

Kinderspiele fürs Überleben

In der nordgriechischen Stadt Thessaloniki betreibt die griechische Alzheimer-Vereinigung vier Tageskliniken. 2000 Patienten werden weitgehend kostenlos betreut. Mit gezieltem, regelmäßigem Hirntraining gelingt es, den Verlauf der unheilbaren Krankheit um Jahre zu verzögern. Jetzt steht das mit Geldern der Europäischen Union angeschobene, europaweit einmalige Projekt vor dem Aus. Der griechische Staat hat kein Geld mehr zur Finanzierung.

Von Urs Fitze

Ein Kinderspiel: Mit dem Mauszeiger verbindet Pascalina Tsotsiou zwei in einem Raster angeordnete geometrische Figuren mit geraden Linien: Rechteck zu Rechteck, Quadrat zu Quadrat. Dann wechselt die 70-jährige zu ihrem Lieblingsspiel. Es gilt, verschiedene geometrische Formen wie bei einem Puzzle so zu ordnen, dass sie sich ineinanderfügen. Am Nebentisch zählt der 75-jährige Georgios Tertopoulos virtuelles Wechselgeld am Bildschirm zusammen: Wie viel Rückgeld kommen bei 4.20 Euro zusammen, wenn man mit einem Fünf-Euro-Schein bezahlt? Ein Kinderspiel. Doch für die beiden Pensionäre ist es mehr, viel mehr. Sie trainieren ihr Gehirn mit diesen Aufgaben, um eine Krankheit aufzuhalten - oder zumindest zu verzögern -, die ihre geistigen Fähigkeiten und ihr Bewusstsein unweigerlich nach und nach zerstören wird: Alzheimer. Tsotsiou bemerkte es vor drei Jahren. Sie war vergesslich geworden, verschwitzte Arzttermine oder verstaute Dinge im Kühlschrank, die da eigentlich nicht hingehörten. Nichts Schlimmes, aber ein untrügliches Anzeichen für eine „leichte cognitive Beeinträchtigung“, der Vorstufe zu allen Formen von Demenz, zu denen auch Alzheimer gehört. An der Krankheit leiden 60 Prozent aller Dementen. Seither kommt sie regelmässig in die Tagesklinik „Heiliger Johann“, eine von vier auf Alzheimer-Patienten spezialisierten ambulanten Einrichtungen in der nordgriechischen Stadt Thessaloniki. Es sei besser geworden mit ihrer Vergesslichkeit, sagt sie, und auch ihr Tischnachbar, der 75-jährige Georgios Tertopolous, ist zufrieden. „Ich bin fast täglich hier. Und das Rechnen wird immer besser“. Ihren Alltag meistern Tsotsiou und Tertopolous weitgehend problemlos. Doch so richtig von Alzheimer wollen die beiden nicht sprechen. Sie reden sich heraus, spielen ihre Befindlichkeit herunter, tun so, wie wenn sie nichts wirklich Ernstes hätten: Ich bin halt ein wenig vergesslich geworden. Alzheimer ist in Griechenland eine aus dem öffentlichen Bewusstsein verdrängte Krankheit, die zwar Zehntausende Menschen betrifft. Doch wer an ihr leidet, ist mit seiner Familie mental auf sich alleine gestellt. Tsotsiou und Tertopolous ahnen es: Der Tag kommt, an dem sie nicht mehr in der Lage sein werden, ihr Leben alleine zu meistern, der Tag auch, an dem ihr Gehirn so geschädigt sein wird, dass praktisch alles, was mit Bewusstsein, Verstand und Denken zu tun hat, verschwunden sein wird. Diesen Tag so weit wie irgend möglich hinauszuzögern, bei gleichzeitigem Verzicht auf eine Medikation, ist das Ziel von Alzheimer Hellas, einer 1995 von Angehörigen und Fachleuten gegründeten Selbsthilfeorganisation. Und es ist das Ziel der Gedächtnis-Übungen am PC, virtueller Simulationen und weiterer Trainingseinheiten, etwa dem gemeinsamen Betrachten und Reden über einen Dokumentarfilm, Wörter-Puzzles oder auf die Defizite von Dementen, deren Orientierungsvermögen eingeschränkt ist, abgestimmte körperliche Übungen. Mehrere Jahre selbständigen, unabhängigen und bewussten Lebens sei mit solchen Trainings möglich, bevor sich die Krankheit nicht mehr unter Kontrolle halten lässt, sagt die Gründerin von Alzheimer Hellas, die Neuropsychologin und Theologin Magda Tsolakis. Denn das Gehirn mag, im Gegensatz zu allen anderen menschlichen Organen, nicht in der Lage sein, abgestorbene Zellen zu ersetzen. Es kann sich aber sehr wohl bis ins höchste Alter erneuern. Bei Alzheimer kann dies aber nur in den frühen Stadien der Krankheit gelingen. Wenn die

Zerstörung des Gehirns schon weiter fortgeschritten ist, lässt sich nichts mehr erreichen – auch mit Medikamenten nicht.

Jahrelang hat Magda Tsolaki zusammen mit ihrer Mitstreiterin, der Psychologin Kunti Fotini, dafür gekämpft, Alzheimer-Patienten in der frühest möglichen Phase der Krankheit so ganzheitlich und umfassend wie möglich zu betreuen und zu therapieren, ohne sie in Kliniken, Altersheime oder spezialisierte stationäre Einrichtungen stecken zu müssen, oder, wie in vielen Fällen, einfach den überforderten Angehörigen zu überlassen. „Wir erreichen die Patienten auch zuhause nicht ausreichend, weil es nicht genügt, mal da, mal dort anzusetzen. Diese Menschen brauchen umfassende, professionelle Hilfe, ein auf ihre medizinischen Bedürfnisse massgeschneidertes Programm. Das kann nur in einer Tagesklinik gewährleistet werden“, betont Fotini. 2007 war es soweit. Mit Geld aus Töpfen der Europäischen Union wurde in Thessaloniki die erste Tagesklinik für Alzheimer-Patienten eröffnet, ein in dieser Form einmaliges Pionierprojekt nicht nur für Griechenland, sondern für ganz Europa. Das Behandlungs- und Betreuungsangebot ist kostenlos, einzig eine Jahresgebühr von 30 Euro für die Mitgliedschaft in der griechischen Alzheimer-Vereinigung wird fällig. Schon 2008 kam ein zweites Haus dazu, kurz darauf wurden zwei für Patienten im späten Stadium der Krankheit eingerichtete Tageskliniken eröffnet. Die Finanzierung des Betriebes garantierte das griechische Gesundheitsministerium nach Auslaufen der EU-Förderung für zehn Jahre. Parallel zur Behandlung der inzwischen 2000 Patientinnen und Patienten läuft ein wissenschaftliches Programm zur Erforschung der nicht-medikamentösen Behandlung von Alzheimer. Einer der Wissenschaftler ist Ioannis Tarnanas. Der 37-jährige ist Psychologe und Software-Ingenieur. Sein Spezialgebiet ist die virtuelle Realität. Zusammen mit Kollegen aus Italien und Kalifornien hat Tarnanas ein Programm entwickelt, das das archäologische Museum in Aiani im Nordwesten Griechenlands komplett nachbildet. Mit Patienten besucht er das echte Museum und begibt sich dann mit ihnen auf die virtuelle Reise, in der es jeweils gewisse Aufgaben zu lösen gilt. Wo befindet sich nochmals diese Vase mit dem Doppelgesicht, auf der einen Seite eine griechische Frau aus der Oberschicht darstellend, auf der anderen eine schwarzäugige nubische Prinzessin? Durch welche Tür gelangt man in den zweiten Ausstellungsraum? Gesteuert wird das Programm mit einem zweiknüppeligen, über Funk mit dem Computer verbundenen Joystick, der normalerweise junge Leute bei Ballerspielen zu hektischen Fingerspielen anregt. Im virtuellen Museum geht es gelassener zu und her. Aber schon die beidhändige Bedienung mit Daumen und Zeigefinger sei eine Geschicklichkeitsübung, die im Gehirn messbare Spuren hinterlasse, sagt Tarnanas. „Die Orientierung im virtuellen Raum ist jener im realen Museum gleichwertig“. Ähnliche Simulationsübungen hat Tarnanas in Zusammenarbeit mit Kollegen für die Orientierung in einer Wohnung oder für den Rettungsweg aus einem Bürogebäude bei einem Brand entwickelt.

Der Erfolg der auf neun bis zwölf Monate angelegten Therapien wird regelmässig mit einem standardisierten, weltweit üblichen Testverfahren, das die Reaktionszeit des Hirns auf einen Ton-Impuls misst, überprüft. Nach eineinhalb Jahren zeigten dabei von den bis heute untersuchten 140 Patienten deren 40 eine Verbesserung, die Hälfte war stabil geblieben, und nur jedem Zehnten ging es schlechter. Tarnanas kann aufgrund der Beobachtungen beim virtuellen Spiel inzwischen auch zuverlässig eine Diagnose stellen – gerade bei Alzheimer-Patienten die unabdingbare Voraussetzung für eine effiziente Therapie. Die etwas unbeholfen wirkende graphische Darstellung – sie repräsentiert den Stand der Computertechnik von 2006, die technische Weiterentwicklung wäre eine reine Kostenfrage – störe die Probanden nicht weiter. „Es mag erstaunen, aber mit Hilfe dieser virtuellen Realität können wir bestimmte Vorgänge im Gehirn, Gedächtnis, Orientierungsvermögen oder Sprache, im Massstab eins zu eins an jedem beliebigen Ort, zuhause, in einer Tagesklinik, im

Altersheim, real auslösen und trainieren“, sagt Tarnanas, und schmunzelt: „Dem Gehirn ist es letztlich egal, mit welchen Mitteln es zum Denken angeregt wird“. Und den Patienten? „Die allermeisten stellen sich den Aufgaben im Sinne einer kleinen Prüfung, um dann für kurze Zeit vollständig abzutauchen in die künstliche Welt“. Wer es selbst ausprobiert, kann sich das durchaus vorstellen, selbst wenn es um das vermeintlich banale Verstauen der Cornflakes-Schachtel im richtigen Schrank geht – Tarnanas hat sie zuvor, beim Erklären der Bedienung des Programmes, ganz beiläufig auf den Tisch im Esszimmer gestellt. Doch auch hier gilt: je früher Diagnose und Therapie, desto grösser sind die Erfolgsaussichten.

Das setzt den niederschweligen Zugang voraus, wie er in den Alzheimer-Tageskliniken gegeben ist. Im Haus St. Johann neigt eine Gruppe Patientinnen und Patienten, auf Stühlen sitzend, die Köpfe, bewegt sie von links nach rechts, von oben nach unten, immer auf das Kommando von Christos Moyzakidis. Der 48-jährige Sportlehrer ist schon seit 17 Jahren bei Alzheimer Hellas dabei. Er habe sich damals von der Begeisterung von Magda Tsolakis anstecken lassen, und seine Entscheidung, mit älteren Menschen statt Teenagern in einem Gymnasium zu arbeiten, noch keinen Tag bereut. Nach einer knappen Stunde, die Trainingseinheit ist eigentlich schon vorbei, schwingen einige der Teilnehmer noch das Tanzbein zu griechischer Rembetikomusik. Es wird viel gelacht, man vereinbart, sich danach noch zum Kaffee zu treffen. Die 71-jährige Elisabeth Argirio sitzt etwas abseits. Noch vor ein paar Jahren habe sie es kaum ausgehalten, fröhliche Menschen zu sehen, schon gar nicht, wenn sie deutsch sprachen. Es habe sie erinnert an die 17 glücklichen Jahre, die sie mit ihrer Familie in Deutschland, in einem kleinen Dorf in Nordrhein-Westfalen nahe der niederländischen Grenze, verbracht habe. „Irgendwann mussten wir uns entscheiden. Sollten unsere damals halbwüchsigen Söhne in Deutschland gross werden oder in der Heimat? Da sind wir zurückgekehrt“. Ihr sei damals nicht bewusst gewesen, dass die Emotionen, die sie nicht mehr im Griff hatte, Anzeichen einer beginnenden Demenz sind. Als sie auch immer vergesslicher wurde, begann sie schliesslich mit dem Gehirntaining. Heute habe sich die Vergesslichkeit gelegt, und das Lachen sei zurück gekehrt. Sagts, und gesellt sich zu den Tanzenden. Moyzakidis freut sich über ihre Fortschritte. „Deshalb bin ich hier“. Aber es sei immer auch ein Fortschritt auf Zeit. Der Mann, der mit Charme und Verve die Frauen aufs Parkett gebeten habe und noch immer jeden Schritt des komplizierten Tanzes beherrsche, habe nur einen Augenblick zu erkennen gegeben, was sein eigentliches Problem sei - als der enorm-Fotograf sich anschickte, die Kamera zu zücken: Unsicherheit. „Es war nur eine kurze Kopfbewegung, die ihn verriet. Aber sie zeigt mir, weshalb er zu uns kommt und nicht mehr ins Fitnesszentrum geht. Nur bei uns fühlt er sich noch weitgehend sicher. Aber auch das wird nicht auf Dauer so sein“.

Das gilt, so steht zu befürchten, auch für diese grossartige Einrichtung, wie sie europaweit ihresgleichen sucht. Es begann im vergangenen Sommer, als in einer Zeitungsnotiz zu lesen war, das griechische Gesundheitsministerium habe die Streichung von Subventionen für über 200 privatrechtlich organisierte Einrichtungen, von der Strassenküche über Krankenhäuser bis zu den Tageskliniken der griechischen Alzheimer-Gesellschaft beschlossen. Diese ist, von den geringen Einnahmen durch die Jahresbeiträge der 2500 Mitglieder abgesehen, vollständig von den Zahlungen aus der griechischen Staatsschatulle abhängig, um ihr Jahresbudget von 1,6 Millionen Euro zu finanzieren, aus dem wesentlich die Gehälter für die 55 Beschäftigten finanziert werden. Umgerechnet auf die Zahl der Patienten kommt man auf Kosten von 70 Euro pro Monat. Für die ambulante medikamentöse Behandlung wird in Griechenland mit Kosten von minimal 100 Euro für die Alzheimer-Medikamente gerechnet, bei stationären Patienten sind es weit über 1000. Die geringen Kosten spiegeln aber auch die niedrigen Gehälter dieser personalintensiven Therapien.

Ioannis Tsarnanas, der auf Vertragsbasis angestellt ist, erhält monatlich 900 Euro, Ersi Grammatikon, die als Verwaltungsdirektorin die administrativen Fäden zieht, 1100 – bei Lebenshaltungskosten, die mit jenen einer deutschen Grossstadt durchaus vergleichbar sind. Für Magda Tsolakis galt im vergangenen Sommer Alarmstufe rot. Sie begann, alle Fäden zu ziehen, pendelte wochenlang zwischen Athen und Thessaloniki, verhandelte und verhandelte und erreichte schliesslich eine Zahlung, die zur Deckung der Gehälter bis vergangenen November ausreichte. Die Mieten für die vier Gebäude in der Stadt konnten hingegen noch nicht beglichen werden. Seither trifft Geld nur noch tröpfchenweise aus Athen ein, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten Vollzeit für ein Teilzeit-Gehalt, und es könnte noch schlimmer kommen. Aktuell sollen die Zentren am 14. August definitiv geschlossen werden. Tsolakis, die als Universitätsprofessorin ehrenamtlich für das Alzheimer-Projekt arbeitet, kann sich keinen Reim mehr daraus machen. „Ich gehe von einer extremen Kreditklemme im Ministerium aus. Die wissen wohl selbst nicht mehr, was sie noch tun können und was nicht. Aber ich habe hart am Aufbau der Tageskliniken gearbeitet. Und ich werde nicht aufgeben. Wir müssen realistischerweise dennoch über kurz oder lang mit dem Schlimmsten, der Schliessung, oder mit dem Zweitschlimmsten, einer deutlichen Reduktion unserer Aktivitäten rechnen“. Etwas Hoffnung kommt aus Brüssel. Denn für von der europäischen Union finanzierte Projekte gilt die Regel, dass sie mindestens zwei Jahre nach Auslaufen der Unterstützung vom jeweiligen Mitgliedsland zwingend weiter gefördert werden müssen. Doch niemand weiss derzeit, was diese Bestimmung angesichts des klammen griechischen Staates noch wert ist. Die Schliessung wäre nicht nur für die 2000 Patientinnen und Patienten, sondern auch für die beteiligten Wissenschaftler und Fachleute eine Katastrophe – und für Griechenland, sagt Tsolakis. „Die Leute haben viel Erfahrung gesammelt und sind ausgewiesene Experten ihres Fachs. Sie leisten ausgezeichnete Arbeit. Ihnen wird nichts anderes übrig bleiben, als sich in einem anderen Land umzusehen. Ihr Fachwissen, daran zweifle ich keine Sekunde, wird überall auf der Welt sehr gefragt sein“.

Wer sich in Thessaloniki etwas umhört, erlebt eine Bevölkerung, die resigniert. Die Krise, die nun schon im fünften Jahr andauert, lässt niemanden mehr unberührt. Gehalts- und Rentenkürzungen sind die Regel, die Arbeitslosigkeit liegt nach Angaben der Gewerkschaften bei über 30 Prozent. „Unsere Gesellschaft wird in Stücke gerissen“, sagt der Psychologe Soutiris Lainas, der das städtische Büro für Selbsthilfe leitet. Das einzige, was noch spiele, sei die Solidarität in den Familien. Und die Griechen sind, im Gegensatz zu ihrem verschwenderischen Staat, sparsam. Doch in vielen Familien werden die Mittel immer knapper. „Wer einen billigen Gebrauchtwagen sucht, wird in Griechenland das Geschäft seines Lebens machen“, meint Lainas. Er hat seinen Wagen schon vor einiger Zeit abgestossen. Seine Freundin packt gerade die Koffer. Sie will in Paris ihr berufliches Glück versuchen. Auswandern war für Christos Moyzakidis nie eine Option gewesen. „Ich lebe hier mit meiner Frau und unserem elfjährigen Sohn, und ich liebe meinen Job. Aber was sein wird, wenn dieses Projekt einfach so aufgegeben wird?“ Er habe Fühler ausgestreckt nach Amsterdam, wo er in einer ähnlichen Einrichtung gute Aussichten hätte, Arbeit zu finden. „Eine wunderbare Stadt“, schwärmt er schon mal präventiv, und redet sich ein, sein Sohn sei noch jung genug für einen Neuanfang.

Ioannis Tsarnanas stellt sich diese Frage nicht mehr. Er hat sie schon beantwortet. „Ich werde Griechenland verlassen“, sagt er, der noch vor wenigen Jahren Angebote aus Schweden und Kalifornien ausgeschlagen hatte, um in der Nähe seiner Familie zu bleiben, und weil er sich viel von der Arbeit in der Tagesklinik versprochen habe. „Doch jetzt: Wo bleibt die Perspektive? Wir haben diese viel versprechende Resultate und ein grosses Potenzial. Und das soll es nun gewesen sein?“ Wenn sich schon die Vision einer Tagesklinik nicht dauerhaft realisieren lasse, dann müsse man dieses Pferd halt am Schwanz aufzäumen. Will heissen: Tsarnanas möchte die virtuelle Realität für

Demente auf den heimischen PC bringen. Mit Partnern aus Italien, den Vereinigten Staaten und England sind die Weichen inzwischen gestellt, seine künftige Basis soll in Liverpool sein. Die Idee steht, die Technik grundsätzlich auch. Doch noch ruckelt die Software, noch ist sie ein gutes Stück von der Perfektion weg, die es unabdingbar für einen Betrieb braucht, mit dem auch ältere Menschen zurecht kommen. Konkret: „Wir brauchen eine halbe Million Euro, um die Entwicklungsarbeit fortsetzen und unser Projekt definitiv starten zu können“. Finanziert werden soll der Betrieb mit Beiträgen etwa von Krankenkassen, oder mit einem nach Finanzkraft abgestuften System, von den Patienten selbst. Woher das Geld für den Start aber kommen soll, weiss Tsarnanas noch nicht. Er streckt die Fühler in alle Richtungen aus, hat Businesspläne entworfen und sein noch namenloses Projekt auch schon mal präsentieren dürfen. Ihm, der immer zwischen Wissenschaft und Business geschwankt habe, sei in den vergangenen Jahren eines immer bewusster geworden. „Wenn der Staat nicht mehr in der Lage ist, soziale Dienstleistungen zu erbringen, müssen wir es selbst tun“. Noch ist vieles unausgegoren am Businessplan, etwa die Frage, wie die letztlich unabdingbare Betreuung der Nutzer der Software organisiert und finanziert werden soll. Und manchmal hat man den Eindruck, Tsarnanas sei sich seiner Sache selbst gar nicht so sicher, wie es klingen mag. Das mag darin liegen, dass jene, die aus der Not eine Tugend machen müssen, zuallererst mit ihren eigenen Zweifeln leben müssen. Die Patienten an den Alzheimer-Tageskliniken jedenfalls wären wohl sofort zu gewinnen. Sie haben, als sie von der drohenden Schliessung erfuhren, spontan angeboten, zu zahlen für die Dienstleistung, die sie so schätzen gelernt haben. Da mag angesichts der stets schrumpfender Renten, der es einigen schon kaum mehr möglich macht, nur den Jahresbeitrag zu zahlen, der Wunsch Vater des Gedanken gewesen sein. Aber wo solch Wille ist, muss es auch einen Weg geben. Es wäre Ioannis Tsarnanas zu wünschen. Und, noch mehr, Alzheimer Hellas. Vielleicht leuchtet dieser so helle Stern, der am südöstlichen Ende Europas aufgegangen ist, dereinst auch anderswo. In Deutschland werden 700'000 Alzheimer-Patienten gezählt, in der Schweiz 100'000, in Österreich 120'000. Schon in zwanzig Jahren werden es fast doppelt so viele sein.