

# Eines langen Lebens Reise in die Nacht

Eine Mutter verliert allmählich ihr Gedächtnis und möchte freiwillig aus dem Leben scheiden. Aber wann ist dafür der richtige Moment?

TEXT MANUELA ENGGIST  
BILDER CLAUDIA LINK

«Meinen sechzigsten Geburtstag würde ich gerne noch erleben. Aber mehr als zwei Jahre gebe ich mir nicht mehr. Dann wird mein Hirn von der Demenz zerfressen sein.»

Es ist April im Jahr 2017. Rita Schwager, 57 Jahre alt, sitzt am Wohnzimmermisch in ihrem Reihenhaus in Immensee. Weisser Kachelboden, Familienfotos sind mit Reissnägeln an einen Holzschrank gepinnt. Erinnerungen an die Vergangenheit. Rita. Kurze Haare. Brille. Die silberne Halskette passt zum silbernen Armband. Es stehen Guetzi und eine Sodastreamflasche auf dem Tisch. Für die Gläser reicht Rita Untersetzer. Erst Monate später werde ich realisieren, was dieses Auftreten sie an Kraft gekostet haben muss.

2013 arbeitet Rita als Krankenpflegerin in einem Innerschweizer Spital. Sie ist alleinerziehend, geschieden, ohne neuen Partner. Einen grossen Teil ihrer Kindheit hat sie im Welschland verbracht, sie spricht fließend Französisch. Rita liest viel und auch dann noch, wenn sie eigentlich zu müde ist. Am liebsten französische Krimis. Sie liebt Kuba und das Reisen. Sie fährt gerne Auto und skatet mit den Inlineskates regelmässig nach Hünenberg. Nach der Pensionierung will sie noch mehr von der Welt sehen.

Ritas Kinder Camille und Chloé sind damals neunzehn und siebzehn Jahre alt. Sie habe in der Nacht gearbeitet, um am Tag für sie da zu sein,

erzählt Rita am Wohnzimmermisch. Ihre Vergesslichkeit schiebt sie zunächst auf den Stress im Beruf und auf die Pubertät der Kinder. Die Momente häufen sich, in denen Rita vergisst. Sie sucht die Schuhe, die sie schon trägt. Plötzlich weiss sie nicht mehr, wie sie den Herd anstellen kann. Manchmal liest sie sich im Spital in die Krankenakte eines Patienten ein, will zu ihm, steht auf und hat vergessen, wie der Patient heisst, und in welche Richtung sie gehen muss. Rita hat Angst, und sie weiss auch wovon. Ihr Vater litt an Demenz, ebenso zwei ihrer Tanten.

Rita geht im Sommer 2013 zu ihrem Hausarzt, erzählt von ihrer Angst. Der Arzt schiebt die Momente des Vergessens auf den Stress als alleinerziehende und berufstätige Mutter. Sie solle zum Psychologen. Ein Burnout. Rita versucht, mehr auf sich zu schauen, sich auch mal auszuruhen. Doch das Vergessen bleibt. Es scheint jetzt zu Rita zu gehören, so wie ihre Beine und Arme zu ihr gehören. Sie hat Angst, eine Gefahr für ihre Patienten zu werden. Wenn Rita Nachtwache hat, ist sie allein für sechsundzwanzig kranke Menschen verantwortlich.

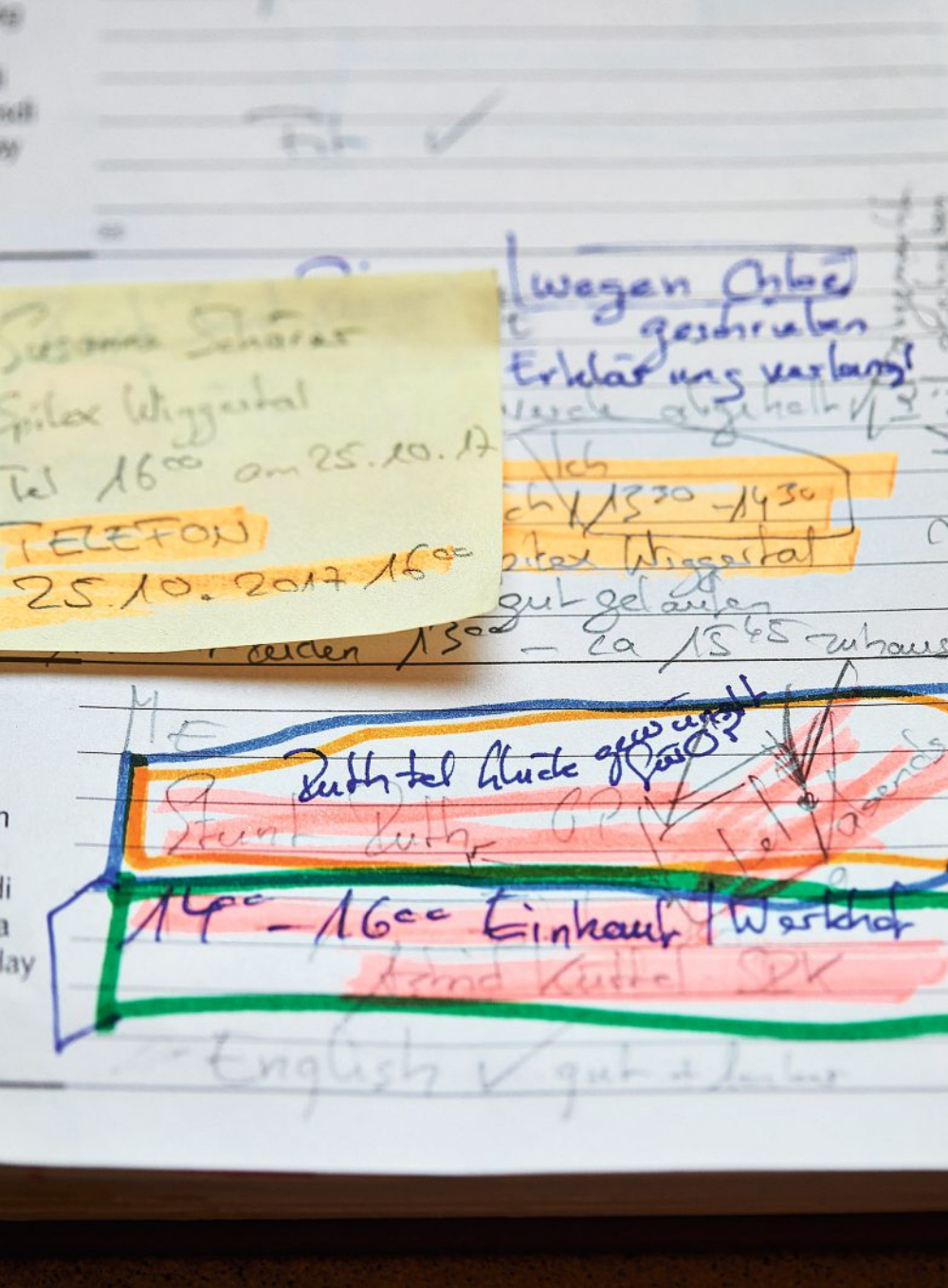
Die eine Angst vermischt sich mit der anderen.

Rita vereinbart einen Termin in der Memory Clinic Basel. Ihr Sohn Camille begleitet sie. Sie besteht keinen einzigen Test. Die Diagnose: Beginnende Demenz. Sie ist also befallen von dieser rätselhaften Krankheit, die sich durch ihr Gehirn frisst wie Karies durch einen Zahn. Löcher im Mund

kann man flicken, für das Gehirn aber gibt es keine Heilung. Noch weiss sie: Sie ist Rita. Sie ist 53 Jahre alt. Sie weiss auch noch, dass sie Kuba und das Reisen liebt. Dass sie gerne Auto fährt und mit den Inlineskates regelmässig nach Hünenberg skatet.

Noch auf dem Nachhauseweg von der Memory Clinic kauft sich Rita CD-ROMs. Gehirnjogging, Braintrainer. Und einen Stapel Sudokus. «Ich wollte mich der Krankheit widersetzen. Mit allem, was ich hatte», sagt Rita am Wohnzimmermisch im April 2017. Am Tag nach der Diagnose geht sie zu ihrem Chef und erzählt ihm davon. Viele Demenzpatienten würden versuchen, ihre Krankheit zu verheimlichen, das wisse sie, sie sei ja Krankenschwester. «Aber ich hatte gegenüber meinen Kindern und meinen Patienten eine Verantwortung.»

Camille und Chloé nehmen die Nachricht zuerst ohne grosse Regung auf. «Ich glaube, sie konnten die Tragweite nicht einschätzen. Sie waren mitten in der Pubertät. Ihre grösste Sorge war, dass jemand von meiner Demenz erfahren könnte.» Rita habe sie verstehen können, oft genug habe sie ihre Kinder in peinliche Situationen gebracht. «Was sagst du deinen Freunden, wenn sich die Mutter die Namen einfach nicht merken kann? Was muss in ihnen vorgegangen sein, wenn ich mit ihnen gestritten habe und plötzlich nicht mehr wusste, warum?» Chloé zieht kurz nach der Diagnose zu ihrem Vater, schottet sich ab. Camille bleibt, aber auch er will nicht reden. Einmal



Rita musste sich immer mehr aufschreiben.

habe er in der Berufsschule geweint, da sei alles aufgebrochen und er habe von seiner Mutter erzählt. «Das Schlimmste ist, dass meine Form der Demenz vererbbar ist. Das wissen meine Kinder.»

Und dann sagt Rita diesen Satz, den traurigen und hoffnungsspendenden Satz, den sie in den folgenden Monaten oft wiederholt, wie etwas, das sie auf keinen Fall vergessen will: «Ich werde mit Exit gehen. Diese Krankheit wird mit mir nie ihr Ende sehen.»

Rita meldet sich kurz nach der Diagnose bei der Sterbehilfeorganisation an. Sie weiss: Wenn sie mit Exit

aus dem Leben scheiden will, müssen zwei Fachärzte ihre Urteilsfähigkeit bescheinigen können. Wenn diese nicht mehr gegeben ist, ist der assistierte Suizid mit Exit nicht möglich. Wie lange hält sich der Zustand zwischen Nicht-mehr-immer-alles-Wissen und dem Moment, in dem Rita nicht mehr urteilsfähig ist? Wann ist es zu früh zu gehen und wann schon zu spät? Rita ist klar: Sie muss dann gehen, wenn sie weiss, dass sie Rita ist. Die Rita, die Kuba und das Reisen liebt. Die Rita, die zwei Kinder hat und mit den Inlineskates gerne nach Hünenberg fährt. Sie muss gehen, wenn ihr Leben noch lebenswert ist.

Ritas Hausärztin soll helfen, den Zeitpunkt nicht zu verpassen. Rita geht jeden Monat zu ihr, damit sie den Verlauf der Krankheit einschätzen kann. Und auch die Exit-Begleiterin, die Rita mehrmals pro Jahr trifft, gibt acht. Sie sind Ritas Unterstützungskomitee für den Tod.

Im April 2017 ist Rita sich sicher, dass sie den assistierten Suizid meistern wird. «Ich werde bereit sein. Weil ich das unbedingt will.» Als Krankenpflegerin habe sie gesehen, was die Demenz aus Menschen macht. «Im Endstadium werden die Körper zu Hüllen. Ohne Inhalt. Ohne Seele.» Wenn Rita vergessen hat, dass sie Rita ist und Kuba und das Reisen liebt, dann ist sie leer. Dann will sie nicht mehr leben.

### 8. Mai 2017

Rita am Wohnzimmertisch. Neben ihr ein Stapel Bücher. Englische und französische Titel. Seit der Diagnose liest sie, so oft es geht. «Sprache ist mir wichtig. Ich arbeite hart dafür, dass mir die nicht zu schnell verloren geht.» Eine fortschreitende Demenz kann sich schnell auf die Sprachfähigkeit auswirken. «Es wäre für mich das Schlimmste, wenn ich mich nicht mehr ausdrücken könnte und in meinem noch jungen Körper gefangen wäre.»

Rita öffnet ein Buch, sie will ihre Lesetechnik zeigen. Die Seiten gleichen einem Schlachtfeld aus Kritzeleien. Damit sie weiss, was sie schon gelesen hat, unterstreicht sie jedes Wort mit einem Bleistift. Zeile für Zeile. Manchmal zweimal. Sie umkreist ganze Wörter, schreibt Notizen an den Seitenrand, fährt noch mit dem Leuchtstift drüber. Sie glaubt, dass ihr der Inhalt so länger im Gedächtnis bleibt. Sie will so aktiv bleiben wie möglich, meldet sich bei einem Englischkonversationskurs an. Und geht einmal pro Woche zu einer Psychologin. «Da kann ich jammern.» Damit sie ihre Ängste nicht bei ihren Kindern loswerden muss.

Ich frage sie: «Wie geht es deinen Kindern?»

«Chloé höre ich noch immer nicht viel.»

«Und Camille?»

Sie blättert in ihrer Agenda. Je länger sie sucht, desto hektischer werden

die Bewegungen. Als Gedankenstütze hat sie sich eine grüne Büroklammer in Form eines Sterns an die Buchseite geheftet. Er soll ihr zeigen, welcher Tag heute ist.

«Ich glaube, er war hier. Ich habe mir das hier notiert.» Sie blättert nochmals in der Agenda. «Hier steht es. Er war im Ausgang und hat von Samstag auf Sonntag hier geschlafen. Ich bin aufgewacht und wir haben geredet. Ich weiss nicht mehr, um was es ging. Hätte ich mir das nicht notiert, wüsste ich es auch nicht mehr. Die Agenda ist wie mein Tagebuch.»

Ein Träger von Erinnerungen.

Nach der Diagnose darf Rita im Krankenhaus weiterarbeiten. Man lässt sie putzen. Aufräumarbeiten machen. Doch nach einigen Monaten wird sie entlassen. Rita vermutet, dass dem Spital das Risiko zu gross war. Sie, die ihren Beruf mehr als Berufung sieht, darf nicht mehr arbeiten. «Das war für mich nach der Diagnose der zweitschlimmste Moment. Unsere Gesellschaft ist nicht auf Menschen vorbereitet, die vor dem Pensionsalter an Demenz erkranken.»

Rita verkauft ihr Auto einer Freundin. Zu gross ist die Angst, plötzlich zu vergessen, wie das Autofahren funk-

tioniert. Sie hört auf, mit den Inline-skates nach Hünenberg zu fahren. Koordination und Gleichgewicht sind unsicher geworden. Dasselbe mit dem Kochen. Rita hat Angst, dass sie vergisst, die Herdplatte abzustellen. Weil sie niemanden gefährden will, hört sie damit auf, isst nur noch kalt. Brot. Käse. Joghurt. Das Teewasser wärmt sie in der Mikrowelle.

Als Rita merkt, dass ihr Körper mehr braucht als diese einseitige, reduzierte Nahrung, meldet sie sich im Altersheim in Immensee zum Mittagessen an. Fortan tritt sie jeden Tag mit ihren Gehstöcken aus dem Reihenhause, geht vorbei an der Kirche, vorbei am Blumengeschäft, vorbei an der Schule, damit sie pünktlich dort ist. Sie sitzt immer am gleichen Sechsertisch. «Mit den Junggebliebenen.» Vorspeise. Hauptgang. Dessert. Das Essen schmeckt Rita. Es ist nur zu weich gekocht. Ritas Zähne sind auch noch jung. Sie ist froh um die Gesellschaft. Auch wenn die anderen Frauen manchmal mit ihr schimpfen. Wenn sie zu spät kommt oder eine Stunde zu früh da sitzt. Wenn sie im Winter ohne dicke Jacke oder im Regen ohne Schirm auftaucht. «Sie sagen dann immer: Rita das geht so nicht.»

«Ich habe dann eine Selbsthilfegruppe für Jungbetroffene gegründet und bei der Demenzstrategie vom Bund mitgearbeitet. Je mehr man macht, desto mehr Training erhält das Gehirn. Mir ist es wichtig, ein Vorbild für meine Kinder zu sein. Ich will ihnen zeigen, dass man auch mit Demenz noch Wertvolles leisten kann. Ihnen droht ja das gleiche Schicksal.»

### 30. Mai 2017

Rita will zu einem Treffen ihrer Selbsthilfegruppe nach Bulle im Kanton Freiburg fahren. Ich will sie begleiten, wir verabreden uns am Bahnhof Luzern. Gleis 8. Sie ist nicht da. Ich denke, sie wartet vielleicht im Zug. Ich gehe oben durch die Waggons und unten zurück. Rita ist nicht da. Als der Zug in Bern einfährt, klingelt mein Handy. Rita ist dran. Ich höre, dass sie weint.

### 29. Juni 2017

Rita im weiss-rot-gestreiften Shirt. Dazu rote Ballerinas, weisse Leinenhosen. Ihr Gesicht ist braungebrannt. Sie reicht Untersetzer. Frische Blumen stehen auf dem Tisch. Sie war in den Alzheimerferien für Jungerkrankte. Ein Angebot der schweizerischen Alzheimervereinigung. In Pura, im Tessin. Das habe ihr gutgetan. Es sei zwar immer das gleiche Programm, dasselbe Hotel, dieselben Wanderungen. «Auch Demente wollen Neues entdecken.» Wegzukommen sei aber schön gewesen. So habe sie ihren «Tag des Vergessens» verarbeiten können: Dass sie sich so verliert wie auf dieser Reise nach Bulle, das sei ihr noch nie passiert.

«Ich wusste nicht mehr, wer ich bin. Und warum ich bin.» Mehr als eine Stunde lang irrt Rita am Bahnhof Luzern herum. «Wenn man so verloren ist, dann ist da nur noch Panik. Ich habe, nachdem ich es wieder heim geschafft hatte, noch lange gezittert.» Der Schock und die Erniedrigung haben ihr aber auch geholfen. «Ich muss einfach immer wachsam sein. Ich gehe lieber zwei Monate zu früh, als diesen Moment noch bis zum Letzten hinauszuzögern. Nichts ist schlimmer, als dann noch am Leben zu hängen, wenn man eigentlich loslassen muss.»

---

## GSELLA MACHT SICH EINEN REIM AUF ...

### SUCHE IMPFSTOFF!

Corona gibt es nicht? Na fein!  
Dann gibts auch keine Viren,  
Und auch der Impfstoff muss nicht sein.  
Idee: Ich nehme Ihnen!

Denn impfberechtigt wären Sie?  
Und glauben keinem Drogen?  
Und pfeifen auf die Pandemie?  
Sehr gut! Was solls denn kosten?

Ich fahr mit Ihrem Ausweis hin  
(Im Schminken schlag ich alle),  
Sie sind fein raus, ich hab ihn drin –  
Zehn Franken! Auf die Kralle!

THOMAS GSELLA

---



«Ich wusste nicht mehr, wer ich bin und warum ich bin»,  
so die knapp sechzigjährige Rita.

## 16. August 2017

Auf dem Hof Obergrüt bei Luzern, wo Menschen mit Demenz in einem geschützten Umfeld Ferien machen und mithelfen können, sitzt Rita im Schatten eines Sonnenschirms auf einem Heuballen. Sie erzählt in einer Gesprächsrunde, wie schmerzhaft es zu wissen sei, dass sie die vererbte Form von Demenz habe. Vierzig Leute hören ihr zu. Ritas Kinder wollen keinen Test machen. Sie sagen: Solange es kein Heilmittel gebe, würde die Gewissheit, an Demenz zu erkranken, auch nichts nützen.

Und dann sagt Rita wieder diesen Satz, den traurigen und hoffnungsspendenden Satz: «Ich werde mit Exit gehen. Diese Krankheit wird mit mir nie ihr Ende sehen.» Im Publikum sitzen vor allem Demenzkranke und deren Angehörige. Viele schütteln den Kopf. Es ist das Gegenteil von Applaus.

«Meinem Freund Claude, der an Alzheimer leidet, geht es sehr schlecht. Ich habe ihn in der Selbsthilfegruppe kennengelernt. Exit kam für ihn nie infrage. Es war unmöglich, mit ihm darüber zu sprechen. Er sagte immer, dass er grosse Angst vor dem Tod habe. Ich glaube, das liegt daran, dass er sich während seines gesunden Lebens nie mit dem Ableben auseinandergesetzt hat.»

## 24. Oktober 2017

Rita war mit Camille und Chloé bei der Hausärztin. Diese habe den Kindern gesagt, dass es mit ihrer Mutter weiter bergab gehe. «Mir ist das wichtig, ich will nicht, dass sie von meinem Tod überrumpelt werden.» Während deren Pubertät habe sie ihre Kinder in Ruhe gelassen. «Aber langsam habe ich Angst, dass sie meine Krankheit verdrängen.»

Auch Rita merkt, wie sehr sie abgibt. Allein einzukaufen ist nicht mehr möglich. Sie hat das Rote Kreuz angefragt, ob es sie unterstützen könne. «Das tat weh. Es ist schwer sich einzugestehen, dass man etwas nicht mehr schafft. Aber ständig ohne Portemonnaie an der Kasse zu stehen ist ein elendes Gefühl.» Ihr gehe langsam die Lust aus. «Letztens kam ich nach Hause, und der ganze Tisch war voller Leute. Ich sah meine Kinder und den

Buchhalter. Aber ich hatte keine Ahnung, was sie von mir wollten. Später realisierte ich, dass ich mehr als 90 Minuten zu spät war.» Der Buchhalter sei wegen der Nachlassregelung da gewesen. «Das Testament hatte ich noch nicht geschrieben. Es tut mehr weh, als ich gedacht hätte. Für dieses Haus habe ich mein Leben lang gekrüppelt. Und jetzt, wo ich es bald geniessen könnte, muss ich sterben.»

Wir verabreden uns für eine gemeinsame Reisen nach Bulle in der kommenden Woche. Ich schlage vor: «Ich hole dich bei dir zu Hause ab. Dann können wir zusammen auf den Zug in Immensee und müssen uns nicht am Bahnhof Luzern verabreden.»

«Wann haben wir uns dort getroffen?»

«Im Sommer wollte ich dich schon mal nach Bulle begleiten.»

«Das weiss ich nicht mehr. Habe ich es vergessen?»

### 31. Oktober 2017

Im Zug in Richtung Bulle setzt sich Rita in ein leeres Viererabteil. Ihr Rucksack auf dem Schoss, die Träger um den Arm gewickelt. Den Zettel mit den Zugverbindungen, die Camille ihr notiert hat, hält sie fest in der Hand.

*Immensee ab: 11:28*

*LU an: 11:54 Gleis 11*

*LU ab: 12:00 Gleis 8*

*Fribourg in vorderen Zug umsteigen*

*Bulle an: 12:08 (Fribourg in vorderen Zug umsteigen)*

Rita ist unruhig, erzählt, dass sie schlecht schläft. Sie beginnt zu weinen, sagt, sie müsse etwas erzählen. «Ich glaube, dass mich mein Buchhalter betrügt. Ich kann dir nicht genau sagen, was nicht stimmt, aber ich glaube, er will irgendwie an mein Geld. Ich bin ja das perfekte Opfer.» Als die baldige Ankunft in Bern angekündigt wird, steht Rita auf. Sie weiss, dass sie nicht aussteigen muss, aber sie will Fribourg nicht verpassen. Während der zwanzigminütigen Strecke bleibt sie bei der Tür stehen.

«Als ich jung war, bin ich mit Freunden Töff gefahren. Immer in

einem mörderischen Tempo. Ich habe es geliebt. Heute haben so viele Leute Angst vor so vielen Dingen. Aber sie kommen genauso wie wir alle ans Ende und haben dann vielleicht vieles nie ausprobiert. Ich habe aufgehört, als ich mit Camille schwanger war. Kurz darauf ist ein guter Freund von mir mit dem Töff verunglückt. Dieser Tod hat zu ihm gepasst.»

### 9. Januar 2018

«Ich war mit Camille in den Ferien. Ich weiss zwar nicht mehr wo, aber es war wunderschön.» Rita sitzt am Tisch im Wohnzimmer. Sie hat Weihnachtsguetzli auf einem Teller angerichtet, wünscht ein frohes neues Jahr.

Sie beginnt in der Agenda zu blättern, sucht etwas, findet es nicht, bleibt aber ruhig. Sie wirkt entspannt. «Ich hatte mir die Reiseziele notiert. Damit ich dir davon erzählen kann.» Sie findet den Zettel nicht. «Egal. Ich erinnere mich an das Gefühl. Und wenn ich an diese Tage zurückdenke, dann fühle ich Glück.» Mit dem Mietwagen seien sie unterwegs gewesen, hätten auf Raststätten Mittag gegessen und am Abend in schicken Hotels übernachtet. «Das Auto war unser Kokon, schirmte unsere Gespräche ab. Camille während dieser Reise nochmals so nahe zu sein, war wunderschön.» Durch die Krankheit und den nahenden Abschied sei so auch viel Positives entstanden. «Ich bin verleitet zu sagen, dass ich mit solchen Momenten etwas vom Schönsten erlebt habe, was man erleben kann. Man muss das Glück ja auch noch sehen, wenn es da ist.»

Als wir uns zum Altersheim aufmachen, packt Rita ihre Agenda in ihren Rucksack. Ein gelbes Post-it fällt auf den Kachelboden. Die Erinnerung ist wieder da:

*Genua*

*Nizza*

*Marseille*

*Grenoble*

«Es ist schwierig, mit Demenz Freundschaften zu erhalten. Man ist nicht mehr jeder Situation gewachsen, sagt manchmal auch etwas Blödes. Ich glaube, weil Demenz jeden treffen kann und vor allem weil es keine Heilung gibt, sind wir keine gern gesehnen Tischgesellen. Wenn man Krebs

hat, haben die Leute Mitleid. Wenn man an Demenz erkrankt, bekommen sie Angst.»

### 22. Januar 2018

Camille sitzt an einem Tisch in der Mensa der Technischen Hochschule in Horw. Kapuzenpullover, kurzes, dunkles Haar. Er ist zwei Jahre älter als seine Schwester, spielt Euphonium bei der Guggenmusik, ist der ruhige Part der Familie. Am Freitag schreibt er seine letzte Zwischenprüfung. Er studiert Elektrotechnik und Informationstechnologie.

Als er im Dezember 2017 merkt, wie schlecht es Rita geht, fragt er sie, trotz den nahenden Prüfungen, ob sie mit ihm verreisen will. «Sie war so glücklich. Im Herbst ging es ihr nicht gut. Die Scherereien mit dem Buchhalter. Da ist was hängen geblieben.» Die Reise ist aber nicht nur ein Gefallen für seine Mutter. Ritas Hausärztin habe ihm gesagt, dass sich ihr Zustand verschlechtere. «Ich wollte nochmals gute Erinnerungen zu ihr als Person aufbauen. Jetzt, wo sie noch sie selbst ist.»

Zum Zeitpunkt von Ritas Diagnose ist Camille neunzehn Jahre alt. Es sei schon davor schwierig gewesen. «Rita war viel weg, am Arbeiten. Eigentlich ständig. Sie begann, Dinge zu vergessen, und sie verstand selbst nicht, warum.» Damit hätte er wohl umgehen können, die «Verdreherei» sei das Schwierige gewesen. «Wenn Rita unter Druck ist, dann biegt sie sich die Wahrheit gerne zurecht. Sie hält Ereignisse für echt, die so nicht passiert sind. Das hat oft zu heftigen Konflikten geführt.» Wenn die Dinge nicht wichtig waren, dann habe er es oft stehen gelassen. Aber wenn die Konsequenzen zu gross gewesen wären, wie bei der Auseinandersetzung mit dem Buchhalter, habe er eingegriffen. «Ich wusste, dass er nichts falsch gemacht hatte und ich wollte nicht, dass wir jemand Neues suchen müssen.» Also habe er alle an einen Tisch geholt und die Sache geklärt.

Rita gehe es schlechter, das merke er. «Sie hat schon immer Sachen vergessen. Aber die wichtigen Dinge konnte sie noch herausfiltern. Heute sei das oft nicht mehr der Fall. Wobei. Ich habe ihr letztens erzählt, dass ich eine Beförderung angeboten bekomme

men habe. Daran konnte sie sich erinnern, weil sie sich so gefreut hat. Das Erinnern hat bei ihr viel mit Emotionen zu tun.»

Camille kann nachvollziehen, dass Rita plant, mit Exit zu gehen. «Da sie im Krankenhaus gearbeitet hat, war der Tod nie ein Tabu. Und das Thema Selbstbestimmung sehr präsent. Wenn ich ehrlich bin, dann finde ich es eine schönere Vorstellung, mich so von ihr zu verabschieden. Anstatt wenn sie später in einem Bett vor sich hin vegetiert und ich sie nicht mehr kenne und sie mich auch nicht mehr.»

#### 14. März 2018

Rita hustet. Seit Wochen, sagt sie. Sie sitzt gekrümmt am Wohnzimmerisch. Die Schultern hängen tief. Ein Reizhusten, den sie einfach nicht mehr loswird. Sie habe darüber gelesen. Es könne auch von der Demenz kommen, die Beeinträchtigung des Schluckreflexes sei ein Symptom der fortschreitenden Krankheit. Auch ein Backenzahn, der schmerzte, habe ihr zugeetzt. «Eigentlich hatte ich mir gesagt, dass ich damit nicht zum Zahnarzt

gehe, da sich das nicht mehr lohnt. Aber die Schmerzen waren dann doch zu gross.»

#### 8. Mai 2018

Ich klinge, Rita öffnet die Tür. Die Augen hinter den Brillengläsern sind fragend. «Hoi», sagt sie, «jetzt muss ich kurz überlegen, wie du heisst.»

Rita trägt einen brauen Pullover mit V-Ausschnitt. Dazu eine silberne Kette mit einem grossen, silbernen Rosenanhänger.

Sie setzt sich an den Wohnzimmerisch, wo bisher immer Gläser und eine Sodastreamflasche mit Wasser standen. Heute ist die Fläche leer. Auch die Untersetzer sind verschwunden. Rita sagt, dass ihr die Luft ausgehe. Sie legt ihren Kopf in die Hände, die Daumen berühren ihre Schläfen. Für einen Moment wirkt es so, also wolle sie ihr Gehirn schützen, es abschirmen vor dem Bösen. Dabei ist die Krankheit längst im Innern. «Die Leute fragen mich manchmal, ob ich noch schlafen kann. Und ich sage immer: Ich schlafe wie ein Bär, weil der Tag mich so schreddert.»

Abgeben, das muss sie immer mehr. Nach Bulle in die Selbsthilfegruppe, das werde sie nicht mehr lange machen. «Die ständige Sorge, am falschen Ort zu landen. Das frisst mich auf.» Und das Anziehen, es sei eigentlich ein Wunder, dass das noch gehe. Meistens. Sie blickt an sich hinunter. Schaut auf ihre Jeans und das braune Leibchen. «Kannst du dir das vorstellen? Ich will mich anziehen und weiss nicht mehr, wann der BH an der Reihe ist. Ich will ihn über meinen Pullover ziehen. Dann merke ich, dass es falsch ist und ziehe mich aus und wieder an und halte am Ende den BH wieder in den Händen.»

«Wie geht es deinen Kindern?»

«Ich glaube gut. Sie waren wohl letzts hier. Ich glaube, Camille hat mich für Alzheimerferien in Miami angemeldet. Das ist keine Wunschdestination von mir, aber mit Alzheimer kann man sich nicht mehr aussuchen, wo man in die Ferien geht. Wir haben über das Testament gesprochen. Camille will mein Gänterli haben.» Sie zeigt auf einen hellbraunen Schrank, der im Wohnzimmer steht. «Er will es

# ZEIT FÜR STRESSLESS®

Wir leben in einer Welt, die zunehmend von Stress geprägt ist und wir müssen darauf achten, dass wir uns ausreichend kostbare Zeit für die wirklich wichtigen Dinge im Leben reservieren. Seit nunmehr 50 Jahren hilft Stressless® Menschen weltweit dabei, Stress zu reduzieren und durch perfekten Komfort für mehr Entspannung und Balance im Leben zu sorgen. Erfahren Sie mehr unter [www.stressless.com](http://www.stressless.com)

Testen Sie jetzt den Komfort bei Ihrem Händler vor Ort!

AG	Hunziker, Reinach Pfister, Spreitenbach Pfister, Suhr	SG	Delta Möbel, Haag Pfister, Mels Pfister, St. Gallen
BE	Brügger, Spiez Pfister, Bern Pfister, Lyssach Tanner Möbel, Flüfli Tanner Möbel, Gümligen	SH	Pfister, Schaffhausen Wirz Wohnen, Neftenbach
BL/BS	Pfister, Pratteln	SO	Messer Wohnen, Bellach
GL	Pfister, Mels	SZ	Möbel Riesen, Brunnen
LU/ZG	GM-Möbel, Ebikon-Luzern Pfister, Emmenbrücke Pfister, Luzern	TI	Pfister, Contone
OW/NW	Möbel Abächerli, Giswil	VS	Meubles Descartes, Saxon
		ZH	Möbel Waeber, Pfäffikon Pfister, Dübendorf Pfister, Winterthur Pfister, Zürich-Walche Wirz Wohnen, Neftenbach



als Minibar nutzen. Ich habe es von einem Bauern gekauft, der darin seine MilCHFETTDOSEN lagerte. Die Angst wächst in mir, dass ich den Zeitpunkt verpasse. Das wäre für mich ein Grund, ins Wasser zu gehen oder vor den Zug zu springen, obwohl ich das niemandem zumuten will.» Sie habe einen Bericht gelesen, dass solche Suizide bei den Zugführern Traumata auslösen können.

«Mein Nachbar, der an Parkinson litt, ist mit Exit gegangen. Als ich eines Tages nach Hause kam, wartete er auf mich und sagte: übermorgen. Am nächsten Tag wartete er wieder und meinte, er habe Angst. Was jetzt? Ich sagte, er solle den Termin bei Exit verschieben, es gehe ihm zu schnell. Am nächsten Tag meinte er: «Danke. Heute wäre kein guter Tag zum Sterben gewesen.» Kurz darauf ist er in Frieden gegangen. Es ist wohl normal, dass man kalte Füße bekommt. Es geht ja um alles.»

### **18. September 2018**

9.30 Uhr. Rita strahlt. Das Gesicht braungebrannt. Sie war vier Tage in den Frühhalzweilferien in Valbella. Dank der 1:1-Betreuung konnte sie viel unternehmen, jeden Morgen ihre Bahnen im hoteleigenen Swimmingpool ziehen. Rita liebt das Wasser, ist früher oft im Zugersee schwimmen gegangen. Alleine getraut sie sich nicht mehr.

Rita beginnt, in ihrer Agenda zu blättern. «Was suchst du?» «Ich habe mir Notizen gemacht. Damit ich weiss, was ich dir sagen will. Aber ich habe keine Ahnung, wo ich sie hingelegt habe.» Sie steht auf, geht in die Küche, kommt ohne Papier zurück. Sie sagt, sie finde nichts. Ihr sei aber eingefallen, dass sie in zwei Tagen zur Exit-Psychiaterin muss. Zur Kontrolle. «Wegen der Urteilsfähigkeit.» Das muss sie jetzt alle sechs Monate machen. «Ich kann mich, glaube ich, recht gut einschätzen. Aber ich traue mir auch nicht mehr immer.»

Als wir rausgehen, sehe ich ein gelbes Post-it auf ihrer Kommode im Eingangsbereich kleben. «Miami abgesagt», steht da in krummer, feiner Schrift geschrieben. Darunter steht doppelt unterstrichen das Wort «Testament».

## **Mehr als eine Stunde lang irrte Rita im Bahnhof Luzern herum: «Wenn man so verloren ist, dann ist da nur noch Panik.»**

«Meine Mutter ist mit sechzig an Bauchspeicheldrüsenkrebs gestorben. Ich habe sie zu mir nach Hause geholt und gepflegt. Das war kurz nach Camilles Geburt. Sie, die sonst in ihrem Leben nie ein schweres Thema angesprochen hat, hat da den Tod immer und immer wieder thematisiert. Sie war dankbar, dass sie mit mir so offen darüber reden konnte.»

Die Termine mit Rita habe ich bisher am Telefon mit ihr abgemacht. Doch die nächsten zwei Treffen kommen nicht zustande. Am Telefon verabredet, schaffen es die Termine nicht mehr in ihre Agenda. Als ich ankomme, ist Rita nicht da, öffnet die Tür nicht. Seither verabreden wir uns per Mail. Wenn sie etwas vor sich habe, könne sie es besser in die Agenda übertragen, sagt sie mir. Sie signiert mit sonnigen Grüßen, mit liebsten Grüßen, mit fröhlichen Grüßen, sagt oft und viel von Herzen Danke in ihren Mails.

### **20. Februar 2019**

Rita am Wohnzimmertisch. Sie hatte Streit mit Camille und lange überlegt, ob sie das erzählen will. Aber es gehöre wohl auch zu dieser Krankheit. Denn eigentlich wisse sie gar nicht mehr, warum sie gestritten hatten. Ging es um Wäsche? Oder die Heizung? «Ich hätte seit ewigen Zeiten zum ersten Mal wieder losweinen können.» Sie habe ihm gesagt, dass er wieder ausziehen muss. Camille war für kurze Zeit in die Einliegerwohnung gezogen, während er auf der Suche nach einem neuen WG-Zimmer war. Das habe zu Problemen geführt. «Ich habe ihm einen Brief geschrieben, ihm gesagt, dass ich ihm in Diskussionen

nicht mehr folgen kann.» Sie habe das per Einschreiben gemacht. Damit sie einen Beweis hat. «So weit ist es also schon mit mir gekommen. Wir haben uns aber wieder ausgesprochen. Eine kurze Zeit lang hatte ich Angst, dass ich so gehen muss. In diesem Unfrieden.»

Ein Post-it liegt im Eingangsbereich am Boden. Als Rita ihre Schuhe sucht, findet sie die Erinnerung. «Weihnachten», steht da. Und weiter: «Camille und Chloé fragen, ob sie vorbeikommen wollen.»

### **2. April 2019**

Es ist ein sonniger Tag. Rita, in Wanderschuh, mit Gehstöcken, steigt in Goldau in den Zug. Sie sucht einen Fensterplatz. Die Rigi, ihr Lieblingsberg. «Da kommen Erinnerungen hoch.» Früher sei sie mit den Kindern oft hochgewandert.

Oben auf dem Gipfel am Geländer schaut sie hinunter auf ihr Zuhause, sie zeigt mit dem Finger auf ihr Reihenhauses in Immensee; auf den See, in dem sie früher ihre Runden geschwommen ist. «Das macht mich ganz schön melancholisch.» Ihr Leben hätte auch anders verlaufen können, sagt sie. Eigentlich wollte sie Architektin werden, sie hatte stets ein Faible für Formen und Farben. Sie entschied sich dann doch für die Krankenpflege, lernte danach noch Innendekorateurin, diesen Beruf gab sie aber nach der Geburt von Camille wieder auf. «Aber es ist ein gutes Leben gewesen. Ich habe zwei wundervolle Kinder. Es bricht mir das Herz, dass ich sie zurücklassen muss.» Aber es sei alles so streng geworden. «Gestern habe ich den Hausschlüssel nicht gefunden. Ich habe mir

gesagt, dass ich ruhig bleiben muss, dass ich den Schlüssel sonst nie finden werde. Doch ich habe es nicht geschafft. Ich bin dann einfach nicht aus dem Haus.»

### 23. Juli 2019

«Ich will nicht sterben», sagt Rita, auf der Holzbank. Vor ihr ein Teller mit Raclette, hinter ihr tummeln sich Kinder auf dem Spielplatz. Am Tisch nebenan werden Gläser mit Weisswein gehoben, jemand wünscht alles Gute zum Geburtstag. Die Alpwirtschaft Ruodisegg ist eine Lieblingsbeiz von Rita. Sie lacht. Doch hinter der Brille wirken ihre Augen traurig. Heute sei sie aufgewühlt. Überhaupt sei sie schon seit Längerem aufgewühlt. «Jemand, der Krebs hat, hat gegen das Ende oft Schmerzen. Aber wir spüren ja nichts von der Krankheit. Das macht es wohl schwerer, mit Exit zu gehen. Ich will nicht sterben. Die Demenz zu akzeptieren ist das eine. Aber so weit im Voraus zu gehen das andere. Früher sterben als nötig. Das muss man sich mal vorstellen. Ich bin dann tot. Ich bin Exit dank-

bar für die Möglichkeit. Zu wissen, dass ich in Würde gehen kann, hat mir geholfen, mein Leben noch zu genießen. Aber jetzt, wo der Tod näher rückt, wird es brutal. Ich will den Moment so lange wie möglich hinauszögern. Manchmal frage ich mich, warum ich noch so sehr am Leben hänge. Ich denke, es ist wegen den Kindern.»

Dann fragt sie: «Habe ich dir schon die Bilder gezeigt?»

«Welche Bilder?»

«Ich war bei Chloé und ihrem Freund eingeladen.»

«Nein, die Bilder habe ich noch nicht gesehen.»

«Da fällt mir ein. Ich habe vor, nach Thailand oder Taiwan zu reisen. Procap hat eine neue Reise ausgeschrieben. Welches Land war es jetzt nochmals? Thailand oder Taiwan. Camille hat zwar das Gefühl, dass ich nicht mehr gehen sollte. Aber ich will unbedingt! Habe ich dir die Bilder gezeigt? Von Chloé und ihrem Freund?»

### November 2019

Ich rufe Rita an. Sie ist seit Wochen nicht mehr ans Telefon gegangen. Seit

Monaten hat sie keine Energie mehr für eine nächste Verabredung. Jetzt nimmt sie ab, sagt, dass sie keine Kapazitäten mehr habe für unsere Treffen. Jetzt gehe auf einmal alles sehr schnell. Sie wisse nicht, wie lange sie noch lebe. Es sei gerade so kompliziert mit den Kindern.

Wir verabschieden uns. Ich muss daran denken, dass Rita am 24. Juni Geburtstag hat. Und deswegen immer von sich sagt, dass sie ein halbes Christkind ist.

### 17. August 2020

Camille im schwarzen Shirt. Wir sitzen auf dem Balkon seiner WG in Küsnacht. Es nieselt, gleichzeitig drückt die Sonne durch. Wer wollte, könnte denken: Da oben, da will sich jemand bemerkbar machen.

Rita ist am 16. Juli gestorben. Drei Wochen nach ihrem 61. Geburtstag. Sie ist mit Exit gegangen, als sie noch wusste, dass sie Rita ist, dass sie zwei Kinder hat, dass sie Kuba und das Reisen liebt. Sie hat sich noch daran erinnert, dass sie das Autofahren gerne mochte und dass sie einst regelmässig

**4 Wochen**  
**VATERSCHAFTS-**  
**URLAUB**



**Wie**  
**MACHT ALDI**  
**DAS NUR?**



**Gemeinsam**  
**MEHR FÜRS LEBEN**

**So machen wir das:**

- ALDI ist seit seiner Gründung ein Familien-Unternehmen, weshalb die Familie bei uns einen ganz besonderen Stellenwert hat. Einer der Gründe, warum wir uns ganz besonders für familiengerechte Anstellungsbedingungen engagieren.
- Übrigens: Neben den 4 Wochen Vaterschaftsurlaub bieten wir viele weitere Benefits, die das Familienleben fördern.



mit den Inlineskates nach Hünenberg gefahren ist. Sie ist dann gegangen, als ihr Leben noch lebenswert war. Die Krankheit hat mit Rita ihr Ende nicht gesehen.

Im vergangenen Herbst sei es schwierig geworden mit seinem Mami, sagt Camille. Er erzählt, langsam. In manchen Momenten bricht er mitten im Satz ab. Würde er weitersprechen, seine Stimme würde wohl versagen. «Die Krankheit hat sie misstrauisch gemacht.» Rita glaubte, dass ihre Kinder das Haus verkaufen wollten. «Sie dachte, sie müsse jetzt deswegen gehen und hat sich unter Druck gesetzt gefühlt. Sie hat sich immer mehr ihre eigene Realität zusammengeschnürt. Wie damals mit dem Treuhänder. Das ist so weit gegangen, dass Leute aus dem Dorf auf mich zugekommen sind und fragten, ob es mir eigentlich noch geht.» Dabei haben weder er noch seine Schwester Rita je auf das Haus angesprochen. «Eine Zeit lang hat sie mich nicht mehr ins Haus gelassen. Das war für mich fast schwerer als die Zeit jetzt.»

Camille verstummt für eine Weile.

«Obwohl ich wusste, dass es die Krankheit ist, die aus ihr spricht, war das jedes Mal ein Stich ins Herz. Ich hatte Angst, dass es im Schlimmen endet mit uns. Rückblickend glaube ich, dass es ein Teil des Verarbeitungsprozesses war. Sie musste es erst auf uns abschieben. Sie konnte sich in diesem Moment wohl nicht eingestehen, dass das Ende näherrückt.» Camilles Blick wandert in Richtung Wolken, bevor er weiterspricht und davon erzählt, wie es Ende Winter wieder besser wurde.

Rita ist offener, fröhlicher. Im Februar will sie zum ersten Mal gehen. Sie fragt ihre Exit-Psychiaterin um die Bescheinigung ihrer Urteilsfähigkeit. Diese meint, dass Rita noch Zeit habe. Und da sind auch die bürokratischen Dinge, die Rita vor ihrem Tod erledigt haben will. Alle Bescheinigungen für Exit einholen. Das Testament fertig machen. «Ihr wurde es zu viel, und sie gab ihren Plan auf.» Chloé und er seien froh gewesen. «Uns hat es in diesem Moment überrumpelt.» Rita habe in diesem Moment der letzte Wille gefehlt, sagt Camille. «Wenn man Krebs hat und mit Exit gehen will, dann ist

kein Druck da. Man weiss, dass man es zu jedem Zeitpunkt machen kann. Aber bei Alzheimer ist es irgendwann zu spät. Das macht es so schwer.»

Die Frühlingsmonate mit seiner Mutter sind für Camille «unvergesslich». Wegen der Corona-Pandemie darf sie nicht mehr ins Altersheim zum Mittagessen. Also organisiert Camille die Spitex, die Rita das Mittagessen nach Hause liefert. Ausser am Sonntag und an Feiertagen. Dann habe er ihr Essen vorbeigebracht. Gerichte, die sie früher mochte. «Manchmal, wenn es ihr gut ging, bin ich noch eine Weile geblieben, und wir haben einfach geredet. Wenn sie einen schlechten Tag hatte, dann habe ich das Essen gebracht und bin gegangen.»

Im Juni habe Rita wieder den Wunsch geäussert, zu gehen. «Dieses Mal war etwas anders. Sie war überzeugt, sehr bestimmt.» Und habe alle bürokratischen Hürden gemeistert. Von der Exit-Psychiaterin und einem Facharzt die Bestätigung ihrer Zurechnungsfähigkeit erhalten. «Sie konnte schlüssig begründen, warum sie jetzt gehen will.» Er habe sie gebeten, den Termin nach seinen Abschlussprüfungen anzusetzen. Exit habe zwei Standardzeiten angeboten: am Morgen um 9.00 Uhr und am Nachmittag um 13.30 Uhr. «Wir haben uns für den Nachmittagslot entscheiden. Mein Mami ist keine Frühaufsteherin.»

Camille erzählt weiter: «Der Termin stand zweieinhalb Wochen vorher fest. Ich konnte kaum noch schlafen, habe mich gefragt, ob ich das zulassen darf. Ob ich das muss. Ich hätte sie darum bitten können, mit dem Sterben zu warten, und sie hätte auf mich gehört. Doch wäre das fair gewesen? Was, wenn es in einigen Monaten nicht mehr möglich gewesen wäre? Will ich diese Schuld auf mich laden? Es kamen Leute aus dem Dorf, die fragten, ob wir sie nicht aufhalten wollen.»

«Ich habe mir quälend oft überlegt, was ich sie noch fragen will. Aber mir ist nichts mehr eingefallen. Es kommen mir auch heute noch Gedanken, die man mit niemandem teilen will. Wo man selbst unsicher ist, ob man überhaupt darüber nachdenken soll und darf, weil sie so schlimm sind.»

Am 16. Juli klingeln Camille, Chloé und Ritas Exmann an ihrer Haustür.

Die Partner von Camille und Chloé warten in einem Restaurant in Küsnacht. Kurz vor dem Termin hat Rita den Vater ihrer Kinder gefragt, ob er auch kommen wolle. Geplant ist ein gemeinsames Mittagessen. Doch Rita ist verwirrt und nervös, schickt sie weg. Sagt, sie müsse sich in Ruhe sammeln.

Camilles Redepausen werden länger.

«Also sind wir ohne sie essen gegangen. Ich habe ihr ein Sandwich und ein Schoggimousetörtchen aus der Bäckerei mitgebracht. Ich wollte nicht, dass sie Hunger hat. Sie hat es nicht mehr gegessen.»

Um halb zwei kommt Ritas Exit-Sterbebegleiterin und setzt sich zur Familie an den Wohnzimmertisch. Weisser Kachelboden. Familienfotos sind mit Reissnägel an einen Holzschrank gepinnt. Erinnerungen an früher.

«Meinem Mami war es aber zu viel Aufregung. Sie hat sich von Chloé und meinem Vater verabschiedet, die sind dann spazieren gegangen. Da wurde sie klarer, sie konnte sich sammeln. Es war ein schwerer Moment für sie. Das habe ich ihr angemerkt. Sie sagte, sie hätte gerne noch ihr Buch fertiggelesen. Einen englischen Krimi. Und ein bestimmtes Sudoku-Heft hätte sie auch gerne noch fertig gelöst. Dann wollte sie noch mit Chloé telefonieren. Ich habe ihr die Nummer eingestellt. Sie hat zu ihr gesagt, dass es eine Erlösung sei. Und sich nochmals verabschiedet. Dann wollte sie gehen. Sie hat das Rädli der Infusion mit dem hochdosierten Schlafmittel aufgedreht und ist nach einer Minute eingeschlafen.»

Später findet Camille auf dem Handy seiner Mutter eine alte Nachricht. Sie hatte versucht, ihm vor ihrem Tod zu schreiben, hatte aber kein Guthaben mehr. Die SMS wurden nie versendet. «Sie wollte mich nach einem unserer letzten Treffen fragen, ob ich ihr eine Zusammenfassung von unserem Gespräch schicken kann. Weil sie sich so lange wie möglich daran erinnern wollte.» DM