

# Situation der pflegenden Angehörigen



# Pflege zuhause = eine riesige Herausforderung!

„Pflegerische Angehörige“ sehen  
die Pflege als “normale“  
Familienaufgabe an.

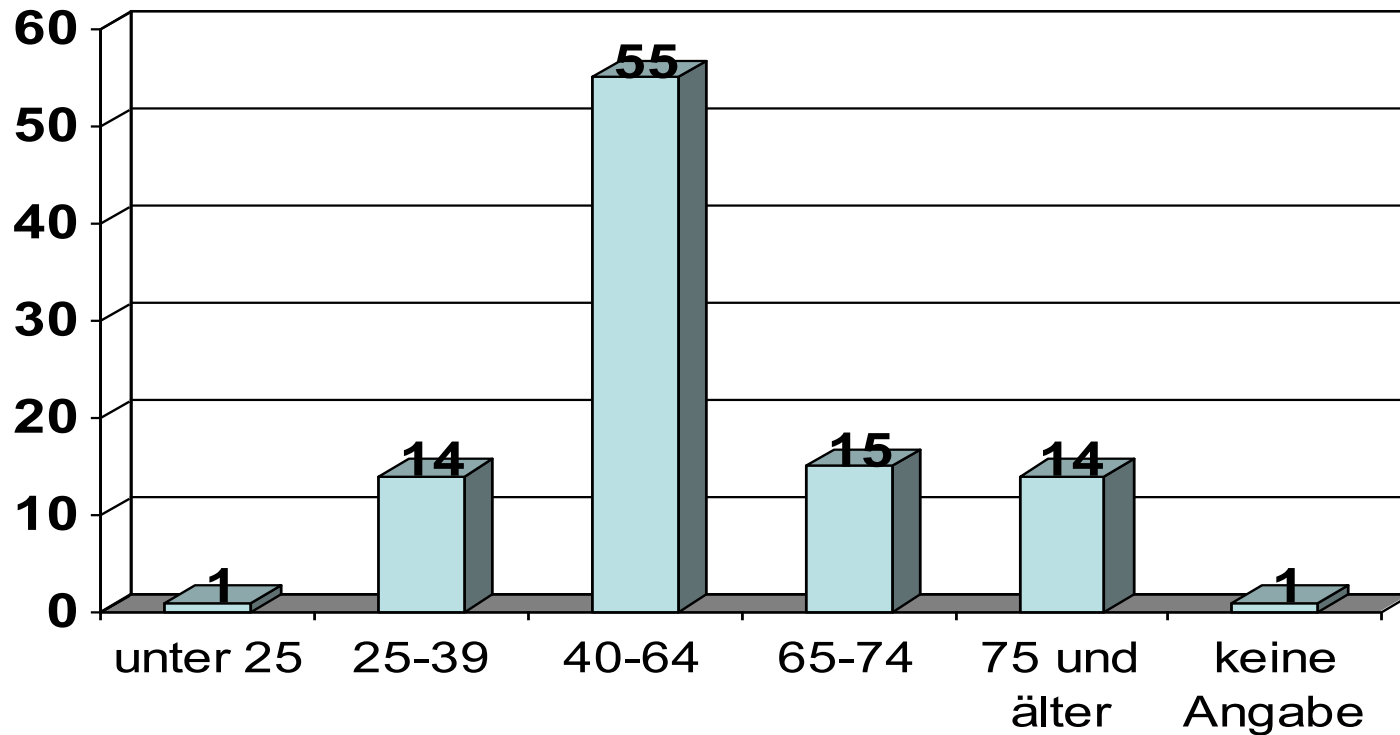
Sie erleben sich nicht als  
Bedarfsgruppe.

## Aktuelle Situation

- 4 Millionen pflegen
- 2,2 Millionen Pflegebedürftige
- 1,2 Millionen werden nur von pflegenden Angehörigen versorgt
- Hauptpflegepersonen sind zu 75 % Frauen
- 1/3 der pflegenden Angehörigen sind berufstätig

## Aktuelle Situation

- Altersstruktur der Hauptpflegepersonen



## Motive zur Pflegeübernahme

- Selten eine bewusste Entscheidung
- Liebe, Dankbarkeit („etwas Zurückgeben“), Pflichtgefühl, Tradition, Macht, Finanzen

# Entwicklung der Pflegebedürftigkeit

- Überraschend und unerwartet, z.B. nach Schlaganfall oder Unfall
- Schleichend, über Jahre hinweg, z.B. bei chronischen Erkrankungen

# Lebenssituation pflegender Angehöriger

- Pflege entspricht einer Vollzeitstelle
- Ständiger „Bereitschaftsdienst“
- Viele organisatorische Aufgaben

## Lebenssituation pflegender Angehöriger

- Mangelnde Zeit für Entspannung, Urlaub, Hobbys und Schlaf
- Soziale Beziehungen verringern sich, Freunde und Bekannte reduzieren den Kontakt
- Psychische Belastungen: z.B. Rollenkonflikte, schlechtes Gewissen



## Zahlreiche Belastungen I

- Zu wenig Zeit für sich selbst - „Nicht-Abschalten-Können“
- Stets „In-Bereitschaft-Sein“ („Full-Time-Job“)
- Veränderung der vertrauten Person, der Beziehung, familiäre Konflikte
- Mangelndes Verständnis und Unterstützung

## Zahlreiche Belastungen II

- Einstellen auf neue Situation (Mangel an Wissen, Lernen durch Probieren)
- Angst / Sorgen / Unsicherheiten
- Einschnitte im Privatleben / Veränderungen im Wohnumfeld
- Vereinbarkeit mit dem Beruf
- Bürokratische Hürden

## Entfremdung von eigener Gesundheit

- Durchhalten bis zur körperlichen Erschöpfung
- Ignorieren von Beschwerden
- Überschätzen der Potentiale
- Hilfe wird zu spät gefordert
- Annehmen von Hilfe wird problematisch

## Befunde bei pflegenden Angehörigen

- Umfangreiche Schmerzsymptomatik (Rücken-, Gelenk- und Kopfschmerzen)
- Herz- und Magenbeschwerden, Bluthochdruck
- Schlafstörungen
- Schwache Immunabwehr
- Depressive Verstimmungen, Ängste

## Häufigste Selbstpflegemaßnahmen

▪ Medikamente	37,0 %
▪ Ignorieren	34,0 %
▪ Professionelle Hilfe anfragen	19,1 %
▪ Beten	12,6 %
▪ Hausmittel einsetzen	11,2 %

## Schlechte Erfahrungen im System

- Nicht-Zuständigkeiten: „von Pontius bis Pilatus“
- Negativen Eindruck von den Professionellen
- Erfahrungen mit Begutachtungen
- Kampf um Leistungen

# Neuheit für Pflege

Netzwerk zum Gesundheitsschutz für  
nicht erwerbsmäßig Pflegende

## Hauptziel

- Vernetzung, Nutzung und Erweiterung der für die Pflegebedürftigen entwickelten Strukturen  
sowie Integration des
- Präventionsgedankens für nicht erwerbsmäßig Pflegende



# Trägergemeinschaft

- Unfallkasse NRW
- die Städte Dortmund und Solingen
- Barmer GEK
- Ausschuss Altenhilfe der Landesarbeitsgemeinschaft der freien Wohlfahrtspflege in Nordrhein Westfalen
- Landestelle pflegende Angehörige

## Erweiterte Zielsetzung

- Aufklärung der nicht erwerbsmäßig Pflegenden über die Risiken der Laienpflege
- Steigerung der Eigenverantwortung der nicht erwerbsmäßig Pflegenden für ihre eigene Gesundheit
- Steigerung der Inanspruchnahme von bestehenden Unterstützungsangeboten

## Erweiterte Zielsetzung

- Verbesserung der Kommunikationsstrukturen zwischen nicht erwerbsmäßig Pflegenden und den mit ihnen beruflich befassten Personengruppen
- Stärkung der Lobby nicht erwerbsmäßig Pflegender durch Schaffung von Transparenz und Offenheit für deren Probleme

## Erweiterte Zielsetzung

Einbindung und Vermittlung bürgerschaftlich Engagierter in vernetzte Versorgungsangebote auf kommunaler Ebene

z.B. Betreuungsgruppen für Demenzkranke, Helferkurse und Agenturen zur Vermittlung von entlastenden Diensten

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**