

PfiFf-Themenblatt Nr. 16

Wie gelingt die Pflege eines Angehörigen bei räumlicher Distanz?

In Deutschland werden rund 82 % aller Pflegebedürftigen durch Familien, An- und Zugehörige zu Hause gepflegt, versorgt und betreut. Jedoch leben erwachsene Kinder immer seltener am selben Ort oder in der Nähe. Diese Entwicklung wird sich vermutlich in den kommenden Jahren weiter fortsetzen. Daher wird auch die Zahl der pflegenden An- und Zugehöriger steigen, die aus der Distanz heraus unterstützen, zunehmen.

Tipp 1 Anerkennung pflegender Angehöriger trotz räumlicher Distanz

Die Pflege eines Angehörigen findet nicht unbedingt in unmittelbarer Nähe statt. Häufig leben die Kinder und Enkelkinder weit weg. Auch wenn sie sich selbst nicht als pflegende Angehörige bezeichnen würden und auch nicht von der Umwelt als solche wahrgenommen werden, sind sie es dennoch!

Tipp 2 Räumliche Entfernung bedeutet auch zeitliche Entfernung

Räumliche Entfernung bedeutet auch zeitliche Entfernung; beeinflusst durch Kilometerzahl, Wegezeiten und Verkehrsanbindung. Dennoch sind pflegende Angehörige trotz räumlicher Distanz oft die wichtigsten Ansprechpartner/-innen für die Pflegebedürftigen und leisten als Ankerpunkt organisatorische sowie emotionale Unterstützung.

Tipp 3 Kommunikation überbrückt räumliche Distanz

Die räumliche Distanz zur pflegebedürftigen Person ist eine zentrale Herausforderung, insbesondere, wenn keine klaren oder verlässlichen Informationen über die tatsächliche Situation vor Ort verfügbar sind. Deswegen ist eine verlässliche Kommunikation aller an der Pflege Beteiligten, z. B. Freunde, Nachbarn und Bekannte so wichtig!

Tipp 4 Besondere Belastung pflegende An- und Zugehöriger

Häufig leiden pflegende An- und Zugehörige, die weit weg wohnen, darunter, dass sie seltener bei der pflegebedürftigen Person sind, wodurch sie die Situation vor Ort nicht gut genug einschätzen können. Auch ist belastend, dass sie im Notfall nicht schnell genug anreisen können. Insofern ist es wichtig im Umfeld der pflegebedürftigen Person einen Ansprechpartner zu haben. Andernfalls kann sich diese oft unbemerkte Anspannung negativ auf die Gesundheit auswirken.

Tipps 5 Unterstützung pro aktiv erfragen!

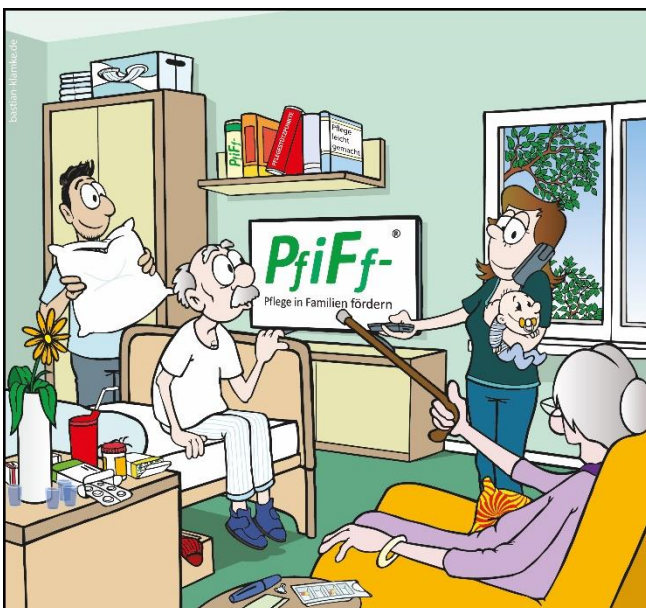
Pflegende An- und Zugehörige, die weit weg wohnen, meistern oft einen schwierigen Balanceakt, der viel Kraft und Energie fordert. Sie bewegen sich zwischen Arbeitsort, eigenem Wohnort und dem Wohnort der pflegebedürftigen Person. Die Unterstützung durch das private und berufliche Umfeld kann zum Gelingen beitragen, wenn sie gut geplant und abgesprochen wird.

Tipps 6 Pflegeberatung im Pflegestützpunkt hilft!

Pflege bei räumlicher Distanz bedarf einer guten Planung und Organisation: ein tragfähiges Netzwerk aus Familie, Freunden, Nachbarn, Ehrenamt und professionellen Unterstützungsangeboten ist hilfreich. Die Pflegeberatung im Pflegestützpunkt in der Region berät kostenfrei und neutral zu den Angeboten vor Ort.

Tipps 7 Räumliche Distanz digital überwinden

Pflegende An- und Zugehörige, die weit weg wohnen, können die Distanz durch digitale Angebote, z. B. Telefonate mit Bildübertragung, überwinden. So können sie den Kontakt zur pflegebedürftigen Person aufrechterhalten und die/den Angehörigen im privaten Umfeld sehen. Auch einige Arztpraxen bieten Videosprechstunden an.



© 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.