

Reinhold Ruthe

Charlotte geht

Bestell-Nr.: RKW 5020

2. Auflage 2020

© 2019 by Kawohl Verlag, 46485 Wesel
Alle Rechte vorbehalten

Titelfoto: Bülent Yasar
Lektorat: Ulrich Parlow & RKW / J. Dörr
Korrektorat: Inge Frantzen
Satz und Umschlaggestaltung: RKW / J. Dörr

Druck und Verarbeitung:
Drukarnia Dimograf, Bielsko-Biała, Polen
ISBN 978-3-86338-020-5

www.kawohl.de

Reinhold Ruthe

Charlotte geht

Das hohe Alter,
die Demenz
und der Abschied
von meiner Frau

kawohl

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
Kapitel 1:	15
Eine unangenehme Krankheit überfällt meine Frau	
• Erste Anzeichen	
• Fahrt in die Notaufnahme	
• Die Demenz meldet sich zu Wort	
Kapitel 2:	26
Was ist Demenz? Was geschieht in Leib und Seele der Betroffenen?	
• Der Begriff „Demenz“	
• Einige Zahlen	
• Was ist Demenz und wie wirkt sie sich aus?	
• Demenz kann unseren Lebensstil spiegeln	
• Was sollten Partner und Angehörige bedenken?	
• Wo steht die Demenz-Forschung heute?	
• Die Salutogenese – ein Bewusstseinswandel	
• Vorbeugende Maßnahmen	

Demenz und Lebensstil meiner Frau

- „Das weiß ich nicht!“
- Ein Psychiatrie-Facharzt untersucht Charlotte
- Unangenehme Begleiterscheinungen
- Zwei positive Erlebnisse
- Schlaf als Freiraum
- Die besondere Chance der Christen
- Hat unser Leben Sinn?
- Viele Prägungen des Lebens bleiben erhalten
- Motivation und Gehirn
- Der neue Mensch – Ablegen alter
und Einübung neuer Gewohnheiten
- Die Beweglichkeit ist nicht mehr da
- Die Vergesslichkeit meldet sich
beständig zu Wort
- Reaktionen auf den Tod und das Sterben
- Kann ein Weiterleben sinnlos werden?
- Veränderung der Emotionen
- Berührungen spielen eine große Rolle
- Alles, was wir nicht im Vertrauen
auf Christus tun, ist Sünde
- Vernachlässigen Sie nicht Ihren Körper!
- Wer sich nicht mag, lebt gegen sich
- Das Altern und die Genforschung
- Gottverbundenheit macht stark
- Gottverbundenheit verfolgt Ziele

Kapitel 4: 75

Ewige Jugend – ein alter Menschheitstraum

- Ein neuer Trend: Anti-Aging
- Lebenslust triumphiert
- Das höchste Gut ist die Gesundheit – wirklich?
- Jungbrunnen Kinderblut
- Wie das Silicon Valley nach ewigem Leben sucht
- Geistige und körperliche Tätigkeiten verändern die Struktur des Gehirns
- Ist es ein Selbstbetrug, sich jung zu fühlen

Kapitel 5: 81

Die medizinische Forschung will das „vierte Alter“ revolutionieren

- Die grundsätzliche Neuorientierung der Medizin – Paradigmenwechsel
- Es gibt immer mehr Hochbetagte
- Die Rolle der Gene
- Veränderungen in der Natur

Kapitel 6: 90

Wenn der Tod uns an die Ewigkeit erinnert

- Leben nach dem Tod?
- Was sagt die Bibel?

**Der letzte Lebensabschnitt von Charlotte –
Abschied und Tod**

- Wir sind lebenshungrig
- Wir wollen das Leben umarmen
- Ich will das Leben bejahen und gestalten
- Wir sind nur auf der Durchreise
- Von Gott erwarten wir, was wir tun sollen
- Ein erfülltes Leben und eine gelungene Partnerschaft
- Unsere Ehe:
Introversion, Extraversion und Demenz
- Wir wollen miteinander alt werden
- Welche Sehnsucht treibt uns?
- Können wir abdanken?
- Jesu Auferstehung garantiert unsere Ewigkeit
- Hinweise für Partner und Angehörige, die Demente betreuen
- Und wenn die Demenz schwerer wird?
- Ich freue mich, dass ich noch leben kann
- Der kleine Abschied und der große
- Charlotte wird immer schwächer
- Der große Abschied kommt näher
- Die beiden letzten Lebenstage

Vorwort

Die letzten Ehejahre mit meiner Frau Charlotte waren anfangs mit kleinen und später mit belastenden Demenz-Problemen verbunden. Ihre Einschränkungen verbanden uns noch inniger. Unsere Wahrnehmung veränderte sich. Wie sind wir damit umgegangen? In diesem Buch möchte ich diesen letzten Zeitabschnitt aus meiner persönlichen Erfahrung schildern.

Wir waren über 65 Jahre lang verheiratet. Ein lebhafter Austausch von Gefühlen und Gedanken hat unsere Beziehung geprägt. Körperliche Schwächen und Gebrechen als Folge der Demenz gaben dem gemeinsamen Leben zum Ende hin eine neue Gestalt.

Wie äußert sich Demenz? Dieses Krankheitsbild ist heute wegen der gestiegenen Lebenserwartung häufiger als früher. Wir müssen die Entstehung und die Auswirkungen verstehen lernen. Welche Umstände fördern die Krankheit? Welche Beziehungsfehler können sich einschleichen? Wie können wir dennoch eine Liebesbeziehung aufrechterhalten? Welche Einstellungsmuster schaden der Zweier-schaft? Was sollten Lebenspartner und Angehörige von Betroffenen berücksichtigen?

In meinen persönlichen Erfahrungsbericht – den ich bewusst in der Gegenwartsform schreibe – wer-

de ich sachliche Informationen zur Demenz-Problematik einfließen lassen und auch zum Alter, denn beides hängt eng zusammen. Vor allem aber soll deutlich werden: Wir erleben, dass plötzlich alles anders ist, Leben und Welt völlig anders aussehen, das Alter seine bitteren Schattenseiten zeigt. Was genau wurde völlig anders? Was veränderte unser Denken, unsere Wahrnehmungen und unsere Gefühle?

Als ich mit dem Manuskript angefangen habe, lebte meine Frau noch. Der Abschluss des Buches beschäftigt sich mit ihrem Tod und meinen Gefühlen. Wenn der liebste Mensch stirbt, mit dem man so lange Jahre verheiratet war, treten nie gekannte Empfindungen und schmerzhaftige Gefühle der Verlassenheit und der Einsamkeit zutage, die mich sehr mitgenommen haben.

Als Hochbetagte wurden wir beschenkt und belastet zugleich, von Gott wunderbar geführt, gehalten, getragen und immer wieder ermutigt – das sind dankbare Erinnerungen. Vielleicht werden auch Sie dadurch berührt, geraten hier und da ins Nachdenken, überprüfen möglicherweise gar Ihre Vorstellungen.

Als Hochbetagte haben wir angefangen, das Ende des Sommers zu beweinen, den Herbst als Anfang des Sterbens zu sehen, mit dem Wissen, in unserem Heiland den Hort des ewigen Lebens zu haben.

Ich möchte meine Eindrücke über unsere Beziehung in Ehe und Glauben zur Sprache bringen. Dabei werde ich Gutes und Kritisches unter die Lupe nehmen.

Und ich möchte zum Schluss Todesgedanken und -erfahrungen, die meiner Seele sehr zugesetzt haben, preisgeben.

Wir alle machen uns Gedanken, machen die unterschiedlichsten Erfahrungen. Jeder reagiert auf seine Weise. Was die Zukunft bringen wird, beurteilen alle Menschen anders. Vererbung, Erziehung und Sozialisation haben uns geprägt. Diese Faktoren schimmern überall durch.

Weil Tod und Sterben mit Macht auf uns zukommen, die Gebrechlichkeit zunimmt und die ehemaligen Interessen und Beziehungen abnehmen, ändert der ganze Mensch die Richtung seiner Einstellung.

Über all das denken wir als Christen nach. Trotz vieler Hindernisse suchen wir innere Ruhe, Geborgenheit und Frieden. Misstöne und unliebsame Begebenheiten wollen wir nicht ausklammern. Sie gehören zum Leben.

Meine Gedanken und Wahrnehmungen mögen Sie dazu anregen, Ihre Lebenserfahrungen mit dem Gelesenen zu vergleichen.

Ich hoffe, die folgenden Seiten werden für Sie ein Gewinn und segensreich sein!

