

# Pfiff-Kurse: Hilfe für die Helfenden

Im Alter hat fast jeder mit Pflege zu tun / Aber wie geht das eigentlich? AOK und Unimedizin vermitteln Know-how

Von Kai Lachmann

**Greifswald.** Niemand will anderen zur Last fallen. Doch ein Unfall oder ein Schlaganfall können reichen, um für den Rest des Lebens auf die Hilfe anderer angewiesen zu sein. Ein Alptraum. Trotzdem muss es irgendwie weitergehen, am liebsten zu Hause. 75 Prozent aller Pflegefälle leben in den eigenen vier Wänden und werden dort beispielsweise von Ehepartnern oder den Kinder versorgt. Aber woher wissen die, wie das richtig geht? Sollen sie es sich selbst beibringen? Wer hilft ihnen, mit der neuen Situation umzugehen? Und wer sagt ihnen, wo es Hilfen gibt?

Bislang kümmert sich der Sozialdienst des Entlassungsmanagements der Uniklinik um die Aspekte, die die Verwaltung betreffen. Jedoch reicht das längst nicht aus. In Medizinerkreisen spricht man vom Drehtüreffekt: Nach der Entlassung werden bei der häuslichen Pflege Fehler gemacht, die dazu führen, dass der Patient bald wieder ins Krankenhaus muss.

Diese Lücke wollen die Krankenkasse AOK Nordost und die Greifswalder Universitätsmedizin nun schließen. „Pflege in Familien fördern“ kurz „Pfiff“ haben sie ihr Projekt genannt. Angehörige lernen dabei in Wochenendkursen mit praktischer Anleitung und theoretischer Wissensvermittlung, worauf

sie bei der Fürsorge zu Hause achten sollten. An anderen Kliniken sind vergleichbare Projekte zu Erfolgsgeschichten avanciert. „Pflege rückt immer mehr in den Mittelpunkt unserer alternden Gesellschaft. Deshalb ist es eine große Herausforderung für alle Akteure im Gesundheitswesen, sich diesem Thema verantwortungsbewusst zu stellen“, sagt Projektleiterin Katharina Graffmann-Weschke von der AOK. Eigentlich sei es selbstverständlich, im Alter mit Pflege zu tun zu haben. Deshalb sei der Kasse der Bereich „eine Herzensangelegenheit“.

Laut Peter Hingst, Pflegevorkaufmann in der Greifswalder Uniklinik, gehen Schätzungen davon aus, dass in den kommenden Jahren zwischen 70 000 und 145 000 Fachkräfte in Deutschland fehlen werden. Sollen also mit diesen Kursen Aufgaben auf die Schultern der Angehörigen verlagert werden, um diesem drohenden Missstand ein Stück weit zu begegnen? Hingst schließt das aus; auf solch eine Vermutung reagiere er gar „allergisch“. Die Kurse und Anleitungen könnten die professionelle Hilfe nicht ersetzen. Aber: „Wenn der häusliche Pflegedienst für eine halbe Stunde am Tag kommt, dann sind die Angehörigen immer noch 23,5 Stunden mit ihrer zu pflegenden Person zusammen. Und für diese Zeit soll es eine Grundanleitung geben.“

Wie die aussehen kann, erläutert

Frank Bohm, der in der Uniklinik als Pflegefachkraft arbeitet und zusammen mit seiner Kollegin Dörthe Husen die Kurse leitet: „Wir wollen die Angst vor dem Thema nehmen. Die Tätigkeiten sollen für die pflegende Person so schonend wie möglich ablaufen“, sagt er. Belastungen für den Rücken oder die Knie sollen vermieden werden. Dabei helfen auch Merksätze, zum Beispiel beim Aufrichten: „Massen fassen, Zwischenräume auslassen.“ Nach ersten Gesprächen könne direkt in der Klinik am Patientenbett geübt werden. Das geschehe alles in Gruppen. „Die Menschen sollen merken, dass sie nicht alleine sind.“

Neben den praktischen Hinweisen für den Alltag werden die Kurs Teilnehmer über weitere Hilfsangebote, etwa die Leistungen der noch recht unbekanntenen Pflegestützpunkte, informiert. Das ist zum Beispiel hilfreich, wenn der Wohnraum an die Bedürfnisse der zu pflegenden Person angepasst werden muss.

👉 Jedes Jahr gibt es 17 000 neue Anträge für Pflegeleistungen in Mecklenburg-Vorpommern – alleine bei uns.“

Markus Juhls, Presse AOK Nordost



**Pfiffiges Team:** Frank Bohm (r.) und Dörthe Husen (4.v.l.) leiten die Kurse. Mitarbeiter der Unimedizin, der AOK und des Pflegestützpunktes unterstützen das Projekt.

Foto: Christopher Kramp