

# Pflege für Angehörige

Ein Angehöriger in der nahen Verwandtschaft, der von der Alzheimerkrankheit betroffen ist, kann eine hohe Belastung darstellen. Oft fühlt man sich relativ hilflos und kann nichts zur Heilung für den liebgewonnenen Menschen tun. Dennoch sind die Patienten auf die Hilfe anderer Personen angewiesen. Bei jedem zweiten Patienten erklären sich Ehepartner oder die Kinder bereit diese Pflege zu übernehmen und opfern sich dabei sprichwörtlich auf. In den Mittelpunkt des Lebens rückt die Pflege des Angehörigen. Ein 24 Stunden Job. Es ist schön und gut füreinander da zu sein, aber zu Wenigen denken dabei an sich selbst. Laut einer Umfrage haben etwa 20 Prozent der pflegenden Angehörigen psychische Störungen. In diesem Beitrag werden daher verschiedene Tipps und Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige gegeben, damit diese auch für sich noch ein entspanntes Leben führen zu können. Hilfe zu suchen bedeutet dabei nicht, Schwäche zu zeigen, sondern den Mut zu besitzen sich mit der Schwierigkeit der Situation auseinander zu setzen.

„Nur wer sich gut um sich selber kümmert, kann sich gut um Andere kümmern“. Diese Aussage sollten sich viele Personen zu Herzen nehmen. Spätestens wenn man sich gehetzt fühlt, befürchtet nicht alles zu schaffen, sehr müde ins Bett fällt und trotzdem schlecht schläft, sind Anzeichen einer Überlastung vorhanden. Die Überlastung zehrt nicht nur an ihren Kräften, sondern steigert auch ihr Aggressivitätspotenzial. Diese Verhaltensänderung schadet nur dem lieben Angehörigen, um den sie sich eigentlich kümmern wollten. Deshalb nehmen Sie sich ein wenig Zeit und denken über folgende Ratschläge nach.

Zuallererst stellt die Informationssammlung eine wichtige Hilfeleistung dar. Angehörige sollten sich nicht nur mit dem behandelten Arzt, sondern auch mit anderen Personen über die Krankheit austauschen und so für sich erst einmal verstehen, was die Diagnose Alzheimer bedeutet. Darüber hinaus gibt es viele Berichte von Angehörigen, Broschüren oder Tipps, die für den eigenen Umgang mit dem Patienten prägend sein können. Zum Beispiel ist es nicht Sinn und Zweck der Betreuung dem Patienten alle Entscheidungen abzunehmen und ihn zu isolieren. Solange die Person zu eigenständigen Handlungen und Aktionen fähig ist, sollte diese Person dies auch möglichst alleine bewerkstelligen. Durch ein Loben des Angehörigen wird so dessen Freude vergrößert und er fühlt sich noch selbstständig. Ebenfalls hilft ein geregelter Arbeitsablauf dem Patienten das Gefühl der Sicherheit und Orientierung aufrecht zu erhalten. Scheuen Sie aber nicht vor Konflikten, denn diese lassen sich im Umgang mit Alzheimerpatienten nicht vermeiden.

## Beratungsstellen

Beispielsweise in Alzheimer Gesellschaften beraten Fachleute Interessierte über die Krankheit, ihre Symptome und geben darüber hinaus Rat in rechtlichen und finanziellen Fragen. Eine Liste vorhandener Beratungsstellen können Sie hier finden. Dabei werden Ihnen aus ihrem Umfeld die nahegelegenen Beratungsstellen angezeigt. So können Sie die entsprechenden Stellen bereits im Internet betrachten und die ersten Informationen sammeln. Eine Liste möglicher Beratungsstellen finden Sie auch in unserem Portal. Benutzen Sie diesen Link.

## Angehörigengruppen

Im Gegensatz zu Beratungsstellen kommen in Angehörigengruppen primär betroffene Pfleger zum Informations- und Erfahrungsaustausch mit anderen Pflegern zusammen. Personen, die in einer vergleichbaren Situation sind, wie einer selbst, sind in der Regel vertrauenswürdiger, glaubhafter und die Gespräche offener. Diese Angehörigengruppen werden meistens von Fachleuten angeleitet, um so Konflikte in der Gruppe zu vermeiden und einen objektiven Moderator zu haben, der auch von neuen medizinischen

Erkenntnissen berichten kann.

## **Ambulante Hilfen**

Ambulanten Hilfen stellen die einzige Anlaufstelle dar, mit der eine Betreuung im häuslichen Umfeld möglich ist. Geschulte ehrenamtliche Helfer kommen gegen eine geringe Aufwandsentschädigung in die einzelnen Wohnsituationen und unterstützen sowohl die Angehörigen als auch den Patienten. Teilweise können sogar einzelne pflegerische Aufgaben übernommen werden.

## **Betreuungsgruppen**

Eine Entlastung für eine kurzfristige und evtl. regelmäßige Betreuung stellen die Betreuungsgruppen dar. Unterstützt durch Fachkräfte nehmen sich ehrenamtliche Helfer der Patienten für ein paar Stunden an, und ermöglichen den Angehörigen wichtige Dinge zu erledigen, wie beispielsweise Amtsgänge oder Einkäufe. Da dieses Angebot relativ jung ist und auf ehrenamtlicher Basis arbeitet, ist es flächenmäßig nicht überall verfügbar.

## **Tagespflege**

Die Pflege im häuslichen Umfeld bedeutet erst einmal Sicherheit und Orientierung für den Patienten. Leider können die wenigsten Familien eine dauerhafte Betreuung stemmen, da noch andere Verpflichtungen bestehen. Ebenfalls ist die Pflege eines Patienten auch entsprechend kostspielig. So müssen einige Familienangehörige arbeiten gehen. In einer solchen Situation besteht die Möglichkeit, die Patienten in eine Tagespflege stundenweise zu geben. So können die Patienten am Abend, Wochenende oder in Urlaubszeiten in das gewohnte häusliche Umfeld zurückkehren. Idealerweise wird in der Zeit der Betreuung nicht nur für die Sicherheit, sondern auch für die Aktivität und Selbstständigkeit des Patienten gesorgt.

## **Heimpflege**

Auch wenn sich viele Betreuer vornehmen, die Betroffenen in allen Krankheitsstadien im häuslichen Umfeld zu betreuen, kann eine Situation entstehen, in denen eine häusliche Pflege trotz der Unterstützung durch bspw. Ambulante Hilfen nicht möglich ist. Für diese Situation gibt es spezielle Einrichtungen, die einerseits die Betroffenen Vollzeit aufnehmen, auf der anderen Seite auch durch die räumliche Konstellation und das geschulte Personal für die Sicherheit des Patienten sorgen. Meistens besser, als man es alleine zu Hause bewältigen kann. Einige Einrichtungen versuchen sogar die Selbstständigkeit und Aktivität weiterhin zu fördern, um den Krankheitsverlauf zu verlangsamen.

## **Kurzzeitpflege**

Besonders wichtig für Betreuer ist die Möglichkeit eine Auszeit von der Pflege zu nehmen. Einige Einrichtungen nehmen Demenzpatienten für einige Zeit, ein bis mehrere Tage, auf und versorgen sie entsprechend. So können die Angehörigen etwas für Ihre Gesundheit unternehmen oder anderen wichtigen Aktivitäten nachgehen.

Insgesamt gibt es also eine Vielzahl von Anlaufstellen für Angehörige, die ihre Verwandten selber pflegen wollen und sich damit überfordert fühlen. Und denken Sie dran: Sich Hilfe zu holen ist keine Schande.

## **Quellen:**

[www.lifeline.de/themenspecials/alzheimer/pflege-id33532.html](http://www.lifeline.de/themenspecials/alzheimer/pflege-id33532.html)

[www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/demenz/article/495929/pflege-alzheimer-kranker-macht-angehoer](http://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/demenz/article/495929/pflege-alzheimer-kranker-macht-angehoer)

[www.psychosoziale-gesundheit.net/psychiatrie/alzheimer\\_pflege.html](http://www.psychosoziale-gesundheit.net/psychiatrie/alzheimer_pflege.html)

[www.wegweiser-demenz.de/sich-entlasten.html](http://www.wegweiser-demenz.de/sich-entlasten.html)

[patientenleitlinien.de/Demenz/](http://patientenleitlinien.de/Demenz/)



Submitting your vote...

Not rated yet. Be the first who rates this item! Click the rating bar to rate this item.

## Verwandte Seiten

- [Impressum](#)
- [Unterstützung](#)
- [Therapiemöglichkeiten](#)
- [Symptome](#)
- [Präventivmaßnahmen](#)
- [LKB](#)
- [Rechtliche Fragen](#)
- [Tipps und Ratschläge](#)
- [Neue Trends und Forschung](#)
- [Demenzformen](#)
- [Beratungsstellen](#)
- [Pflegeversicherung](#)
- [Alltagsbewältigung](#)
- [Medikamente](#)
- [Hilfe](#)
- [Beratungsstellen](#)
- [Lexikon](#)