassen würde, was ich natürlich tunlichst unterlasse:

»Jungs wie dich brauchen wir bei der Reichswehr!«

»Ähm, ich bin eine Mädchen!«

»Na, dann bekommste eben Kinder und kriegst von unserem Führer das Mutterkreuz!«

In diesem Sinne: Gelobt sei, was hart macht, und ran an die Arbeit!

Ich bringe meine Tasche in die Umkleide und verlasse den Raum so schnell wie möglich wieder. Es stinkt nach Morgenmock und Käsefüßen – Gesundheitsgummilatschen sind zwar bequem, die Füße riechen dadurch allerdings

nicht besser. Ich eile weiter ins Schwesternzimmer und werfe einen kurzen Blick in die Übergabe, um mich auf meine Schicht vorzubereiten, da fällt mein Blick auf den mit leeren, gammeligen Kaffeetassen vollgestellten Tisch, auf dem auch kreuz und quer die Bewohnerdokumentationen liegen.

Dokumentationen sind Mappen, in denen das Pflegepersonal minutiös notieren muss, was Bewohner XY zu sich genommen, verdaut und wieder ausgeschieden hat. Und natürlich auch, in welcher Farbe und Konsistenz. Was ich sehe, überrascht mich: Johann Gruber aus der Blume 1 (Flure heißen bei uns zum Beispiel »Blumenstraße« – also wohnt Johann Gruber im ersten Zimmer in »Blume 1«) hat gestern 2000 Milliliter getrunken? Bei mir schafft er gerade mal 900 – Pflicht sind im Normalfall etwa 1500 pro Tag –, sodass ich immer wieder den Arzt holen muss oder ihn auch mal an den Tropf hänge, um ihn nicht austrocknen zu lassen. Komisch. Wie die anderen das nur schaffen ...

Aber Schluss jetzt, Miss Marple, fertig angezogen mache ich mich auf den Weg zu Gerd (ab 70 wird geduzt – ich lass mich ja auch mit »Schwester Steffi« und mit Du anreden! Und auf Respekt, der sich nur in der Ansprache ausdrückt, kann man sowieso verzichten – wobei ich natürlich schon vorsichtig vorfühle, ob das den Leuten auch recht ist), einem meiner Dementen und ein ganz Lieber. Während er geistig nicht mehr ganz fit ist und zu äußerst überraschenden Aktionen neigt, ist er körperlich voll da. Er kann noch alleine aufstehen, beim Waschen braucht er allerdings Unterstützung.

Nun sitzt er also schon auf seinem Bett, die dünnen Beine baumeln über die Bettkante, und hinter seinen immer noch riesigen Maurerhänden hält er offensichtlich mehr schlecht als recht einen Teller verborgen. Als ich mit einem fröhlichen »Guten Morgen« eintrete, gleitet er vom Bett, stakst mir entgegen und streckt mir mit glänzenden Augen den Teller hin, auf dem als perfekte Schnecke Gerds morgendlicher Stuhlgang in zartem Olivgrün liegt:

»Da, mei Mad, für dich!«

Und das an meinem Geburtstag!

»O nein, Gerd!«

GUTEN MORGEN, LIEBE SORGEN

Eigentlich hätte ich es mir ja denken können. Für die erfahrene Altenpflegerin ist manchmal schon bei geschlossener Tür zu erkennen, was der Tag wieder so an Überraschungen für sie bereithält – für den erfahrenen Altenpfleger natürlich auch. (Ich sag jetzt hier trotzdem einfach mal Altenpflegerin. Frauen sind ja doch in diesem Beruf eindeutig in der Überzahl. Dabei könnten die körperlichen Belastungen, die diese Tätigkeit mit sich bringt, sicherlich viel besser von einem Mannsbild mit einem Kreuz so breit wie eine Tür ausgehalten werden. Aber die Bezahlung ist schlecht, da ist es nur folgerichtig, dass die bessere Hälfte der Weltbevölkerung in diesem Beruf arbeitet.)

Nun, hätte ich meine Nasenlöcher offen gehalten, dann hätte ich sicherlich schon am Geruch erkennen können, dass Gerd mir mal wieder ein ganz besonderes Geschenk machen möchte. Dass ich nicht vorgewarnt war, lag wohl daran, dass ich in Gedanken noch immer mit meinem Schicksal gehadert habe. So krass wie heute hat es mich nur selten erwischt: Um 5 Uhr angerufen zu werden, ist

dann doch eher die Ausnahme. Ich hatte mir für den Vortag extra Frühschicht geben lassen und für den Tag nach meinem Geburtstag Spätschicht, sodass ich fast 48 Stunden frei gehabt hätte – na ja, Pech gehabt. Wenn eines in unserem Job sicher ist, dann die Tatsache, dass man sich auf seine Dienstpläne nie wirklich verlassen kann. Dabei hatte mir der freie Tag sowieso zugestanden, und zwar als Ausgleich für Mariä Himmelfahrt, den 15. August, an dem ich auch gearbeitet habe, übrigens wieder als Ersatz.

Für jeden Feiertag und Sonntag, an dem man arbeitet, steht einer Pflegekraft nämlich ein freier Tag zu. Bei einem Sonntag muss der Ausgleich innerhalb von zwei Wochen erfolgen, bei einem Feiertag innerhalb von acht Wochen. Wir haben jetzt Anfang Oktober. So viel dazu. Aber was beklage ich mich überhaupt noch? So oft, wie hier mal geschoben und da getauscht wird, hat sowieso keiner mehr den Überblick. Den Begriff »Wochenende« kennen wir in der Pflege sowieso nicht, weshalb viele meiner Freunde häufig ziemlich angepisst sind, wenn ich für langfristige Wochenendplanungen nicht zu haben bin. Bezeichnenderweise müssen wir laut Gesetz auch nur fünfzehn Sonntage im Jahr freihaben. Aber genug gejamert. Jetzt heißt es ackern bis halb zwei – und eigentlich war es ja doch eine ganz nette Überraschung.

»Vielen Dank, Gerd. Das ist lieb von dir! Dasnehm ich gleich mal mit!«

Ich drücke ihm einen dicken Schmatzer auf seine trockene Wange, die ganz zart nach Kölnisch Wasser duftet, und werfe danach ein bisschen wehmütig die wirklich sehr schöne Wurst in die Toilette, wo sie hingehört.

Jetzt ist detektivisches Geschick gefragt. Was muss alles gereinigt und gewaschen werden? Normalerweise müsste ich hier nur auf den Pflegeplan zurückgreifen, in dem genau steht, welche »Dienstleistungen« an welchem Bewohner erbracht werden müssen. Säuberlich aufgelistet findet sich hier alles, von der Körper-, Haar- und Zahnpflege über den Toilettengang bis zum richtigen Umgang mit den Alten. *Frau Huber ist dement und derzeit auf dem Stand ihres 12-jährigen Ich. Sie wird daher mit Franziska angesprochen.* Sogar das *Betreten des Raumes und Begrüßen des Bewohners* ist hier genauestens festgehalten. Lachen Sie nicht! Für manche rüpelhafte Pflegerin ist das ein wichtiger Hinweis. Außerdem können sich neue Kollegen mithilfe des Pflegeplans optimal auf die jeweiligen Bewohner einstellen, bei einer mündlichen Übergabe können schließlich viele Informationen verloren gehen. Mit dem Plan fällt nichts unter den Tisch. Wenn man sich allerdings wie ich schon seit über zwei Jahren annähernd jeden Morgen um Gerd kümmert, ist man auf diesen Plan nicht mehr angewiesen, außer Gerd bekommt mal wieder ein neues Pülverchen, das vor Dienstbeginn für ihn vorbereitet werden muss.

Das ist aber nur der normale Ablauf. Nach dem Törtchen-Zwischenfall ist mir klar, dass es heute mit dem Standardprogramm nicht getan ist. Auch nachdem ich die Wurst in der Toilette versenkt habe, erkenne ich am Geruch in der Luft, dass hier noch etwas im Busch ist. Gleich auf den ersten Blick sehe ich, dass Gerd sich nicht eingestuhlt hat, direkt aus der Unterhose hat er sich mein Geschenk also nicht geholt. Dann hat er es wohl doch noch bis zum Klo geschafft und das Meisterstück aus der Schüssel gefischt.

Ich triumphiere, als die eindeutigen Spuren am Boden um die Toilette herum meine Vermutung bestätigen. Jetzt ist die Sache leicht – da heißt es einfach nur logisch vorgehen. Demente sind ja keine Verrückten, die plötzlich anfangen, expressionistische Gemälde mit ihrem Stuhlgang an die Wand zu schmieren. Nein, auch Gerd hat sich ganz »normal« verhalten. Nachdem er die Wurst aus der Schüssel gefischt hat, hat er sie erst mal in sein Zimmer getragen, auf dem Teller, der auf dem Tisch stand, abgelegt, sich dann mit beiden Händen auf der Tischplatte abgestützt und zuletzt die Hände an seinem Nachthemd abgewischt. Ich weiß also, wo ich putzen muss. Beim letzten Mal hatte er mir sein Geschenk noch liebevoll in Servietten eingewickelt, seine Suche im Schrank und sein Basteln auf dem Tisch hatten weit größere Spuren hinterlassen. Heute geht es dagegen etwas schneller mit dem Säubern.

Nachdem ich Gerd dann auch noch die letzten Spuren seiner Überraschung unter den Fingernägeln hervorgekratzt habe, hebe ich noch einmal schnüffelnd den Kopf. Der Profi erkennt so schnell, ob ein Zimmer »dekontaminiert« ist oder nicht. Nur noch ein Hauch von Shampoo und Kölnisch Wasser in der Luft. Alles bestens also – und ich bin erleichtert. Wir hatten vor einiger Zeit einen Fall, bei dem wir die Quelle des Gestanks einfach nicht ausfindig machen konnten. Zwei Helfer habe ich, sage und schreibe, eine Stunde danach suchen lassen – gefunden haben die beiden nichts. Nun, was soll man machen? Nach zwei Tagen hört es dann auf zu stinken, und so findet man manchmal erst nach einem Todesfall die Hinterlassenschaften an den versteckten Stellen. In diesem Fall hatte

die Bewohnerin Stuhlgang an die Unterseite einer Schublade geschmiert. Da soll erst mal einer drauf kommen.

Während der gesamten Prozedur hat Gerd gut gelaunt vor sich hin gegrinst, und wir haben uns darüber unterhalten, was es heute hoffentlich zu essen gibt. Das ist das Schöne an den Dementen: Ihnen ist häufig nicht bewusst, wenn sie etwas falsch gemacht haben. Wesentlich schlimmer ist es da für die, die eigentlich noch voll da sind, aber nicht anders konnten und sich dann furchtbar schämen. Die typische Ausgangssituation bei solchen Fällen ist eine normale Verstopfung. Wenn drei Tage nichts ging, gibt es Lactulose oder ein Zäpfchen. Das putzt ordentlich durch und verschafft Erleichterung, wenn es mal nicht mehr wie früher geht: »Also, ich versteh das nicht. Früher ging des einwandfrei. Und heut ist's, als ob'sd 'nen Backstein rausdrücken möchtest!«

Nun ja, durch die Abführmaßnahme geht es dann doch manchmal etwas zu zügig: »Schwester, ich war dreimal aufm Klo, aber jetzt ... jetzt ist es gekommen ... so schnell kann man gar nicht sein. Mensch, das tut mir jetzt echt leid!«

Aber, wie ich gerne sage: Kein Grund, sich (Achtung! Schenkelklopferalarm!) ins Hemd zu machen, dafür bin ja ich da. »Was raus muss, muss raus, Frau Huber. Ich mach das ja gerne.«

Einfach locker mit der Situation umgehen, dann braucht sich niemand schämen, und das Malheur ist gleich behoben.

Wobei es mir schon das Herz zerreißt, wenn das Geschäft bei jemandem, der eigentlich noch gut in Schuss ist,

danebengeht und er dann versucht, das Ganze allein wegzuputzen, sich dabei dann selber schmutzig macht, das Waschbecken verstopft und das Ganze nur noch viel weiter auf dem Boden verschmiert. Oder aber, wenn er zwar alles sauber bekommt, vorher jedoch mit den Hausschuhen reingetreten ist und dann doch alles im Zimmer verteilt.

»Ach, Schwester Steffi, ich schäm mich so.«

Aber dafür gibt's keinen Grund, und schon bin ich auf allen vieren und habe ruck, zuck alles beseitigt. Ein kleiner Tipp für alle, die jemanden zu Hause pflegen: Um festgetrocknete Kotreste von der Haut zu entfernen, hilft am besten Babyöl. Wenn meine Bewohner dann wieder sauber und duftig vor mir sitzen, dann weiß ich, weshalb ich mich für diesen Beruf entschieden habe:

»Danke Schwester... jetzt fühl ich mich wieder richtig gut!«

Gerd wirft mir eine Kusshand zu, als ich die Tür hinter mir zuziehe. Ich hätte gern noch ein bisschen mit ihm geplaudert, aber die Zeit läuft, und durch das Geschenk-Intermezzo bin ich etwas im Verzug. Bis zum Frühstück um 8 Uhr ist nicht viel Zeit, und wir, das heißt die anderen Fachkräfte, die Pflegehelfer und ich, müssen bis dahin alle »Fitten« gewaschen, gekämmt, rasiert (auch die Damen; wobei manche ja behaupten, es läge an meiner Rasiererei, dass sie mit achtzig einen stärkeren Bartwuchs haben als ein Zwanzigjähriger) und angezogen haben.

Die »Fitten« sind alle, die noch laufen oder sich alleine im Rollstuhl fortbewegen können. Darunter fallen also paradoxerweise häufig auch die schwer Dementen. Die

zeichnen sich nämlich durch einen ungeheuren Bewegungsdrang aus, der manchmal gar nicht zu stoppen ist. Während einige Bewohner zum Beispiel extra um ein Bettgitter bitten, weil sie Angst haben, nachts aus dem Bett zu fallen (sie müssen dieser »freiheitsentziehenden Maßnahme« sogar schriftlich zustimmen), muss bei Dementen auf jeden Fall auf solche Gitter verzichtet werden, sonst versuchen sie, in der Nacht womöglich darüber zu klettern und brechen sich den Hals.

Wer bettlägerig ist, kommt nur, wenn genügend Zeit ist, vor dem Frühstück dran. Andernfalls kümmern wir uns danach um ihn. Die Zeit zwischen Frühstück und Mittagessen – eine Zwischenmahlzeit gibt es häufig auch noch – ist mit Katheterwechseln, Toilettengängen, Arzttelefonaten und vielem mehr auch kein Zuckerschlecken, daher gehe ich schnell ins nächste Zimmer.

Hört sich stressig an? Ist es – klar. Allerdings habe ich vor einiger Zeit auch in der ambulanten Pflege gearbeitet, das ist dann doch noch etwas krasser. Dort gibt es einen sehr strengen, detaillierten Zeitplan und feste Zeiten, zu denen man bei den Leuten sein muss. Da lass dann mal Glatteis sein, oder ein eigentlich Fitter stuhlt sich überraschend ein, und du brauchst zwanzig Minuten länger als sonst. Dann bekommst du beim Nächsten ordentlich eins auf den Deckel – denn die Alten sind durchaus nicht alle nett und anschiemig und dankbar, dass jemand vorbeikommt. Ist die Zeit knapp, wird das übliche Programm nur heruntergerissen – und der menschliche Kontakt muss warten bis zum nächsten Tag. Wenn es dagegen im Heim mal schnell gehen muss und ich kaum Zeit für ein paar

nette Worte finde, dann stecke ich einfach am frühen Vormittag mal den Kopf ins Zimmer und halte einen kleinen Plausch:

»Berta, was machst du denn?«

»Alles klar bei den Damen?«

»Schmeckt's dir, Gerd?«

»Gut schaut heute aus!«

»Läuft nichts Anständiges im Fernsehen, Franz?«

Das hebt doch gleich die Stimmung.

Bei der Frankenruh handelt es sich noch um ein Altenheim der älteren Bauart. Manchmal vielleicht nicht ganz so funktional und standardisiert, dafür sehr charmant. Das ist auch der Grund, weshalb hier nicht alle Zimmer eine Einheitsgröße haben. Es gibt auch einige Einzelzimmer, die man – wenn eines frei ist – nach Preisaufschlag oder aus Kulanz vonseiten der Heimleitung erhält. Kulanz – nicht dem Bewohner gegenüber, sondern seinen potenziellen Zimmergenossen. Giftspritzen und Stinker gehören zum Beispiel zu dieser Gruppe, mit der man andere nicht unbedingt ins Zimmer steckt. Nun raten Sie mal, zu welcher Gruppe Gerd gehört.

Im Gegensatz zu Gerd sind meine nächsten beiden Bewohner, Sophie und Berta, in einem Doppelzimmer untergebracht. Die demente Sophie stammt ursprünglich aus Polen, lebt aber jetzt schon seit über sechzig Jahren in Franken. Sie ist eine kleine, zerbrechliche Frau, zusammengeschrumpelt wie eine Rosine und genauso zuckersüß. Obwohl ihre Haut schon ganz durchscheinend ist, hat sie noch feuerrote Haare, die ich ihr, wenn ich Zeit habe, hochstecke, damit sie aus-



Stefanie Mann

Die Frau Müller hat mir schon wieder die Zähne geklaut!

Aus dem bewegten Leben einer Altenpflegerin
aufgeschrieben von Carina Heer

ORIGINALAUSGABE

Taschenbuch, Broschur, 256 Seiten, 11,8 x 18,7 cm
ISBN: 978-3-453-60336-3

Heyne

Erscheinungstermin: April 2015

Ein Porträt des Altenheimlebens – Nahaufnahmen einer eigenen Welt

Altenpflegerin ist ihr Traumberuf. Schwester Stefanie liebt ihren Job, weil sie die Alten liebt – mit all ihren Schrollen und Macken. Ob bettlägerig und kaum noch in der Lage, sich zu rühren, oder so dement, dass sie weder sich selbst noch die Familie erkennen: Stefanie Mann kann mit den Bewohnern lachen und streiten, Scherze machen und traurig sein. Denn noch im bemitleidenswertesten Pflegefall steckt ein Fiesling oder auch ein Schatz, und das spiegelt sich in den Geschichten, die Stefanie erzählt. Die sind mal witzig, mal derb und auch mal krass, aber immer voller Zuneigung und Lebenslust – so komisch und berührend wie das Leben selbst.

 [Der Titel im Katalog](#)