

Schnelle Hilfe im akuten Pflegefall

Ein Schlaganfall oder Sturz verändert das Leben von der einen auf die nächste Sekunde. Rasche Unterstützung für pflegende Angehörige bietet das Programm „PfiFf“.

Von Silke Schimanski und Juliane Lange

Erfahrung hat Hannelore Molenda jede Menge gesammelt: Erst betreute sie ihre krebserkrankte Mutter, später die demenzkranke Nachbarin. Momentan kümmert sie sich um ihren Stiefvater. In puncto Pflege ist die 57-Jährige ein „alter Hase“. Braucht man da überhaupt noch einen Pflegekurs?

„Ich habe mich ganz bewusst für das Seminar an der Uniklinik in Rostock entschieden, weil ich weiß, was man alles falsch machen kann“, sagt sie. Pflege zu Hause sei schließlich keine leichte Aufgabe. Ein Pflegekurs soll Betroffenen und ihren Angehörigen fehlendes Wissen vermitteln. Immerhin sind in Deutschland derzeit rund 2,6 Millionen Menschen pflegebedürftig – Tendenz weiter steigend. 75 Prozent der Patienten werden zu Hause von der Familie, Freunden oder Nachbarn betreut. Dieses Engagement ist kräftezehrend – organisatorisch, psychisch und körperlich.

Eine Notsituation kann das Leben komplett verändern

Von der einen auf die andere Sekunde ist dann rasche Hilfe gefor-

dert – für den Patienten, aber auch für die Angehörigen. Um Betroffene auf die enorme Herausforderung vorzubereiten, hat die AOK Nordost das Projekt „PfiFf“ ins Leben gerufen. „PfiFf“ steht für „Pflege in Familien fördern“: Die Absicht ist, pflegende Angehörige durch individuelle Schulungen und Anleitungen für die Pflegetätigkeit nach einem Krankenhausaufenthalt des Patienten zu qualifizieren sowie in ihrer neuen Lebenssituation zu unterstützen und zu stärken. Angehörige erlernen in Wochenendkursen das Einmaleins der häuslichen Krankenpflege. Bereits vor der Entlassung des Patienten aus der Klinik können sich die künftigen Betreuer für einen solchen Wochenendkurs anmelden. Experten übernehmen dann bereits am Krankenbett die praktische Schulung der Pflegenden. Eine von ihnen ist Nana Baumgarten. An der Uniklinik Rostock arbeitet die 28-Jährige als Krankenschwester in der Abteilung Hämatologie und Onkologie. Dort leitet sie die Pflegekurse.

„Natürlich ist es ein großer Schock, wenn ein Familienmitglied oder Freund plötzlich zum Pflegefall wird“, sagt Baumgarten. Darum seien einfühlsame Beratungsgespräche und individuelle Pflegeanleitungen so wichtig. Die Rostockerin wurde eigens für das Programm ausgebildet. „Was Pflege zu Hause bedeutet, merken die meisten Angehörigen erst dann, wenn sich Stress und Überforderung breitmachen“, weiß die Krankenschwester. Doch dazu muss es nicht kommen. Lagern, waschen, Dekubitusprophylaxe, also Vorsorge gegen das Wundliegen, oder kraftsparende Handgriffe beim Aufrichten oder Aufstehen – all das üben die Teilnehmer unter professioneller An-

leitung. Das entlastet Pflegenden im Alltag deutlich.

„Das Anziehen der Stützstrümpfe hat mir früher Mühe bereitet“, erzählt Hannelore Molenda. Jetzt ist es kein Problem mehr. Zu Beginn des Kurses stehen Lockerungsübungen für Schultern und Rücken auf dem Programm. Schließlich geht es auch darum, sich selbst etwas Gutes zu tun. „Keinem Pflegebedürftigen ist damit geholfen, wenn sein Helfer irgendwann in die Knie geht“, betont Nana Baumgarten. Deshalb gibt sie nicht nur Entspannungstipps für den Alltag, sondern klärt auch darüber auf, wie Pflegenden durch technische Hilfsmittel oder ehrenamtliche Pflegekräfte entlastet werden können.

Neben den körperlichen Anstrengungen bedeutet Pflege immer auch eine enorme emotionale Belastung. Häufig ist mit der Betreuung der drohende Verlust eines nahestehenden Menschen verbunden. „Auch darüber sprechen wir in unseren Runden“, sagt Baumgarten.

Die Pflegekurse können auch zu Hause stattfinden

Im Mai jährt sich das von der AOK Nordost entwickelte Programm zum ersten Mal. Es besteht aus aufeinander aufbauenden Modulen. Die erste Beratung findet bereits am Krankenbett statt. Darüber hinaus werden in der Klinik Pflegekurse angeboten, auch Hausbesuche sind möglich. Das Gros dieser Aufgaben übernehmen Pflegefachkräfte im jeweiligen Klinikum, aber auch Kooperationspartner wie die Alzheimer-Gesellschaft. Parallel werden die Beantragung einer Pflegestufe, die Organisation von Hilfsmitteln oder Fragen zur Patientenverfügung geklärt. Auch die örtlichen Pflegestützpunkte sind eingebunden.

In Mecklenburg-Vorpommern gibt es landesweit 14 Pflegestützpunkte. Insgesamt 52 Mitarbeiter stehen den Hilfesuchenden und ihren Angehörigen unabhängig und kostenfrei zu Diensten. Zudem können alle Angebote und Seminare unabhängig von der Kassenzugehörigkeit in Anspruch genommen werden.

„PfiFF“-Kurse und Termine in Mecklenburg-Vorpommern

Die „PfiFF“-Kursthemen behandeln unterschiedliche Aspekte der Pflege: Das beginnt mit Informationen zu den wichtigsten Pflegetätigkeiten bei der Körperpflege. Außerdem werden wichtige Aspekte zu vorbeugenden Maßnahmen in der Pflege beschrieben. Fragen zur Gesunderhaltung des Pflegebedürftigen, wie Bewegung und Ernäh-

rung, sind ebenfalls Inhalte der Kursthemen. In MV nehmen folgende Krankenhäuser am „PfiFF“-Programm teil: Universitätsmedizin Greifswald, Universitätsmedizin Rostock, Kreiskrankenhaus Wolgast, Helios Kliniken Schwerin, KMG Klinikum Güstrow und Boizenburg sowie das Sana Krankenhaus auf Rügen.

Diese Kliniken bieten Termine an (Auswahl): Greifswald 15./16. Juli, Rostock 11./18./25. Mai – jeweils von 15.00 bis 18.00 Uhr
Güstrow/Boizenburg jeweils 5. August von 17.00 bis 20.00 Uhr,
6. August von 9.00 bis 15.30 Uhr.
Bitte informieren Sie sich zusätzlich bei dem Krankenhaus in Ihrer Nähe!