

Mutmacher für die häusliche Pflege

Kurse für Angehörige am Lutherstift / Projekt soll Pflegenden Praxiswissen vermitteln

VON THOMAS GUTKE

Frankfurt (MOZ) Wenn der Ehepartner, die Mutter oder der Vater zu Hause gepflegt werden, dann kann dies Angehörige schnell überfordern. Das von der AOK initiierte Projekt Pfiff am Lutherstift unterstützt Betroffene bei den vielen Herausforderungen im Alltag.

Schlaganfall, Herzinfarkt, Krebs-OP: Von einem Tag auf den anderen können schwere, oft altersbedingte Erkrankungen, Menschen, die eben noch voll im Leben standen, zum Pflegefall machen. Ein Ausnahmezustand, und zwar nicht nur für die Betroffenen selbst, sondern auch für die Familienangehörigen, die den Verlust an Selbstständigkeit der ihnen nahestehenden Menschen auffangen und die Pflege zu Hause organisieren wollen. „Doch viele haben am Anfang ein Gefühl der Überforderung und große Angst, das nicht bewältigen zu können“, berichtet Anke Knott, Krankenschwester am Lutherstift. Von jetzt auf gleich müssen Angehörige sich um die Körperpflege des Betroffenen kümmern, seinen Gesundheitszustand im Blick behalten und auch die Wohnung an die neue Situation anpassen.

Fehlende Fachkenntnisse oder Ansprechpartner können den Angehörigen dabei das Leben schwer machen. Anke Knott erzählt vom Fall einer älteren Dame, deren Ehemann plötzlich pflegebedürftig wurde. „Weil sie das falsche Inkontinenzmaterial benutzte, kam sie mit den Wäschebergen nicht mehr hinterher. Sie persönlich hat das na-

türlich als Katastrophe erlebt.“

Hier setzt das Pfiff-Projekt an. Es steht für Pflege in Familie fördern und will eben genau das: Familienmitglieder, Angehörige, Freunde und Nachbarn die häusliche Pflege erleichtern, ihnen fachliche Hintergründe, Tipps und Kontakte für den Alltag mit an die Hand geben. Angeschoben wurde das Projekt von der AOK-Krankenkasse, das Lutherstift setzt es als Partner um und wird dabei unter anderem vom Pflegestützpunkt sowie von der Alzheimer-Gesellschaft unterstützt. Anke Knott ist seit diesem Jahr Pfiff-Beauftragte in Frankfurt und lädt alle zwei Monate entweder an einem Tag oder verteilt auf zwei Tage zu einem Pflegekurs ein. Alle Interessierten können das kostenlose Angebot Anspruch nehmen, nicht nur bei der AOK Versicherte.

In den Kursen erfahren die Teilnehmer, wie sie dem Pflegebedürftigen rückschonend aufhelfen und ihn bewegen. Wie sie ihn beim täglichen Waschen, Zähneputzen oder dem Toilettengang – wenn er es denn noch selbst kann – aktivierend begleiten und unterstützen können. Und wie sie Stürzen oder Folgeerscheinungen des ständigen Liegens (Stichwort Dekubitus) mit Lagerungstechniken vorbeugen. Außerdem erhalten die Teilnehmer einen Überblick über technische Hilfsmittel; vom Toilettstuhl über Duschhocker bis zum Pflegebett. „Es werden auch spezielle Themen besprochen, wie Haar- und Nagelpflege oder, wenn das gewünscht wird, Tod und Sterben“, erklärt Anke Knott. Gleiches gilt für das Thema Demenz. Wichtig sei, dass die An-

gehörigen sich austauschen und erfahren, dass sie mit ihrer Situation nicht alleine sind.

Ein weiterer Punkt: die Teilnehmer lernen, wo es Hilfe gibt, und wie sie sich auch mal eine Auszeit ermöglichen. „Ziel ist es ja, den Menschen Mut zu machen, den Partner, die Mutter oder den Vater solange wie möglich in der Häuslichkeit zu belassen“, sagt Anke Knott. Denn fakt ist: Die Zahl der Pflegebedürftigen steigt – bedingt durch den demografischen Wandel – von Jahr zu Jahr. Laut statistischem Bundesamt waren es bei der letzten Erhebung rund 2,6 Millionen Menschen in Deutschland. 71 Prozent davon wurden zu Hause gepflegt, wobei in einem Drittel der Fälle ambulante Pflegedienste halfen. Bleiben immer noch rund 1,2 Millionen Menschen, um die sich Angehörige komplett allein kümmern.

Der nächste Pflegekurs am Lutherstift in Frankfurt findet am 26. November statt, am anderen Lutherstift-Standort in Seelow bereits am 22. Oktober. Daneben werden für Angehörige, die kaum Zeit haben, auch individuelle Pflegeberatungen direkt am Bett des Patienten angeboten.

Ob einzeln oder in der Gruppe: Anke Knott, die seit 2000 am Lutherstift arbeitet, hat bereits bei mehreren Teilnehmern Aha-Effekte erlebt. Sie sagt: „Es ist einfach schön, wenn man den Menschen etwas mitgeben kann, was ihren Alltag erleichtert.“

Anmeldung unter 0335/5542250 oder per Mail an: ffo-pdl@diakonissenhaus.de. Für mehr Informationen: www.aok-pfiff.de.