

PfiFf-Themenblatt Nr. 12

Umgang mit einem erkrankten Freund oder einer erkrankten Freundin

Ein Sprichwort sagt: Freunde machen gute Zeiten schöner und schlechte Zeiten einfacher. Freundschaften bedeuten gegenseitige Unterstützung und Verständnis füreinander. In veränderten Lebenssituationen, wie z. B. durch Krankheit oder Pflegebedürftigkeit verursacht, sollen folgende Tipps helfen und unterstützen, die besondere Lebensphase zu begleiten.

Tipps 1 Mit einem Freund/einer Freundin, der/die erkrankt oder pflegebedürftig ist, in Kontakt bleiben

Schreiben Sie einen Brief, eine Postkarte oder eine Kurznachricht per Telefon, statt anzurufen. Das freut den/die Erkrankte/n, weil er/sie die Nachricht mehrmals lesen kann. Und es entlastet, weil er/sie nicht sofort Auskunft über den Gesundheitszustand/das Befinden geben muss.

Tipps 2 Nachrichten an einen erkrankten Freund/eine erkrankte Freundin bereiten Freude

Falls der/die Erkrankte/Pflegebedürftige nicht auf Ihre Nachrichten reagiert, seien Sie nachsichtig. Haben Sie Verständnis dafür, dass der/die Betroffene sich noch nicht meldet. Dafür kann es viele Gründe geben. Schreiben Sie trotzdem kleine Botschaften – sie bereiten sicher Freude.

Tipps 3 Einen Besuch bei einem erkrankten Freund/einer erkrankten Freundin ankündigen

Im Fall einer Erkrankung/Pflegebedürftigkeit kann es günstig sein, den Besuch vorher anzukündigen, statt spontan vor der Tür zu stehen. Das gibt dem Betroffenen Zeit, sich auf den Besuch körperlich und seelisch einzustellen.

Tipps 4 Mit einem Freund/einer Freundin, der/die erkrankt oder pflegebedürftig ist, im Gespräch bleiben

Wenn der/die Erkrankte nicht über die Krankheit und/oder Therapie sprechen möchte, seien Sie geduldig. Betroffene sortieren sich oft erst selbst, bevor sie mit Freunden darüber reden. Sprechen Sie über alltägliche Dinge, Arbeit, Familien, Kinder ... und über gemeinsame Interessen, welche sie verbinden.

Tipps 5 Einem erkrankten Freund/einer erkrankten Freundin Unterstützung anbieten

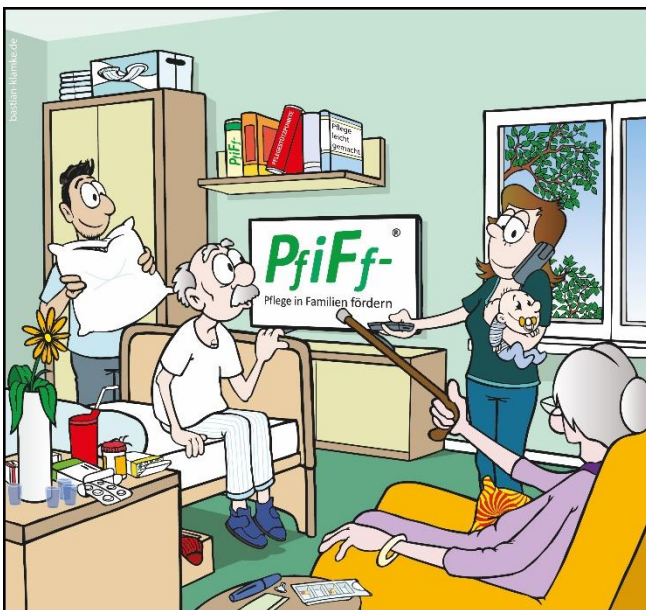
Wenn der/die Erkrankte/ Pflegebedürftige den Alltag nicht mehr alleine bewältigen kann, bieten Sie ihm/ihr Unterstützung an. Vielleicht können Sie gemeinsam Kochen, Fernsehen oder miteinander Schweigen. Ihre Anwesenheit ist Gold wert!

Tipps 6 Einem erkrankten Freund/einer erkrankten Freundin beistehen

Wenn der/die Erkrankte weiterhin Kraft verliert, akzeptieren Sie die Situation und versuchen Sie ihn/sie auch in der letzten Lebensphase zu begleiten. Dass Sie da sind, wirkt tröstend und unterstützend, auch wenn Sie nicht viel miteinander sprechen. Denn „Reden ist Silber und Schweigen ist Gold.“

Tipps 7 Der Trauer um einem erkrankten Freund/eine erkrankte Freundin Zeit geben

Das Abschiednehmen von einem erkrankten Freund/einer erkrankten Freundin ist sehr emotional und braucht Zeit. In dieser ist das gemeinsame Trauern in der Familie und dem Freundeskreis oft entlastend. Nehmen Sie Unterstützung dafür wahr, zögern Sie nicht, mit z. B. einer Trauergruppe oder einem Trauercafé Kontakt aufzunehmen. Denn „geteiltes Leid, ist halbes Leid“.



© AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

Auf der Internetseite PfiFf – Pflege in Familien fördern sind weitere Informationen veröffentlicht, die dabei helfen, passende Entlastungs-, Beratungs- und Unterstützungsangebote zu finden.