

Kleines Einmaleins am Krankenbett

An der Rostocker Uniklinik werden Angehörige in Grundzügen der häuslichen Krankenpflege unterwiesen – bald soll es die Kurse auch an anderen Kliniken geben

ROSTOCK So richtig wohl fühlt sich Dieter Zibbell in dem Krankenhausbett nicht. Doch schließlich ist es für eine gute Sache, dass er sich als Anschauungsobjekt zur Verfügung gestellt hat – und vor allem ist es für seinen Sohn. Seit der 32-Jährige bei einem Unfall ein Schädel-Hirn-Trauma erlitt, braucht er Pflege, rund um die Uhr. Weil die Schwiegertochter sich um die zwei kleinen Kinder kümmern muss, übernehmen einen Großteil die Eltern – sie habe sich deshalb nach Rostock versetzen und die Arbeitszeit reduzieren lassen, erzählt Manuela Zibbell. Um bei der Pflege ihres Sohnes möglichst nichts falsch zu machen, besucht sie seit kurzem einen Kurs an der Rostocker Uniklinik. Ihr Ehemann, der die Woche über auswärts arbeitet, ist diesmal, an seinem ersten Urlaubstag, mit dabei.

Pfiff – Pflege in Familien fördern – heißt das von der AOK Nordost geförderte Projekt, das die Uniklinik als erstes Krankenhaus im Land anbietet. Es steht Versicherten aller Krankenkassen offen und ist für sie kostenlos.

Sieben von zehn Pflegebedürftigen im Nordosten werden zu Hause betreut – das stellt die pflegenden Angehörigen vor enorme Herausforderungen – organisatorisch,

psychisch und nicht zuletzt auch körperlich. Hier setzen die Pfiff-Kurse an: In dreimal drei Wochenstunden erlernen die Teilnehmer die Grundzüge der häuslichen Krankenpflege. Dazu gehört die Krankenbeobachtung ebenso wie die Körperpflege, die Mobilisierung, der Einsatz von Hilfsmitteln – und natürlich das Betten und Lagern.

Letzteres demonstrieren die beiden Kursleiterinnen Janine Schreiber und Nana Baumgarten an Dieter Zibbell. „Wenn möglich, fahren Sie das Krankenbett bis auf Höhe Ihrer Hüfte hoch – so können Sie rückschonender arbeiten“, erklärt Janine Schreiber den Kursteilnehmern. Wichtig sei es, dass der Patient in die Richtung blickt, in die er gedreht werden soll – „ansonsten arbeitet er automatisch gegen an und erschwert Ihnen damit die Arbeit unnötig“, weiß die Schwester, die normalerweise auf der Krebs- und Leukämiestation arbeitet.

„Ein Dekubitus, also ein Druckgeschwür, kann sich schon nach zwei Stunden entwickeln“, erklärt ihre Kollegin Nana Baumgarten, warum das richtige Lagern Bettlägeriger so wichtig ist. „Um Druckgeschwüre zu verhindern, reichen schon Mikrolagerungen, also in kurzen Abständen einfach mal die Lage im Bett zu

verändern.“

Janine Schreiber stellt das Bein ihres auf dem Rücken liegenden „Patienten“ Dieter Zibbell leicht an und kippt ihn dann durch leichtes Ziehen am Knie auf die Seite. Eine zusammengerollte Bettdecke, die hinter seinen Rücken gelegt wird, gibt ihm Halt.

Manuela Zibbell schaut interessiert zu – und versucht es dann selbst: „Bei meinem Sohn ist das Lagern wegen seiner Spastiken schwieriger“, gesteht sie anschließend.

Eine Schwester auf der Neurologie hatte sie auf den Kurs aufmerksam gemacht, als ihr Sohn noch dort behandelt wurde. „Ich habe mich dann, ehrlich gesagt, gefragt, weshalb es nicht mehr Teilnehmer gab“, erinnert sich Manuela Zibbell an das erste Treffen im Juni. Denn nur drei Pflegenden hatten sich für den ersten Pfiff-Kurs angemeldet. Inzwischen weiß die Neuro-Rostockerin gerade das zu schätzen: „So bekomme ich wirklich auf alle meine Fragen Antwort und kann genau das lernen, was ich brauche.“ Nach den Gruppenkursen kämen die Schwestern auf Wunsch auch noch bis zu sechsmal nach Hause. „Unser Sohn ist 1,98 Meter groß, deshalb wäre es mir schon lieb, wenn mir noch mal jemand zeigt, wie ich ihn richtig bewe-

ge, ohne mir gleich den Rücken kaputtzumachen.“

Dieser Selbstschutz ist auch Janine Schreiber und Nana Baumgarten wichtig. „Es nützt dem Pflegebedürftigen ja nichts, wenn sich seine Angehörigen kaputtmachen.“ Zu Beginn jeder Lerneinheit demonstrieren sie deshalb Lockerungsübungen für Schultern und Rücken. Und sie geben Tipps, wie Angehörige sich entlasten (lassen) können: durch technische Hilfsmittel, aber auch durch andere ehren- oder hauptamtliche Pflegekräfte.

„Leider holen sich viele erst viel zu spät Hilfe – aus falsch verstandener Aufopferung, oder weil sie einfach gar nicht wissen, was ihnen zusteht“, ist die Erfahrung von Veronika Saborowski und Sigrid Schomacker. Auch sie gestalten eine der Lerneinheiten im Pfiff-Kurs und stellen dabei ihre Arbeit in den Pflegestützpunkten des Landkreises bzw. der Stadt Rostock vor. Im Gegenzug werden sie künftig Ratsuchende auch auf die Pflegekurse an der Uniklinik verweisen.

Denn ab Herbst soll Pfiff deutlich ausgeweitet werden. „Wir haben jetzt schon zehn Mitarbeiterinnen, die Interesse bekundet haben, Kurse zu leiten und die sich entsprechend ausbilden lassen wol-

len“, betont Projekt-Koordinatorin Manuela Mühlbach. Ziel sei es, in jedem klinischen Fachbereich einen Ansprechpartner für Angehörige zu haben – „ein Traum wäre es, wenn das sogar auf jeder Station gelingen würde“.

„Diese Kurse sind auch in unserem eigenen Interesse, denn im Stationsalltag bleibt einfach nicht genug Zeit, auf alle Fragen von Angehörigen einzugehen“, erklärt Janine Schreiber. Andererseits sei es nicht einfach, Angehörige quasi noch auf der Station für

einen Pflegekurs zu interessieren, so Nana Baumgarten. „Vielleicht, weil sie hoffen, dass bis zur Entlassung alles wieder gut ist. Oder auch, weil sie den tatsächlichen Pflegebedarf noch gar nicht einschätzen können, so lange ihr Angehöriger von uns betreut wird.“ Ideal wäre es, wenn ein Kurs schon besucht würde, bevor der Pflegefall eintritt – „also schon, wenn man sieht, dass es Oma oder Opa, Mutter oder Vater zusehends schlechter geht“, erläutert Manuela Mühlbach. Dann könnte man nämlich auch

schon beizeiten besprechen, welche Hilfsmittel angeschafft und wo anderweitig Unterstützung organisiert werden kann. Und: Im Kurs könne man sich mit anderen austauschen, die in einer ähnlichen Situation sind, auch das entlaste vielfach.

Für den nächsten Pfiff-Kurs im September gibt es schon jetzt Anmeldungen. Manuela und Dieter Zibbell würden ihn jedem, der pflegen will oder muss, unbedingt empfehlen.

Karin Kostlik

HINTERGRUND

Pfiff – Pflege in Familie fördern

Schnell und unerwartet kann ein Familienangehöriger zum Pflegefall werden. Ein Schlaganfall oder schwerer Sturz kann das Leben komplett verändern. Dann ist rasche Hilfe gefordert – für den Patienten, aber auch für die Angehörigen. Hier setzt das bereits in Berlin und Brandenburg erfolgreiche AOK Nordost-Projekt „Pflege in Familien fördern – Pfiff“ an, um Menschen, die Betroffene zu Hause pflegen, stärker zu unterstützen. Das Programm besteht aus drei aufeinander aufbauenden Modulen mit praktischer Anleitung und theoretischer Wissensvermittlung. „Pfiff“ setzt bereits frühzeitig an, um Angehörige in der Pflege zu Hause zu unterstützen. Wenn gewünscht, erhalten sie schon im Krankenhaus und nach der Entlassung in der Häuslichkeit spezielle Schulungen mit praktischen Anleitungen, Hinweisen und Tipps. Durch eine enge Zusammenarbeit mit dem Entlassungsmanagement des Krankenhauses, den regionalen Pflegestützpunkten und weiteren professionellen Akteuren soll so zeitnah eine stabile Pflegesituation im Alltag hergestellt werden, um eine für den Patienten belasten-

de Wiederaufnahme ins Krankenhaus zu vermeiden. Dazu hat die Gesundheitskasse Pflegefachkräfte im Klinikum weiterqualifiziert und Kooperationspartner, wie beispielsweise die Alzheimer-Gesellschaft, eingebunden.

Nach dem Start in Rostock ist es das Ziel, das AOK Nordost-Programm „Pfiff“, das seit 2014 an 16 Brandenburger und zwei Berliner Krankenhäusern angeboten wird, schrittweise auch in ganz Mecklenburg-Vorpommern umzusetzen. Die Teilnahme an „Pfiff“ ist kostenlos und unabhängig von der Kassenzugehörigkeit. Weitere Informationen zu „Pfiff“ im Internet unter: www.aok-pfiff.de, wo unter anderem für Angehörige kurze Filme zur praktischen Anleitung zu sehen sind. In ihnen zeigt eine erfahrene Pflegefachkraft verschiedene Handgriffe zu ausgewählten Pflegeaufgaben wie etwa Augenpflege oder Betten eines Pflegebedürftigen. Interessenten an einer Schulung an der Rostocker Universitätsmedizin erreichen die Koordinatorin Manuela Mühlbach per Mail unter pfiff@med.uni-rostock.de oder telefonisch unter 0381 494 81 37.