

Spiseklubben alle elsker men kun halvdelen husker

Et hold af frivillige har lavet et middagsselskab, som "man næsten er ked af at forlade igen". En spiseklub for demente som læreren Vagn, som kom til Holstebro for at nyde livet og blev syg, og overlægen Poul Erik, der havde sidste arbejdsdag i april sidste år og nu er så syg, at han må på plejehjem. Den slags tiltag er så vigtige, at de skal udbredes i fremtiden, siger direktør for Alzheimerforeningen.



SUNDHED

Palle Hyldahl Brændsgaard
pabr@dagbladetholstebro.dk

HOLSTEBRO: Hvis man skal sidde til bords med vildt fremmede, så skal man håbe på Lene og Vagn Baggesen.

Hvis de var musikinstrumenter, så var Lene et klaver. Venlig, behagelig og underholdende at lytte på i så lang tid, det skulle være. Vagn ville være en bas. Mere tilbagetrukket men slagkraftig, når han spiller. Vagn er faktisk bas. I Mejdalkoret, hvor han indgår på lige fod med de andre deltagere, med den ene undtagelse at han som den eneste har én med sig, der hjælper ham med noderne; en følgeven.

- Jeg er jo senil-cement, siger han lige ud med intakt pokerfjæs.

- Det var et forsøg på at være morsom, afbryder han et par sekunders ubehagelig stilhed, der glemmes af latter.

Så når Lene fortæller om den spiseklub, "Resto Sommerfuglen",

hun og Vagn er begyndt at deltage i, og hvor udsøgt maden er, så tænder Vagn for bassen:

- Og så er det rørende billigt (300 kroner per par, red.), afrunder han.

Men 79-årige Vagn kan også bare sige noget rørende.

- Det værste ved min sygdom er, at den kun bliver værre og værre, og til sidst dør jeg. Men jeg har haft et langt og godt liv, og det kan ingen tage fra mig. Jeg planlægger nu også at blive i lang tid endnu.

- Det skal du også, for jeg kan ikke klare mig uden dig, insisterer Lene med et hjerteligt smil.

Intet er overladt til tilfældighederne i "Resto Sommerfuglen", hvad enten der tales om maden eller spiseklubbens idé. Fire gange har frivillige lavet middage for demente, og hver gang har der været udsolgt.

- Det har bare været sådan en succes, fastslår Inge Marie Fjordside, der er med i styregruppen for "Resto Sommerfuglen".

Der er kun plads til seks par, og

det er bevidst. Der er ikke planer om at udvide, for jo større selskabet bliver, des værre bliver det for de demente at overskue.

- Det er ikke mindst en succes for de pårørende, der også skal igennem et svært forløb. For de demente handler det om at lave stjernestunder. Det er ikke sikkert, at de kan huske middagen dagen efter, men bare det at de har hygget sig og haft tryghed betyder meget. Det er også derfor, vi ikke har flere par med, siger Inge Marie Fjordside.

"Resto Sommerfuglen" inviterer hjemmeboende par på besøg den første onsdag i hver måned. I alt deltager omkring 18 personer, fordi en god håndfuld frivillige sørger for at lave og servere maden, samt holder snakken gående, hvis det skulle være et problem.

Poul Erik Uhre er overlæge. Eller var overlæge. Det er svært at følge med, for hans sygdom er sprintet af sted med en sådan hastighed, at kun den kolde rislen ned ad ens ryg

kan følge med, når man hører hans historie.

I april sidste år havde han sidste arbejdsdag. Nu får han snart sin første dag på plejehjem. Hans type demens CBD (cortigo basal degeneration) er så eksplosiv, at hustruen Else-Marie nu må opgive at passe ham hjemme. Kun 100 andre danskere har så aggressiv en form for demens.

Talegaven er næsten væk - han gentager oftest, hvad man siger til ham.

- Men han er stadigvæk så rar, venlig og smilende. Han har altid været åben og sagt, at det er en sygdom som alt andet. Fra første stund har han også altid sagt, at jeg ikke skulle passe ham. Det har aldrig været et "issue", og det er noget af det største, han kunne gøre for mig. Det er så prisværdigt, og det er jeg ham taknemmelig for, forklarer Else Marie Uhre, der også priser kommunens snarlige hjælp:

- Kommunens hjælp har lettet trykket, for efter 47 år sammen er det ikke let at se sin mand skulle

pakke sammen og forsvinde.

For Else-Marie og 70-årige Poul Erik Uhre var september-udgaven i "Resto Sommerfuglen" den aller-sidste. Klubben er kun for hjemmeboende par.

- Vi glæder os altid til at komme derhen, og man er jo næsten ked af det, når man skal hjem, konkluderer Else-Marie Uhre.

- Det er et frirum, fordi alle dér har en forståelse for de problemer, vi sidder med. Det er ikke ret nemt at tage ud at spise for os længere. Min mand er påvirket i frontallappen, og derfor kan han have udfald, som "normale" mennesker ikke har, hvilket kunne være at stikke sin gaffel ned i et fad. I Resto Sommerfuglen siger man bare: Og hvad så?

Maden, derimod, er ingen "og hvad så"-løsning. Vin, snacks, kage og flere retter mad. Traktementet er så fornemt, at deltagerne ikke altid ved, hvad de putter i munden, kun at bidderne smager pragtfuldt.

- Det er en utrolig indsats, de frivillige gør. Et prisværdigt initiativ.



FAKTA

HUSKER DU?

2009: Sommerfuglene - Den Frivillige Demensvenne-gruppe opstår (dengang med seks frivillige - i dag er der 50) med dannelsen af Demenscaféen Café Sommerfuglen. Siden er nye aktiviteter kommet til, blandt andet er der frivillige, der hjælper til i Holstebro Kommunes visiterede aktivitetstilbud i Aktivhuset Colstrup.

2015: Sommerfuglene laver en følgevenne- og besøgsvenne-tjeneste.

2018: Spiseklubben Resto Sommerfuglen opstår med månedlige spisninger for hjemmeboende par, hvor den ene er ramt af demens.

Lørdagen den 22. september 2018:

De frivillige 'sommerfugle' bruger Demensdagen/Huskedag til at stå på Store Torv i Holstebro og oplyse om demens og aktiviteter, ligesom frivillige kan tilmelde sig. Kommunens demenskonsulent Bente Nikolajsen vil også være til stede. Det foregår klokken 10-12. Klokken 14-16 er der Åbent Hus i Café Sommerfuglen i Colstruphuset på Sdr. Allé 24 i Holstebro.

200: Antal af forskellige demenssygdomme, hvor den mest almindelige er Alzheimers sygdom, som 90.000 danske er ramt af. Det skønnes, at antallet vil stige til 164.000 i 2040. 900 personer er ramt af demens i Holstebro Kommune. Hver uge rammes to personer af demens i Holstebro kommune.

KILDE: NATIONALT VIDENSCENTER FOR DEMENS OG "SOMMERFUGLENE"

Lene og Vagn Baggesen sad til bords med Else-Marie og Poul Erik Uhre (til venstre) i "Resto Sommerfuglen", da spiseklubben mødtes tidligere på måneden. Parrene blandes for hver gang. Foto: Morten Stricker

Jeg vil savne dem, siger Else-Marie Uhre.

Der er en god, og der er en dårlig nyhed, når vi taler demens.

- Den kedelige besked er, at der ikke er nogen kur, og hvad vi ved af, så synes den heller ikke at være lige rundt om hjørnet. Men den positive nyhed er, at der i dag er meget mere fokus på at forebygge demenssygdomme. Man er begyndt at bruge begrebet, at demens ikke længere er noget, man dør af, men dør med. På den måde er sygdommen begyndt at ligne andre store folkesygdomme, siger Nis Peter Nissen, der er direktør for Alzheimerforeningen.

Nis Peter Nissen applauderer de frivillige, som står for en spiseklub som den i Holstebro. Foruden motion for både krop og hjernen, så spiller et tredje ben, som direktøren kalder "social inklusion", også ind, når man skal forsøge at undgå eller udsætte demensen.

- Hvad der er godt for hjertet, er også godt for hjernen. Får vi pul-

sen op, nedsætter vi risikoen for demens samt gør livet med demens bedre. Noget andet er at udfordre hjernen, og her får jeg tit spørgsmålet, om det ikke er godt, at man laver Sudoku? Jo, det er, men man skal også vælge andre spil. Vælge noget nyt. Man skal fodre hjernen med udfordringer, ellers bliver den doven. Og for det tredje er det, at disse middags-selskaber kommer ind i billedet. At møde og forholde sig til andre mennesker øger livskvaliteten. Nej, der er ingen kur, men social inklusion kan forebygge og hjælpe på sygdommen, siger Nis Peter Nissen.

Der er brug for, at flere efterfølger eksemplet fra Holstebro og laver spiseklubber og arrangementer, mener direktøren.

- Bliver selskabet for stort, kan den demente have svært ved at overskue det og vil følge sig ekskluderet. Omvendt vil de pårørende sige, det er synd for den demente, at vedkommende siger mærkelige ting, og så isolerer man sig. Derfor er de demensvenlige

tiltag så gode, fordi der er større sandsynlighed for, at den demente kommer og har en god oplevelse med en stimulerende effekt, fastslår Nis Peter Nissen.

Vi er tilbage ved Lene og Vagn Baggesen - og Vagns bas.

- Jeg er jo godt gift, så går det nok, siger han med et nyt smil.

Emnet er ellers så alvorligt, at det gør ondt. Lenes søster døde i søndags, og Lene videregav den sørgelige besked til Vagn.

- Men dagen efter kunne han godt fornemme, at jeg var ked af det, og jeg fortalte ham hvorfor. Hvem er død, spurgte han. Det er også ubehageligt for ham, fordi han ligeledes kan se, at et eller andet ikke helt fungerer, siger hun.

- Det kræver sin kvinde, siger han.

- Men det kræver også noget af dig, trøster Lene.

- Ja, det er lidt generende, sukker Vagn.

Parret flyttede fra Glejbjerg i Sydjylland for ni år siden, hvor de

havde været lærere. De rykkede til Holstebro for at komme tættere på det ene af deres tre børn og for at nyde livet. Men efter få år kunne Vagn ikke helt overholde den aftale, parret havde om at deles om arbejdet i husstanden. Han begyndte at glemme, hvor tingene stod. - Du skal til at bruge hovedet, formanede Lene, men det var et urimeligt ønske, viste det sig, for Vagn havde Alzheimers sygdom, konstaterede lægerne for få år siden.

- Jeg har aldrig lagt skjul på mit problem. Der er ikke noget at skamme sig over, og desuden nyter det ikke noget. Kunne jeg lade være med at være dement, så ville jeg gøre det. I dag hjælper han stadig til i køkkenet og med rengøringen, men skal han over i den nærtliggende døgner, bliver det med gps og telefon. En gang har han forvildet sig ned i byen uden at kunne finde vej hjem igen.

- Og det var én gang for meget, erkender han.

Sygdommen lægger en dæmper på eventyrlysten, hvad angår at gå

ud. Derfor er parret så glade for Resto Sommerfuglen.

- Der er ting, vi ikke længere gør sammen, fordi det bliver for svært. I spiseklubben ved gæsterne på forhånd, at der er en sygdom, og så bliver problemet ikke så stort. Jeg fornemmer også, at Vagn er mere tryk dér end andre steder. Det er akkurat som at være på en "rigtig" restaurant, siger Lene.

- Og så gør de bare et kæmpe arbejde på frivilligt basis. Det er prisværdigt. Der er ingen sure miner, og jeg har aldrig følt mig tilsidesat eller nedgjort. Jeg møder kun velvilje og hjælpsomhed, og det er ikke noget let job, siger Vagn, der også hver uge deltager i et arrangement for demente i Colstruphuset.

Og falder spørgsmålet på, om de agter at fortsætte i spiseklubben, så former bassen og klaveret en enstemmig duet:

- Det håber vi sandelig. Vi ved jo ikke, om de frivillige orker at blive ved, men så længe de gør og inviterer os, så kommer vi. Så længe vi kan...