

Pflegende Angehörige

„Holen Sie sich Hilfe“

Birgit Meinhard-Schiebel, Präsidentin der Interessengemeinschaft pflegender Angehöriger, erzählt im Interview, warum das „Lebensrisiko Pflege“ keine Privatsache sein darf, was der Regisseur Michael Haneke damit zu tun hat und mit welchem Satz sie die Situation der rund 400.000 österreichischen PflegegeldbezieherInnen zusammenfassen würde.



vorrang: Sie haben viel Kontakt zu pflegenden Angehörigen. Wo liegen denn die größten Herausforderungen des häuslichen Pflegealltags?

Meinhard-Schiebel (M. Sch.): Die größte Herausforderung ist sicher, dass Menschen, die in eine solche Pflegesituation kommen, zumindest anfangs unterschätzen, welche Probleme und Belastungen auf sie zukommen. Pflege für einen Angehörigen ist einerseits eine große Verantwortung, die oft 24 Stunden am Tag andauert. Andererseits ist problematisch, dass Betroffene sich zu wenig Hilfe holen und so immer mehr unter großen Druck geraten.

vorrang: Pflegebedürftigkeit im Alter ist - anders als nach einem Unfall oder im Fall einer Krankheit - oft absehbar. Warum trifft dieses Szenario dennoch häufig unvorbereitet?

M. Sch.: Grundsätzlich verdrängen die meisten Menschen das „Lebensrisiko Pflege“. Sobald ein Pflegebedarf auftritt, wird dies fast immer als plötzliches Ereignis empfunden, das ist dann ein echter Schock-Zustand. „Damit habe ich nicht gerechnet“ – mit diesem Satz beschreiben die meisten pflegenden Angehörigen ihre Situation. Das Verdrängen kommt aus der Angst, eine Verantwortung zu

übernehmen, von der man nicht weiß, wann sie endet. Denn oft ist die Pflegeverantwortung ja bis zum Tod gegeben. Genau deshalb ist es notwendig, in breit angelegter Aufklärungsarbeit Bewusstsein zu schaffen, dass das passieren kann – und dass man sich Hilfe holen kann.

vorrang: Mit welchen Fragen sind Sie seitens pflegender Angehöriger am häufigsten konfrontiert?

M. Sch.: Wenn pflegende Angehörige bei Info-Veranstaltungen in Erscheinung treten, dann sind die ersten Fragen oft sehr pragmatisch: also Fragen nach spezifischen Pflegeein-

richtungen oder speziellen Heilbehelfen, die im Alltag gebraucht werden. Dahinter steht dann die ganze Problematik der Situation. Dieses Thema bricht aber oft erst danach heraus. Es gibt in Österreich fast 400.000 PflegegeldbezieherInnen, aber es ist oft schwierig, an sie heranzukommen. Viele kommen gar nicht zu diesen Info-Veranstaltungen.

vorrang: Warum nicht?

M. Sch.: Einerseits, weil die Information über das Angebot die Pflegenden oft nicht erreicht, oder weil die Pflegenden nicht auf die Idee kommen, sich Hilfe zu holen. Es ist auch oft schwer, sich Unterstützung zu organisieren, weil die Zugänge nicht einfach genug sind. Und schließlich wird es – insbesondere im ländlichen Raum – oft als Schande empfunden, die Situation nicht alleine bewältigen zu können. Pflege in der Familie wird als Privatangelegenheit gesehen, die niemanden anderen etwas angeht. Da werden dann zum Beispiel mobile Dienste gebeten, in der Nebengasse zu parken, damit niemand sieht, dass Hilfe von außen kommt.

vorrang: Wie kann man das ändern?

M. Sch.: Durch Öffentlichkeit. Die Menschen müssen das Gefühl haben, dass ihre Situation in den Medien abgebildet wird. Der Film „Liebe“ von Michael Haneke hat da zum Beispiel eine echte Welle ausgelöst. Pflegenden haben gesehen, dass sie nicht alleine sind. Ich würde mir eine Fernsehserie wünschen, in der Situationen aus dem Pflegealltag vorkommen. Das würde helfen, die Angst vor dem Thema abzubauen.

vorrang: Was raten Sie all jenen, die sich plötzlich mit der Notwendigkeit konfrontiert sehen, eine nahestehende Person zu pflegen?

M. Sch.: Holen Sie sich Hilfe. Und beschäftigen Sie sich damit, was man an praktischen Handgriffen für den Alltag braucht. Also zum Beispiel, wie man jemandem in den Rollstuhl hilft, beim Gehen auf Krücken assistiert, oder wie man eine bettlägerige Person umbettet. Dazu gibt es Videos, Kurse, es gibt viele Angebote. Wichtig ist, nicht erst zu dieser Hilfe zu greifen, wenn man selbst nicht mehr kann. ■



Birgit Meinhard-Schiebel über das „Lebensrisiko Pflege“

Veranstaltungen zum Thema

Das Ausbildungszentrum des Wiener Roten Kreuzes bietet eine Reihe kostenloser Abendveranstaltungen für pflegende Angehörige und Interessierte. Ausgewählte ExpertInnen geben zur Unterstützung und Begleitung Betroffener ihr Erfahrungswissen weiter, bieten Möglichkeiten des Austauschs und beantworten Fragen.

Die Termine und Themen im Überblick

Mo., 10.02.2014: Vorstellung der Interessengemeinschaft pflegender Angehöriger

Do., 27.03.2014: Demenz – den Alltag mit Validation meistern

Do., 24.04.2014: Hilfe bei der Körperpflege und bei unkontrolliertem Harn- oder Stuhlabgang

Mo., 23.06.2014: Pflegegeld und weitere Unterstützungsmöglichkeiten in der Österreichischen Pflegevorsorge

Di., 30.09.2014: Demenz – mit Validation den skurril wirkenden Verhaltensweisen sinnvoll begegnen

Mi., 19.11.2014: Hilfreiche Tipps für die Pflege zu Hause: Wickel, Aromatherapie, Kinaesthetics

Seminarzeiten jeweils von 18.00 bis 20.00 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos. Weitere Informationen und Anmeldung unter www.wrk.at/abz,

Tel: (0)1 795 80-6000,

E-Mail: abz-kundenzentrum@wrk.at

FOTOS: WRK/AN HECHENBERGER

