

# Einleitung

In diesem Buch betrachte ich das Thema Pflegebedürftigkeit aus der Perspektive der pflegenden Angehörigen. Ich möchte damit Ihnen, allen Laienpflegekräften und Angehörigen von Pflegebedürftigen, Mut machen und viele Tipps zur Unterstützung bieten.

Zunächst werde ich auf die schwierige und auch bereichernde Rolle der Pflegenden zu Hause eingehen. Dann werden die gesetzlichen Grundlagen (z. B. Wie bekommt mein Angehöriger einen Pflegegrad?) dargestellt.

Da die Schwierigkeiten aber nicht nur im Erlangen eines Pflegegrades liegen, sondern vor allem im Alltag der Pflegenden lauern, erläutere ich auch die gesetzlichen Ansprüche und die vielen Möglichkeiten zur Entlastung bei der Pflege zu Hause. Dabei werden alle gesetzlichen Regelungen bis Ende 2018 berücksichtigt.

Manchmal stellt sich die Frage, wo der Pflegebedürftige am besten untergebracht wird. Zu Hause, im Altenwohnheim, im Betreuten Wohnen oder doch besser in einer Wohngemeinschaft? Auch diesen Fragestellungen wird in diesem Buch auf den Grund gegangen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt bei der Versorgung von Pflegebedürftigen in der Häuslichkeit ist der sinnvolle Einsatz von Hilfsmitteln. Daher werden in diesem Buch auch Fragen rund um Hilfsmittel angesprochen, die häufig in der Häuslichkeit genutzt werden.

Es gibt auch noch weitere besondere Herausforderungen bei der Versorgung zu Hause, z. B. durch eine Demenz oder in der letzten Lebensphase. In diesem Buch werden die Begrifflichkeiten genannt und die Unterschiede erklärt. Viele von Ihnen möchten den Beruf und die Pflege des Angehörigen vereinbaren. Dazu gibt es sehr unterschiedliche Möglichkeiten, die der Gesetzgeber in den letzten Jahren auf den Weg gebracht

hat. Beispielsweise wird der Unterschied zwischen »Pflegezeit« und »Familienpflegezeit« erläutert.

Für einen besseren Lesefluss wird auf die geschlechtsspezifische Nennung verzichtet, wobei jedoch beide Geschlechter damit angesprochen werden sollen.

Wie in jeder Neuerscheinung wird es auch in diesem Buch Möglichkeiten der Verbesserung geben. Bitte teilen Sie mir bzw. dem Verlag Ihre Meinung, Ihre Verbesserungsvorschläge und auch Ihre Wünsche mit. Sie erreichen mich per Mail: [kontakt@anja-palesch.de](mailto:kontakt@anja-palesch.de)

Ich freue mich auf eine große Resonanz und wünsche mir, dass dieses Buch eine gute Stütze in Ihrem Pflegealltag wird.

# 1 Die Pflege eines Angehörigen – eine ganz besondere Erfahrung

Die Pflege eines Angehörigen stellt immer eine besondere Herausforderung im Leben aller Betroffenen dar. Der Zustand kann plötzlich eintreten (z. B. als Folge eines Schlaganfalls) oder ein schleichender Prozess sein.

Manchmal muss der Pflegebedürftige seine Selbstständigkeit schrittweise aufgeben. Er muss lernen, selbst mehr Hilfe anzunehmen und um Hilfe zu bitten. Er muss lernen, nun anderen Menschen zu vertrauen und Geduld beweisen. Er muss nun vielleicht Bedürfnisse offenbaren, die ihm peinlich sind.

Die Entscheidung, die Versorgung und Pflege eines Angehörigen ganz oder teilweise zu übernehmen, verdient Respekt und Anerkennung. Trotzdem sollte diese Entscheidung gut überdacht werden. Die Pflegesituation kann über viele Jahre andauern.

Pflegende Angehörige haben der Autorin oft berichtet, wie traurig sie sind, die letzten Lebensjahre nicht wie geplant mit interessanten Reisen oder schönen Beschäftigungen auszufüllen, sondern mit der Pflege des Partners. Es ist oft nicht nur für den Betroffenen, sondern auch für sein Umfeld eine große Herausforderung, die Pflegesituation anzunehmen.

Besonders schwer ist es für Mütter, die ihre (schon erwachsenen) Kinder pflegen müssen. Auf der anderen Seite hat die Autorin auch viele Kinder erlebt, die ihre Eltern viele Jahre hingebungsvoll pflegten. Die dabei oft zu Tage tretende tiefe Dankbarkeit und gegenseitige Liebe ist bewunderns- und auch ein wenig beneidenswert.

Eine außergewöhnliche Belastung entsteht, wenn ein minderjähriges Kind (oder mehrere minderjährige Kinder) ein Elternteil pflegen müssen, da der andere Elternteil andere Wege gegangen ist.

Die Beziehungen zwischen den Akteuren in einer Pflegesituation verändern sich. Die Grundlagen für Unterstützung und Vertrauen werden jedoch meist schon vor der Pflegesituation gelegt. Wichtig ist, dass vom Pflegebedürftigen *und* vom Pflegenden die Pflegesituation angenommen wird und beide damit einverstanden sind. Es gibt vor der Übernahme der Pflege und Versorgung einige Aspekte zu bedenken:

- Warum möchten Sie diese Aufgabe übernehmen? Ist es vielleicht aus Pflichtgefühl, der Wunsch zu helfen, Dankbarkeit, die Vermeidung von Schuldgefühlen oder aus Verbundenheit und Liebe? Oder sind die Meinungen anderer, das gute Gefühl gebraucht zu werden, Mitleid, Nächstenliebe oder finanzielle Aspekte ausschlaggebend für diese Entscheidung? Oder gibt es vielleicht gerade keine andere Möglichkeit, z. B. weil kein Platz in einer Pflegeeinrichtung zur Verfügung steht?
- Sind Sie bereit, den Pflegebedürftigen auch über einen längeren Zeitraum zu unterstützen und zu versorgen? Können Sie sich diese enge Beziehung/Abhängigkeit tatsächlich gut vorstellen?
- Sind Sie (auch gesundheitlich) in der Lage, diesen körperlich (und ggf. auch geistig) geschwächten Menschen über längere Zeit zu versorgen und damit die Verantwortung für Sie beide zu übernehmen? Trauen Sie sich zu, diese tiefgreifende Umstellung in Ihrem Leben, verbunden vielleicht auch mit Lebenskrisen, zu bewältigen?
- Gibt es jemanden, der Ihnen helfen kann, bzw. an welchen Stellen benötigen Sie Unterstützung?

Um diese Fragen zu beantworten, sollten Sie auch in die Vergangenheit schauen:

- War die Beziehung in der Vergangenheit so, dass Sie sich diese Aufgabe gut vorstellen können?
- Wie stand der Pflegebedürftige früher zu Ihnen?
- Hatten Sie zu dem Pflegebedürftigen immer, noch bis heute, ein gutes Verhältnis? Oder spüren Sie (innere) Widerstände, gar Ablehnung?

Wichtig ist auch zu klären, wie der Pflegebedürftige seine Situation selbst sieht:

- Kann er die Situation annehmen oder macht er andere dafür verantwortlich?
- Wie reagiert er auf das Angebot, dass Sie ihn pflegen wollen?
- Ist er dankbar oder eher fordernd?
- Kann er seine Lebenssituation noch richtig einschätzen oder ist er manchmal verwirrt?
- Wie kommen Sie damit zurecht?

Bevor Sie sich für eine Pflege in der Häuslichkeit entscheiden, sollten diese Fragen ehrlich beantwortet werden. Denn mit einem unzufriedenen Pflegebedürftigen oder einer überforderten Pflegeperson ist keinem geholfen. Dabei sollte es für Sie niemals darum gehen, was andere (z. B. andere Familienangehörige, Nachbarn, Freunde) erwarten oder denken.

### Beispiel



Ein 53-jähriger Mann erkrankt an einem Tumor. Die Krankheit ist unheilbar. Der Kranke ist seit 30 Jahren verheiratet. Der gemeinsame Sohn ist verheiratet und lebte im Nachbarort. Die gemeinsame Tochter lebte ca. 300 km entfernt und hat selbst eine kleine Familie.

Die Ehefrau ist nicht bereit, die Pflege des Mannes zu Hause zu übernehmen. Dies teilt sie den eigenen Kindern aber nur sehr zögerlich mit. Selbst die Besuche im Krankenhaus sind sehr begrenzt und distanziert. Gegenüber dem Ehemann und dem Pflegepersonal wird angegeben, dass die räumlichen Bedingungen und Transportschwierigkeiten eine Pflege zu Hause unmöglich machen. Die Ehe war immer sehr schwierig gewesen und der Sterbende war früher gegenüber seiner Frau oft gewalttätig geworden. Die Familie hatte darüber jedoch immer geschwiegen und Probleme wurden nie offen angesprochen. Der Tumorkranke verstirbt schließlich auf der Palliativstation des Krankenhauses, ohne noch einmal nach Hause gekommen zu sein.

Aus persönlicher Erfahrung ist der Autorin vertraut, dass selbst für Pflegefachkräfte die Versorgung eines Angehörigen eine besondere Herausforderung darstellt. Zum Angehörigen haben die meisten Menschen eine andere emotionale Beziehung als z. B. zu einem Patienten.

Es kann also durchaus sein, dass eine Ehefrau trotz 40 Jahren Ehe ihren Ehemann nicht pflegen kann oder möchte, weil eben auf der emotionalen Ebene so viel geschehen ist, was dagegenspricht.

Das sollten möglichst beide Seiten akzeptieren und auch z.B. die Kinder, die vielleicht eine ganz andere Erwartung an die Mutter haben, nämlich die Versorgung des pflegebedürftigen Vaters. Erfahrungsgemäß wird über die Erwartungen und auch über mögliche Ängste gegenüber Dritten oft nicht gesprochen. So werden manchmal Chancen verpasst, um für alle eine zufriedenstellende Lösung zu finden.

In der Versorgung von pflegenden Angehörigen liegt auch die Chance, alte schwierige Situationen gemeinsam zu verzeihen. Dazu gehört allerdings eine große Bereitschaft zur Offenheit und des Verzeihen-Könnens auf beiden Seiten.



### Beispiel

Eine 83-jährige Dame wird immer hilfebedürftiger. Nach einem Sturz kommt ihre Tochter, selbst 62 Jahre alt, und hilft bei allen Aktivitäten, bis die Dame wieder selbstständig ist. In dieser Situation kommt die Tochter der Mutter seit Jahren wieder näher. Sie hat endlich den Mut, ein schweres Problem aus der Kindheit anzusprechen. Leider hat die Pflegebedürftige keine Erinnerung an diesen für die Tochter wohl sehr wichtigen Vorfall. Trotz des Versuches kommt es nicht zur Aussprache. Die Tochter bleibt mit der Erinnerung an die lange zurückliegende schwierige Situation allein.

oder



### Beispiel

Ein 85-jähriger Pflegebedürftiger hat zwei Kinder, die jedoch beide die Versorgung nicht übernehmen wollen oder können. Es gibt jedoch eine Enkeltochter, zu der ein gutes Verhältnis besteht. Der Pflegebedürftige bittet die Enkeltochter (26 Jahre, verheiratet, zwei Kinder) um Unterstützung und da die Beziehung stimmt, kommt die Enkeltochter dem Wunsch nach.

Der Pflegebedürftige wird ein Teil der Familie und fügt sich sehr wohlwollend in die neue Situation ein. Als »Gegenleistung« für die Versorgung finden viele gute Gespräche zwischen Enkeltochter und Großvater statt. Die junge Frau erfährt dabei viel über die Vergangenheit. Selbst die Wünsche für die Beerdigung des Großvaters werden gemeinsam besprochen.

Noch Jahre später berichtet die junge Frau dankbar von der Lebenserfahrung des Großvaters, von der sie viel profitieren konnte.

Sie sehen, alles hat immer mindestens zwei Seiten. Wird die Chance genutzt, sind der Abschied und die Phase der Trauer nicht mehr so schwer, wie viele pflegende Angehörige im Nachhinein berichten. Diese besondere Nähe im Rahmen der Pflege und Unterstützung birgt auch die Chance, Dinge, die in der Vergangenheit belastend waren, gemeinsam aufzuarbeiten.

Um einen guten Überblick zu geben, werden in der Tabelle einige der Chancen und Herausforderungen bei der Pflege von Angehörigen in der Häuslichkeit zusammengefasst (► Tab. 1.1).

**Tab. 1.1:** Chancen und Herausforderungen bei der Versorgung eines Angehörigen in der Häuslichkeit

| Chancen der Pflege zu Hause  | Herausforderungen der Pflege zu Hause  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Intensive Gespräche führen</li><li>• Vom anderen lernen (Lebenserfahrung)</li><li>• Zeit für den anderen haben</li><li>• Sich verzeihen können</li><li>• Gemeinsame Zeit genießen</li><li>• Dem anderen etwas zurückgeben, danken</li><li>• Den anderen in einer anderen Rolle/Situation erleben</li><li>• Das Leid teilen sowie auch die schönen Stunden</li><li>• Geld sparen</li><li>• Nähe, das Gefühl des Gebraucht-Werdens</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Behinderung/Belastung der beruflichen Karriere</li><li>• Notwendigkeit ständiger Anwesenheit</li><li>• Gesundheitliche Einschränkungen</li><li>• Fehlende Anerkennung/Würdigung</li><li>• Beschränkung sozialer Kontakte</li><li>• Beschränkung der eigenen Lebensplanung</li><li>• Umkehr- und Neubestimmung gewachsener/tradierter Rollen</li><li>• Isolationsgefahr und psychische Erkrankungen</li><li>• Überforderung/Gefühl des Alleinseins</li><li>• Mehrfachbelastungen (z. B. durch eigene Familie)</li></ul> |

Wichtig sind für Sie vielleicht der Zuspruch und die Unterstützung durch das Umfeld, also durch die eigene Familie, Freunde, Nachbarn, aber auch durch die Mitarbeiter der Krankenhäuser, Pflegedienste und Beratungsstellen. Haben Sie Vertrauen und sprechen Sie über Ihre Situation.

## 2 Was Sie bei der Vorbereitung auf die Pflege zu Hause beachten sollten

Je nachdem, wie die Pflegesituation entstanden ist (ob plötzlich oder schleichend), entwickeln sich auch die folgenden Aspekte. Zeichnet sich nach einem Krankenhausaufenthalt eine plötzliche Pflegebedürftigkeit ab, ist natürlich anders vorzugehen, als bei einem schleichenden Prozess.

Es gibt verschiedene Akteure, die Sie als pflegender Angehöriger in der jeweiligen Situation ansprechen können (► Tab. 2.1).

**Tab. 2.1:** Fragen rund um die Vorbereitung auf die Pflege zu Hause

| Situation  | Fragestellung   | Mögliche Ansprechpartner  |
|--|---|---|
| Die Krankenhausentlassung ist geplant, das Pflegezimmer ist noch nicht fertig.   | Soll die Kurzzeitpflege genutzt werden?<br>Muss ein Antrag auf Schnelleinstufung gestellt werden? | <ul style="list-style-type: none"><li>• Der behandelnde Arzt</li><li>• Die Krankenkasse und Pflegekasse des Pflegebedürftigen</li><li>• Der Krankenhaussozialdienst</li></ul> |
| Die Krankenhausentlassung steht an, die Pflege kann nicht allein finanziert werden (ein ambulanter Pflegedienst soll bei der Pflege unterstützen). | Wer übernimmt die noch offenen Kosten, wenn nur ein Teil selbst gezahlt werden kann?              | <ul style="list-style-type: none"><li>• Unabhängige Beratungsstelle (eventuell ein Pflegestützpunkt in Ihrer Nähe, Beratungsstellen bei den Städten und Kommunen)</li></ul>   |
| Die Krankenhausentlassung steht an, aber es fehlen noch Hilfsmittel.   | Welche Hilfsmittel werden benötigt, wer bezahlt was und wie bekomme ich sie geliefert?            | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ggf. der Pflegedienst des Pflegebedürftigen</li><li>• Das Sanitätshaus Ihres Vertrauens</li></ul>                                     |

**Tab. 2.1:** Fragen rund um die Vorbereitung auf die Pflege zu Hause – Fortsetzung

| Situation   | Fragestellung   | Mögliche Ansprechpartner  |
|---|---|---|
| Die Pflegesituation in der Häuslichkeit hat sich verschlechtert. Es muss eine Entscheidung getroffen werden.  | Soll weiter zu Hause gepflegt werden oder welche Entlastungsmöglichkeiten haben wir sonst noch? Wie kann das finanziert werden? | <ul style="list-style-type: none"><li>• Das Sozialamt in der Stadt, in dem der Pflegebedürftige lebt</li><li>• Für Privatversicherte Compass Private Pflegeberatung</li></ul> |
| Der Pflegeaufwand hat sich sehr erhöht, der Pflegende kommt an seine Grenzen.<br>Der Betreuungsaufwand hat sich erhöht, der Pflegende kommt an seine Grenzen. | Wie könnte die weitere Versorgung geregelt werden? Wie finde ich eine geeignete Einrichtung und wer übernimmt die Kosten?       |   |

---

## 2.1 Die Einweisung ins Krankenhaus

Checkliste für die Einweisung ins Krankenhaus für das Pflegepersonal

Name und Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_ Krankenversicherung: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Pflegegrad: \_\_\_\_\_

Name und Telefonnummer des Ansprechpartners: \_\_\_\_\_