



# Der lange Abschied

Hans Jürgen Herber

Als meine Frau  
mit 40 an Alzheimer  
erkrankte



PATMOS



## Leseprobe Teil 1

Der 22. Juni 2010 ist ein sonniger Dienstag. Am Kap der Guten Hoffnung trägt die FIFA die Fußballweltmeisterschaft aus; Gastgeber Südafrika scheidet an diesem Tag aus, nach einem tapferen Eins-zu-null gegen Frankreich.

Der Bundespräsident, Horst Köhler, ist gerade erst zurückgetreten, in acht Tagen wird Christian Wulff das höchste Amt im Staate übernehmen; zeitgleich herrscht in Berlin „Gauckomania“: Im überfüllten Deutschen Theater hält Joachim Gauck, der Präsidentschaftskandidat von SPD und Grünen, eine umjubelte Grundsatzrede.

Europa kämpft immer noch mit der Eurokrise, Griechenland pumpt sich weitere 45 Milliarden Euro.

Klaus Maria Brandauer und Meryl Streep haben heute Geburtstag. Für Yvonne und mich ist es der Tag der Wahrheit.

Draußen herrscht Bilderbuchwetter: 25 Grad und blauer Himmel. Endlich schmeckt die Luft nach Sommer, macht die Sonne ernst mit ihren Versprechungen. Der Juni zwanzigzehn ist ein warmer und freundlicher Monat. Ein Aufatmen nach dem bis dahin verregneten und zu kalten Mai.

Yvonne und ich sitzen am großen Holztisch, der unsere geräumige und lichte Wohnküche beherrscht. Der Tisch ist der Mittelpunkt unseres häuslichen Lebens; hier wird gekocht, gegessen, beratschlagt, gespielt, gefeiert. Hier ist auch Platz für alle anderen Hausbewohner.

Aber jetzt ist das Haus still: Marc, unser elfjähriger Sohn, ist in der Schule; Gabi, meine Schwester, und Schwager Bubi, die oben im Haus wohnen, sind bei der Arbeit; auch Ingrid, die letzte Partnerin meines Vaters und Bewohnerin unserer mittleren Wohnung, ist außer Haus.

Wir sind gerade erst die wenigen Kilometer von der Uniklinik bis hierhin nach Schwanheim gefahren, keine zwölf Minuten von hier, den sommerlichen Main entlang.

Yvonne nimmt schweigend den Kaffee in Empfang, den ich ihr auf den Tisch stelle. Wir sind beide ratlos. Wie erschlagen.

Yvonne wird in einem Monat 42 Jahre alt. Yvonne hat Alzheimer. Ich betrachte meine Frau und bringe es nicht zusammen. Es ist genauso wahr, wie es absurd ist.

Monate der Ungewissheit, der Spekulationen und medizinischen Vermutungen sind mit einem Schlag beendet. Und trotz dieser Diagnose wissen wir beide genau genommen doch weniger als vorher. Alzheimer: Was hat das überhaupt zu bedeuten?

Was kommt jetzt auf uns zu? Wie verläuft diese Krankheit? Und wie lange werden wir in der Lage sein, hier im Haus eine Art Normalität zu wahren? Wann wird es damit vorbei sein? Wann kommt der Tag, an dem Yvonne mir und Marc entgleitet? Und zu guter Letzt: Gibt es nicht doch noch irgendeine Hoffnung für Yvonne – von medizinischer Seite? Morbus Alzheimer verläuft umso drastischer, je früher diese Krankheit ausbricht. Sie zerstört schrittweise alle Funktionen des Gehirns. Diese Krankheit endet tödlich, eine wirksame Therapie ist – trotz aller Forschungsbemühungen auf diesem Gebiet – bis zum heutigen Tag nicht bekannt. Die Ärzte geben Yvonne eine maximale Lebenserwartung von acht bis zehn Jahren. Ist das jetzt das berühmte halbvollte Glas – oder nur noch der letzte Schluck?

Yvonne hat seit Langem mit unerklärlichen Problemen zu kämpfen – und sie leidet selbst am meisten darunter. Sie verlegt Dinge, vergisst ihre PIN, ihre Geldbörse, lässt Scheckkarte und Autoschlüssel sonst wo liegen. Unsere Ehe und unser familiäres Leben geraten mehr und mehr aus dem Tritt: Auf Yvonne ist kein Verlass mehr, sie hält sich kaum an Zeiten, Vereinbarungen, sie hat Schwierigkeiten beim Einkaufen wie beim Kochen, denn immer fehlt etwas.

Nichts geht mehr reibungslos, zu viele Haushalts-to-dos bleiben an mir hängen, alles muss nachkontrolliert werden. Wäsche bleibt in der Maschine, Rechnungen werden vergessen. Ich bin zunehmend genervt. Auf meine Vorwürfe reagiert Yvonne ihrerseits mit Gegenangriffen und Rechtfertigungen. Auch zwischen Yvonne und Marc ist das Verhältnis seit Wochen gespannt. Streitereien sind an der Tagesordnung: Unser Familienleben ist eine Zerreißprobe.

Die Schwierigkeiten, die sie bei der Arbeit hat, sind genau von derselben Sorte. Und sie gehen ihr auch dort sehr nahe, bringen sie langsam zur Verzweiflung. Sie stellt Kollegen dieselbe Frage dreimal am Tag, erledigt Aufgaben halb oder gar nicht. Vor vielen Monaten hat das schleichend eingesetzt. In der Firma war man bemüht, sie zu halten, ihr einen adäquaten Posten zu suchen; Yvonne hat mittlerweile eine wahre Odyssee hinter sich.

Begonnen haben die Probleme bei ihrem eigentlichen Job im Einkauf, wo sie mal als Fachkraft gegläntzt hat; doch irgendwann nahm ihre Vergesslichkeit schrittweise zu, die Kollegen protegierten sie, solange das möglich war, aber bald war sie für die Abteilung einfach nicht mehr tragbar. Sie wurde durch alle erdenklichen anderen Sparten geschleust – hat im Lager, in der Autowerkstatt gearbeitet, doch fand nirgendwo Halt, alles blieb ohne Erfolg. Es war wie freier Fall.

An Alzheimer hat dabei niemand gedacht.

Vor drei Monaten hatte Yvonne dann einen Zusammenbruch und musste in eine Klinik. Der erste Verdacht der betreuenden Ärzte ging in eine andere Richtung. Im Arztbericht heißt es: „Die Aufnahme der Patientin erfolgte bei depressiver Dekompensation im Sinne einer Anpassungsstörung vor dem Hintergrund subjektiv wahrgenommener Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen.“

Arbeitshypothese: Pseudodemenz als Begleitsymptom einer reaktiven Depression. Soll heißen: Eine seelische Krise kann eben auch die Leistungs- und Merkfähigkeit beeinträchtigen, zumindest phasenweise.

Und tatsächlich schien einiges für diese Hypothese zu sprechen. Yvonne hatte sich in der stationären Behandlung tatsächlich wieder stabilisiert. Medikamente und Psychotherapie hatten bei ihr das Gefühl der Depression und Hilflosigkeit größtenteils eingedämmt. Sie wirkte auf alle gesunden, ihre Gemütsklage hatte sich wieder aufgehellt. Allein die anhaltenden Merkstörungen blieben den behandelnden Ärzten ein Rätsel. Entsprechende Tests zeigten messbare kognitive Beeinträchtigungen insbesondere in den Bereichen Gedächtnis, Sprachproduktion und visuell-räumliche Fähigkeiten, die mit einer Depression allein nicht zu erklären sind. Und so ging die Suche nach der Ursache weiter. Die Ärzte nahmen eine Liquorpunktion vor, eine Untersuchung des Hirnwassers soll Klärung bringen. Danach steht fest: „Es gibt deutliche Hinweise auf das Vorliegen einer Alzheimer-Demenz.“

Yvonne hat ihren Kaffee nicht angerührt. Sie ist aufgestanden, schaut aus dem breiten Küchenfenster.

„Und jetzt?“, fragt sie mich. Ihre Stimme klingt wie von weit weg. Sie blickt in den blühenden Vorgarten.

Ja, was jetzt? Ich bin befangen, gebe mir einen Ruck und stehe auf, lege ihr den Arm um die Schulter.

„Jetzt – sollten wir vor allem sehen, dass wir das Leben genießen, das wir noch zusammen haben. Die Zeit, die uns bleibt.“

„... was wissen wir schon, wie viel Zeit das ist?“, geht Yvonne dazwischen.

Sie ist aufgelöst vor Angst, weint. Sie stellt die Fragen, die sie erdrücken: Wann wird der Tag kommen, an dem sie mich oder Marc nicht mehr erkennt? Wie werden wir damit umgehen?

„Yvonne, du sollst wissen, dass ich dich – egal was kommt – nicht alleine lassen werde. Ich werde für dich da sein.“

Sie schaut mich an. Gibt mir einen Kuss. Dann sagt sie leise „Ich weiß“ und „danke“.

Ich schaue auf die Küchenuhr. Es ist bald eins, Marc wird in einer Viertelstunde hier sein. Jemand muss es ihm sagen.

Yvonne errät meine Gedanken.

„Ich werde mit Marc reden. Kann ich etwas für dich tun, mein Herz?“

Sie schüttelt den Kopf. „Nichts, alles okay so weit. Ich werde mich hinlegen.“

Ich nicke, sie geht und lässt mich allein zurück an der großen Familientafel.

Nächste Woche werden wir zusammen in unseren lang geplanten Sommerurlaub fahren, nach Italien. Es wird ein Urlaub unter neuen Vorzeichen.

# Interview

## Die Lektorin Heike Hermann im Gespräch mit Hans Jürgen Herber

**L**ieber Hans, Yvonne, deine Frau, ist mit 40 Jahren an Alzheimer erkrankt. Was hast du gedacht und empfunden, als du von der Diagnose erfahren hast?

Die Diagnose war ein richtiger Schock. Wir konnten mit der Krankheit erst mal wenig anfangen. Als wir realisierten, was auf uns zukommen wird, bekamen wir es mit der Angst zu tun. In dieser Zeit klammerten wir uns daran, dass wir ja noch lange Zeit haben. Wir lebten mit der Hoffnung, dass wir der Krankheit noch irgendetwas entgegensetzen können.

*Wie ist die Erkrankung verlaufen?*

Das war ganz brutal. Nach der Diagnose ging alles recht schnell. Im Prinzip ist alles in eineinhalb Jahren abgelaufen. 2010 bekamen wir die Diagnose, 2011 nahm die Krankheit richtig Fahrt auf und Ende 2012 war Yvonne schon in einem sehr schlechten Zustand. Eigentlich haben wir nicht damit gerechnet, dass sie noch bis 2015 leben wird. Selbst die Ärzte waren geschockt über die Geschwindigkeit, mit der es bergab ging.

*Wie ist Yvonne mit diesem Schicksalsschlag umgegangen?*

Yvonne war oft am Boden zerstört. Am Anfang hat sie noch viel über die Krankheit gelesen und sich informiert. Sie wollte eigentlich dagegen kämpfen. Doch das ließ schnell nach. Der Kampf war ja auch aussichtslos. Manchmal weinte sie fast ein ganzes Wochenende über. Selbst die Medikamente konnten ihr diesen Schmerz und die Angst nicht nehmen.

*Gab es neben aller Erschütterung auch positive, hoffnungsvolle Aspekte?*

Das einzig Positive war, dass wir viele nette Menschen kennenlernten, die uns helfen wollten. Ansonsten war es ein Kampf, wir waren alle erschöpft. Das ganze Leben drehte sich nur noch um diese Krankheit.

*Wie hat euer Sohn Marc auf die Alzheimer-Demenz seiner Mutter reagiert?*

Marc haben wir von Anfang an mit der Wahrheit dieser Krankheit konfrontiert. Er hatte seine eigene Art, damit umzugehen. Er befand sich ja auch noch mitten in der Pubertät. Nach außen hin war er sehr nüchtern, aber auch bei ihm flossen Tränen. Für ihn war es wichtig, sich aus Selbstschutz auch ein Stück weit von Yvonne zu distanzieren.

*Du hast dich 5 Jahre lang um Yvonne gekümmert. Was hat dir in dieser Zeit Kraft gegeben?*

Meine ganze Kraft gaben mir meine Familie und Freunde. Meine Schwester und mein Schwager waren immer an unserer Seite und trugen die ganze Last mit. Ganz wichtig die Liebe zu Sandra, meiner neuen Partnerin. Sie hat mich und Yvonne unterstützt, wo sie nur konnte. Natürlich gab es auch Stimmen, die meine Beziehung zu Sandra kritisch sahen. Aber wer unser Leben kannte, weiß, dass ich es alleine niemals geschafft hätte. Und Yvonne hat von unserer Beziehung nichts mitbekommen.

*Gibt es etwas, das du anderen von Alzheimer Betroffenen oder auch deren Angehörigen sagen möchtest? Kann man ihnen irgendwie Mut machen?*

Man kann nur eines sagen: Alleine steht man eine solche Zeit nicht durch. Jeder, der von so einer Krankheit betroffen ist, egal ob direkt oder indirekt, braucht Hilfe. Ich hatte das Glück, eine Familie an meiner Seite zu haben. Und eine Liebe, die mir Kraft und Hoffnung für die Zukunft gab. Man muss sich auch selber schützen und darf sich nicht mitgeben. Denn damit ist keinem gedient. Insgesamt müsste noch viel getan werden, um Betroffene zu unterstützen, auch von offizieller Seite.



## Leseprobe Teil 2

Wie soll man das Leben nach der Diagnose beschreiben? Diese Zeit hat etwas seltsam Schwebendes, fast Unwirkliches. Es ist, als würden wir auf einer Burg leben, die Sicherheit der massiven Mauern genießen. Und doch wissen, dass der Feind kommen wird, nein, dass er schon da ist: Er hat sich lautlos und unsichtbar eingeschlichen. Immerhin haben wir jetzt medizinische Gewissheit: Das Spekulieren um die Gründe für Yvones beruflichen Abstieg und ihre Desorientierung im häuslichen Leben hat ein Ende.

Für Yvonne mag das auf der einen Seite eine Erleichterung sein, denn ein Teil der Tortur ist endlich vorbei: Der Druck ist weg. Da ist niemand mehr, der jetzt noch sagen wird, dass es an ihr liegt oder dass sie sich eben einfach mehr anstrengen muss. Kein Chef mehr, der sie rundmacht, keine Anweisungen und Erklärungen, die sie nicht mehr begreifen kann, keine Scham mehr vor den Kollegen. Auch keine Ehemann mehr, der mit ihr diskutiert; zu Hause verstummt selbstverständlich jegliche Kritik an Yvones „Leistungen“.

Auf der anderen Seite leben wir jetzt mit einer ungeheuerlichen Erwartung. Irgendwo in Yvones Hirn tickt eine Zeitbombe, es bröseln und rieseln, ein ruinöser Zerfall ist am Werk.

Im Sommer zwanzigzehn treten wir wie geplant unseren Urlaub an, es geht einmal mehr ganz hinunter in den südlichsten Stiefelabsatz, nach Apulien zu unseren Freunden Mauro und Silvana. Für Marc haben wir dieses Mal keinen „Buddy“ im Auto, aber das ist schon okay: Marc freut sich auf Antonio, Silvanas und Mauros Sprössling. Die beiden sind längst gute Freunde geworden.

Doch der Urlaub verläuft ganz anders, als gehofft.

Für mich markieren diese zwei Wochen eine Wende, denn es sind genau diese Tage in südlicher Sonne, eine Zeit der Entspannung und vermeintlichen Leichtigkeit, die mir klarmachen, dass sich etwas verändert hat und dass es nie wieder so sein wird wie vorher.

Wir bewohnen ein schlichtes, sonniges Apartment in Porto Cesareo, quasi Tür an Tür mit Silvana und Mauro. Der Ausblick ist malerisch und der Strand nur einen Steinwurf entfernt. Marc ist in diesem Sommer sehr flügge: Gleich nach dem Frühstück haut er ab und ist mit Antonio verabredet. Die beiden bleiben den ganzen Tag auf Achse, treiben sich herum und verbünden sich mit anderen Kumpels von Antonio. Und so bekommen wir unseren Großen frühestens zum Abendessen wieder zu sehen. Dass Marc so konsequent die Biege macht, liegt nicht bloß daran, dass er älter geworden ist und seine Eltern schlicht weniger spannend findet. Auch er spürt in diesen Wochen, dass etwas mit Yvonne passiert, dass sie wie unter einer Decke gefangen ist. Sie muss die Diagnose erst verdauen und sie hat mit Ängsten und Depressionen zu kämpfen. Marc hat dafür eine feine Antenne und entzieht sich dieser bleischweren Aura.

Für mich ist dieser Urlaub nur stellenweise vergleichbar mit unseren früheren Aufenthalten im schönen Apulien. Wann immer wir mit unseren Freunden in großer Runde zusammensitzen, palavern, kochen, lachen und trinken, scheint alles wie immer. *Bella Italia* ganz ungetrübt. Die vielen Stunden, die ich mit Yvonne zu zweit verbringe, verlaufen dagegen erschreckend trostlos. Oft sitzen wir am Abend noch auf der Dachterrasse des Apartments; ein lauwarmer Wind streicht über die Terrasse; Kerzen, Wein und Knabberzeug stehen auf dem Tisch.

Es ist bereits dunkel und die abendliche Hafenkulisse zu unseren Füßen präsentiert sich als malerisches Lichterfest. Segelboote schaukeln unternehmungslustig am Pier, die Takelage schlägt klingelnd gegen die Alumasten. Touristen flanieren, plaudern mit Einheimischen, eine Vespa knattert vorbei.

Yvonne sitzt neben mir und blickt hinaus auf die idyllische Szenerie. Doch ihr Blick ist leer und ausdruckslos, sie hat sich in sich selbst zurückgezogen, ist geistig abwesend. Ab und an weint sie und das ist fast ein Plus, denn es ist ein Lebenszeichen, ein Anhaltspunkt. Etwas, das meinen Trost herausfordert und über das ich mit ihr sprechen kann. Wir reden kaum, oder wenn, dann rede ich. Ich stelle Fragen, mache Vorschläge für die nächsten Tage, plane und entscheide. Yvonne antwortet einsilbig, geht auf nichts weiter ein. Unsere Dialoge bleiben Stückwerk. Die Stille zwischen den Sätzen wird immer länger, sie hat etwas Totes. Wir sind zu zweit – und doch sitze ich gefühlt alleine hier. Meine Bemühungen um Unterhaltung stranden wiederholt. Auch an den kommenden Tagen kann ich Yvonne kaum mehr ihr süßes Lächeln auf die Lippen zaubern; Yvonne stellt keinen Zusammenhang mehr her zwischen gestern Gesagtem und heute Gefragtem, sie führt keine Konversation mehr. Ihr fehlt jeder Impuls, etwas unternehmen zu wollen. Es geht ihr schlecht, die Diagnose und die ungewisse Zukunft stürzen sie in ein Bad aus Angst und Trauer. Meine Mutmacherphrasen laufen ins Leere, klingen wie Geschwätz. Meine Versuche, sie zum Lachen zu bringen, machen mich zum Narren ohne Publikum. Es ist, als würde man jemandem etwas kochen, aber das Essen ist kalt, bevor man es auf den Tisch stellt. Ich bin besorgt, aber auch ernüchtert, erschrocken. Ist das jetzt unsere Beziehung? Es ist ja erst der Anfang vom Ende: Wie wird diese Krankheit fortschreiten, wenn es so anfängt?

Ich habe großes Mitleid mit Yvonne. Aber da ist auch diese Hilflosigkeit, die sich mit Frust und Wut paart.

Wenige Tage, bevor unser Urlaub offiziell endet, fasse ich den Beschluss, die Abreise vorzuziehen. Für Marc ist es okay, Yvonne ist es gleichgültig. Ich will nach Hause, ich bin am Ende; ich brauche mein normales Leben – und ich brauche Freunde, Gespräche, Unterstützung.

Die zweitägige Rückfahrt ist dieses Mal ein besonderer Kraftakt, weil ich Yvonne schonen möchte und die gesamte Strecke alleine am Steuer sitze. Doch als wir völlig erschöpft in Frankfurt ankommen, fühlt es sich gut und richtig an, nach Hause zu kommen.

Ich bin nicht wirklich erholt. Trotz allem gibt mir das gewohnte Umfeld ein Gefühl von Sicherheit. Wir kehren auf unsere Burg zurück und verbarrikadieren uns – doch wir wissen: Der Feind ist schon da. Noch läuft unsere Schonfrist.

© PRIVAT



**Hans Jürgen Herber** wurde 1966 in Frankfurt am Main geboren. Er arbeitet im Entstördienst der Frankfurter Gas- und Wasserversorgung. Als seine Frau Yvonne 2010 an Alzheimer erkrankt, begleitet er sie bis zu ihrem Tod im Februar 2015. Mit dem gemeinsamen Sohn Marc lebt er in Frankfurt in einer Patchwork-Familie.

© PRIVAT



**Ulrich Beckers** ist Autor, Musiker und Comedian. Er hat unter anderem für Murat Topal und Eckart von Hirschhausen als Texter und Ideengeber gearbeitet. Bei Patmos ist zuletzt von ihm erschienen: *Freddy Leck mit Ulrich Beckers: Nicht jeder Fleck muss weg. Aus dem Leben eines Waschsalonbesitzers.*



.....  
Hans Jürgen Herber  
mit Ulrich Beckers

**Der lange Abschied**

Als meine Frau mit 40 an  
Alzheimer erkrankte

.....  
Format 14 x 22 cm

ca. 200 Seiten,

mit vielen Bildern

Hardcover mit Schutzumschlag

ca. € 19,99 [D] / € 20,60 [A]

.....  
ISBN 978-3-8436-0625-7

WGS 1 971 (Biographien)

.....  
Erscheint im August 2015



9 783843 606257

**P** PATMOS

Hans Jürgen Herber

Als meine Frau  
mit 40 an Alzheimer  
erkrankte

**e** AUCH ALS  
**BOOK**

**DER AUTOR  
STEHT FÜR  
VERANSTALTUNGEN  
ZUR VERFÜGUNG**

Bitte wenden Sie sich an  
Sabrina Reusch  
Tel. 0711 / 4406-168  
sabrina.reusch@verlagsgruppe-patmos.de

## Ein Versprechen fürs Leben

Wenn eine Frau mit 40 Jahren die Diagnose einer unheilbaren Krankheit erhält und ihr Mann ihr das Versprechen gibt, sie durch alles hindurch zu begleiten, dann klingt das wie eine Selbstverständlichkeit. Wenn diese Krankheit die geliebte Frau aber nicht nur schwächt, sondern sie vor seinen Augen als Person verschwinden lässt wie eine Bleistiftzeichnung unter dem Radiergummi, dann ist das eine andere Dimension. Hans Jürgen Herber erzählt mutig und mit entwaffnender Offenheit, was es bedeutet, seine junge Frau und die Mutter seines Sohnes nach und nach an Alzheimer zu verlieren. Er beschreibt eine Beziehungsreise, die berühren, aber auch irritieren oder gar provozieren mag. Vielleicht macht sie auch Mut, nach ungewöhnlichen Lösungen zu suchen. Ein Buch, das einen nicht mehr loslässt.

**Patmos Verlag  
der Schwabenverlag AG**  
Senefelderstraße 12  
73760 Ostfildern  
Postfach 4280  
73745 Ostfildern  
**www.patmos.de**

JETZT AUCH AUF FACEBOOK:



[www.facebook.com/lebegut](http://www.facebook.com/lebegut)

*Lebe gut*

Bestell-Nr.: 900338