

PFLEGEKURSE

Alles im Griff bei der Pflege

Gut gelernt Füttern, waschen, legen - den richtigen Umgang mit pflegebedürftigen Angehörigen kann man lernen. Wir besuchten einen Kurs bei der Krankenkasse

Am bisher heißesten Sonnabend des Jahres liege ich wehrlos in einem Krankenhausbett. Das Kopfteil fährt elektrisch hoch, meine Füße stoßen an die untere Bettbegrenzung. Statt bequem zu sitzen, fühle ich mich schmerzhaft gestaut. Und in dieser Haltung soll ich jetzt auch noch essen. Ich verweigere die Nahrungsaufnahme.

Diese Möglichkeit haben Patienten normalerweise nicht. Aber was bei ihnen bitterer Ernst ist, wird an mir nur geübt. »Den Bettlägerigen mit einem kräftigen Griff erst Richtung Kopfende ziehen und dann zur Fernbedienung des Bettes greifen«, rät Kathleen Subat. Die 31-Jährige ist langjährige Krankenschwester und ausgebildete Pflegefachkraft. Gemeinsam mit ihrer Kollegin Isabell Raab (38) bringt sie uns bei, wie man pflegebedürftige Angehörige optimal versorgt.

»PfiFF« heißt der achtstündige Kurs, den die AOK im Krankenhaus Prignitz in Perleberg anbietet. Das Kürzel steht für »Pflege in Familien fördern« und ist ein Angebot, um dem Stellenwert der häuslichen Pflege in Deutschland besser gerecht zu werden. Obwohl die Teilnahme kostenlos ist und Mitgliedern aller gesetzlichen Krankenkassen offensteht, haben sich außer mir nur drei Teilnehmer gemeldet, bezeichnenderweise alles Frauen.

Nebenjob Darunter auch Karin Friedrich. Die 57-Jährige kümmert sich seit 2008 vier- bis fünfmal am Tag um ihre inzwischen 90-jährige Mutter. Ein stressiger Nebenjob für die selbstständige Immobilienmaklerin, die von dem Kurs vor allem Tipps erwartet,

die ihr die Versorgung der alten Dame erleichtern.

Und die bekommen wir reichlich. Unter Anleitung der Pflege-Profis üben wir wichtige Handgriffe. Wir bringen uns im Pflegebett gegenseitig in eine bequeme Seitenlage und achten darauf, dass sich die jeweiligen Kandidaten nicht wund liegen. Wir lernen, wie man eine frische Windel richtig anlegt und die Bettpfanne richtig unterm Gesäß platziert. Abwechselnd übernimmt jeder die Rolle des Pflegers und des Patienten, nach kurzer Zeit verschwindet auch die anfängliche Zurückhaltung. Und wir erfahren Überraschendes.

»Es hilft gar nichts, den Angehörigen aus falsch verstandener Rücksichtnahme zu schonen«, sagt Kathleen Subat. Im Gegenteil: Die Mitarbeit des Pflegebedürftigen ist im Rahmen seiner Möglichkeiten unverzichtbar. Wer noch etwas Kraft in den Fingern hat und in der Lage ist, sich festzuhalten, sollte auch dazu aufgefordert werden, sich an dem Griff, der über dem Kopf hängt, festzuhalten und mitzuarbeiten. Das erleichtert zum Beispiel das Anwinkeln der Beine zum Windelwechseln oder das Einnehmen der Sitzposition zum Rückenwaschen und Eincremen. Außerdem bringt es den Kreislauf des Liegenden in Schwung und beugt einer Lungenentzündung vor.

Ärztliches Rezept entscheidet Mindestens ebenso wichtig aber ist die Theorie-Schulung. Wir lernen, dass der Toilettenstuhl Räder haben muss und dass es ihn nur gibt, wenn das explizit auf der ärztlichen Verord-

nung steht. Nur damit kann der Hilfsbedürftige direkt vom Bett bis ins Bad rollen. Entfernt man den Sitz und den darunter hängenden Topf, dann kann unter der Dusche direkt die »Unterbodenpflege« erfolgen. Da der Toilettenstuhl schmäler als ein Rollstuhl ist, passt er garantiert durch jede Tür und ein körperlich eingeschränkter Angehöriger kann damit in der Wohnung sitzend vorwärtslaufen.

Egal, ob Pflegebett, Toilettenstuhl oder Windeln, es besteht zwar ein Anspruch auf das Notwendige, aber eben auch nur darauf. Hier sind die Pflegekassen mitunter knauserig und versuchen Antragsteller mit dem Billigsten abzuspeisen. Nur wer hartnäckig und bei der richtigen Krankenkasse versichert ist, kommt hier ans Ziel.

Heidi Frost (45) hat ihrer Mutter einen Rollstuhl bei Ebay für 60 Euro ersteigert. Das kann Karin Friedrich gar nicht verstehen, »zehn Euro habe ich dazugezahlt, mehr nicht«. Die Pflegeberaterin Isabell Raab klärt uns auf, »einen Rollstuhl von der Pflegekasse gibt es nur mit Pflegestufe«. Davon will Heidi Frosts Mutter nichts wissen. Wie viel Zeit und Geld ihre Tochter, die als Lehrerin an einem Oberstufenzentrum auch so gut ausgelastet ist, in ihre Pflege investiert, sagt sie nicht.

Karin Friedrichs Mutter hat ihr Pflegebett übrigens aus Stralsund bekommen, nicht vom Sanitätshaus um die Ecke. Das liegt an den Verträgen, die die Pflegekassen aushandeln. Ist die Gewinnmarge dem Sanitätshaus zu gering, tritt es dem Versorgungsvertrag nicht bei und kann

dann Versicherten dieser Kasse (bei Mutter Friedrich ist es die DAK) die Hilfsmittel auch nicht direkt liefern. Nach Angaben der Sanitätshäuser werden in der Regel die Versicherten der AOKs ordentlich bedient. Hier liegen aufgrund der Versichertenstruktur große Erfahrungen bei der Versorgung Pflegebedürftiger vor. Außerdem ist das Geschäftsstellennetz so dicht, dass bei Schwierigkeiten mit einer Hilfsmittel-Verordnung gleich ein Sachbearbeiter der Kasse vor Ort aufgesucht werden kann, um das Problem zu lösen.

Isabell Raab gibt uns den Tipp mit auf den Weg: »Der Arzt muss die Notwendigkeit einer Verordnung so präzise wie möglich begründen, dann klappt

es auf Anhieb mit der Bewilligung.« Und ich ergänze: »Wer dauernd Stress mit Verordnungen hat, sollte die Krankenkasse wechseln. Das geht problemlos alle 18 Monate mit einer Frist von zwei Monaten.«

Pflegekurse sind noch Neuland

»Der Kurs war so interessant, warum sind nur die anderen Plätze leer geblieben?«, fragt sich Ursula Voss (64) am Kursende. Sie selber und die anderen zwei Damen haben von dem Kurs auch nur durch Zufall aus dem regionalen Wochenblatt erfahren. Das Angebot ist einfach noch zu neu und die Zahl teilnehmender Krankenhäuser wächst gerade erst. Wer in Berlin, Brandenburg oder Mecklenburg-Vorpommern wohnt, findet Kran-

kenhäuser mit PfiFF-Kursangeboten auf www.aok-pfiFF.de.

Zusatznutzen Am Seminarende erhalten wir ein Zertifikat. Es berechtigt uns, die beiden Kursleiterinnen auch für heimische Unterweisungen zu ordern, wenn individuelle Lösungen gefragt sind.

Bilanz Heidi Frost will ihrer Mutter nachdrücklich zureden, eine Pflegestufe zu beantragen: »Das Pflegegeld und der Anspruch auf Hilfsmittel wird sie überzeugen.« Und Karin Friedrich plant, sich ein paar Tage »pflegefrei« zu gönnen und in dieser Zeit Profis ranzulassen. ilona.hermann@guter-rat.de