



**Hilfe – ich kann nicht mehr und habe es doch versprochen**

Die Belastung pflegender Angehöriger und mögliche  
Entlastungen

Volkshochschule Essen

21.03.2018

Helga Nottebohm

# Agenda

- Zur Person
- „Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen“ und mehr
- Pflegende Angehörige – der größte Pflegedienst in Deutschland
- Belastungen pflegender Angehöriger – Theorie und Praxis
- Entlastungsangebote
- ...und im „Heim“?

# Zur Person

- Krankenschwester
- B.A. Pflege und Gesundheitsmanagement
- M.A. Versorgung von Menschen mit Demenz
- Moderatorin des Arbeitskreises ABH des npe
  - Arbeitskreis Palliativmedizin / Palliativpflege und Hospizarbeit in der stationären Alten- und Behindertenhilfe
- Geschäftsführung - Contilia Pflege und Betreuung GmbH
- (Pflegerische) Angehörige!!!

# Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen

Contilia Pflege und  
Betreuung GmbH



Ziel der Charta ist es, die Rolle und Rechtsstellung hilfe- und pflegebedürftiger Menschen zu stärken, indem grundlegende und selbstverständliche Rechte von Menschen, die der Unterstützung, Betreuung und Pflege bedürfen, zusammengefasst werden.

- Gilt für Menschen aller Altersgruppen
- Leitlinie für Menschen und Institutionen, die Verantwortung in Pflege, Betreuung und Behandlung übernehmen (Betreiber von ambulanten und stationären Diensten, Verantwortliche in Kommunen, Kranken- und Pflegekassen u.a Organisationen im Gesundheits- und Sozialwesen
- Politische Instanzen sind aufgerufen, die Rahmenbedingungen zu schaffen
- Artikel der Charta (insbesondere Artikel 5)

# Pflegende Angehörige – der größte Pflegedienst

- „pflegende Angehörige“ – wer fühlt sich eigentlich angesprochen
  - häufig Angehörige schwer pflegebedürftiger Menschen
  - Ehepartner, Kinder, Schwiegerkinder
  - Situation ist umso stabiler, je enger das Verwandtschaftsverhältnis
  - 6,8 % der Erwachsenen pflegen regelmäßig (2015)
  - Ein Drittel der Pflegenden pflegt mehr als 2h/Tag
- Pflege – und Betreuungsmotive
  - Zuneigung, Liebe, Wertschätzung (emotionale Zuwendung)
  - Moralische Verpflichtung – „In guten, wie in schlechten Zeiten!“
  - Mangel an Alternativen
  - Finanzielle Gründe, Kosten
- Gender
  - Drei Viertel der pflegenden Angehörigen sind Frauen (Töchter und Schwiegertöchter)
  - Zunahme bei den Männern in den letzten 10 Jahren

# Was macht es schwer? – Beispiele

- Verhaltensprobleme bzw. -auffälligkeiten
- Herausforderndes Verhalten
- Konflikte, negative Kritik – statt Wertschätzung oder geäußerter Dankbarkeit
- Entwertung
- Scham
- Schuldgefühle, Beziehung / Rollenverhältnis verändert sich
- Innere Konflikte (soziale Normen) – „Man muss sich um seine Angehörigen kümmern“!, „Warum gerade ich“!
- Fehlende soziale Unterstützung
- Keine Zeit mehr für Hobbys
- Abnahme sozialer Kontakte – soziale Isolation („Eingesperrtsein“)
- Stress und Überforderung körperlich und / oder seelisch

# Mit der Folge....

- Schlaflosigkeit / Müdigkeit
- Wut und Aggression
- Körperliche / seelische Gewalt
- Gesundheitliche und psychische Belastungen / Einschränkungen
- Depressionen
- Ängste
- Medikamentenmissbrauch / Alkoholabusus
- Soziale Risiken
- Ein erhöhtes Mortalitätsrisiko

„Es geht mir an die Nieren“.... „es bricht mir das Herz“ .... „da kommt mir die Galle hoch“ ... „es sitzt mir im Nacken“ ... „mir fällt ein Stein vom Herzen“ .... „mein Körper ist schwer wie Blei“ ...

# Entlastungsangebote

- aus der Pflegeversicherung heraus
  - Kostenlose Pflegekurse – praktische Anleitung, Information, Beratung, Austausch....
  - Soziale Absicherung – Rentenanspruch
  - Pflegezeit, Familienpflegezeit
  - Unfallversicherung, Arbeitslosenversicherung
  - Wohnungsanpassungen
  - Pflegegeld !? (Weitergabe)
  - Entlastungsleistungen
  - Kurzzeitpflege
  -

Insgesamt geringe Inanspruchnahme von Hilfsangeboten, trotz der erheblichen Aufwendungen und Belastungen der pflegenden Angehörigen. Es fehlt eine empirische Grundlage, die das Missverhältnis von geäußerten Unterstützungswünschen, der tatsächlichen Verfügbarkeit der Maßnahmen und der tatsächlichen Inanspruchnahme erklären kann.

# Entlastungsangebote

- Lassen sich nicht „über einen Kamm scheren“
- Differenzierung der pflegenden Angehörigen ist erforderlich, um gezielt Entlastungsangebote anzubieten
  - Beratungsangebote (möglichst individuell) durchaus auch über das Internet (z.B. Zentrum für Qualität in der Pflege)
  - Angehörigengruppen
  - Kontakt zu anderen Menschen suchen / finden
  - Tagespflegeeinrichtungen
  - Kommunikations-TAnDEM (Training für Angehörige von MmD)
  - Herausfinden, was der eigenen Seele gut tut
  - Regionale andere Programme, z. B. Freizeit – und Förderprogramm
- Vorhandene Entlastungsangebote SGB XI nutzen

**Tankstellen, Ventile & Strategien!**

## ...und im „Heim“?

- Entscheidungen treffen!!! Bestenfalls durch den „Betroffenen“ / „Pflegerbedürftigen“ / Menschen selber
- Eine Menge Vorurteile!?
- Möglichkeiten und Grenzen
- Belastungen werden nicht völlig durch einen Einzug abgebaut, werden aber weniger
- Pflege und Betreuung ist sichergestellt
- Individualität und Selbstbestimmung der Person bleibt erhalten
- Zimmergestaltung und mehr
- Vielfältiges Programm
- Angehörige als gern gesehene Gäste und Mitgestalter
  
- Leben und Sterben

## ...und im „Heim“?



Contilia Pflege und  
Betreuung GmbH



# ...und im „Heim“?

Contilia Pflege und  
Betreuung GmbH



# ...und im „Heim“?

Contilia Pflege und  
Betreuung GmbH



# ...und im „Heim“?



# ...und im „Heim“?

Contilia Pflege und  
Betreuung GmbH



...und im „Heim“?

Contilia Pflege und  
Betreuung GmbH



16

Für das Wichtige. Im Leben.

## ...und im „Heim“?

Contilia Pflege und  
Betreuung GmbH





**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

- Belastungen von Angehörigen demenziell Erkrankter in Wohngruppen im Vergleich Zu häuslicher und stationärer Versorgung 2005.** Reggentin, H. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, 38 S. 1-7
- Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen 2015.** Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Bundesministerium für Gesundheit. Berlin
- Charta zur Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen in Deutschland 2017.** Koordinierungsstelle für Hospiz- und Palliativversorgung in Deutschland. Berlin
- Entlastung für die Seele – Ein Ratgeber für pflegende Angehörige 2012.** Bundes-Arbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. Bonn
- Entlastung pflegender Angehöriger 2007.** Auer, S. et al. Zeitschrift für Gerontologie & - Psychiatrie 20 (2/3). S. 169-174
- GBE KOMPAKT Pflegende Angehörige 2015.** Wetzstein, M. et al. Hrg. Robert Koch Institut. Berlin

- „In guten wie in schlechten Zeiten....“ 2007. Kofahl, C. et al., Zeitschrift für Gerontopsychologie & -psychiatrie. 20 (4). S. 211-225
- Kommunikations-TAnDem 2009. Haberstroh, J. et al. Forum Logopädie. 5 (23). S. 12-17
- LEANDER Längsschnittstudie zur Belastung pflegender Angehöriger von demenziell Erkrankten 2001 bis 2005. Zank, S. & Schacke, C., Hrg. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Berlin
- Lebensqualität und Wohlbefinden im Alter 2006. Gunzelmann, T. et al., Zeitschrift für Gerontologie & - psychiatrie, 19 (1), S. 7-15
- MuG III – Repräsentativbefunde und Vertiefungsstudie zu häuslichen Pflege-Arrangements, Demenz und professionellen Versorgungsangeboten 2005. Abschlussbericht im Auftrag des Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. München
- Praxisseiten Pflege 2015. Bundesministerium für Gesundheit. Berlin