



Pflege | 16.10.2015 | Nr. 466/15

## **Katja Rathje-Hoffmann: zu TOP 17: Mehr Hilfe zur Selbsthilfe für pflegende Angehörige**

Es gilt das gesprochene Wort  
Sperrfrist Redebeginn

In der gewohnten Umgebung alt zu werden. Wer von uns wünscht sich das nicht? Zum Glück kann diesem Wunsch in den meisten Fällen entsprochen werden. In über 70 Prozent der Fälle pflegen Familie, Angehörige oder auch Freunde und Nachbarn.

Damit ist die so genannte „informelle Pflege“ - wie es der AOK-ChefJürgen Graalmann auf dem Deutschen Pflegetag in diesem Jahr nannte - eine der tragenden Säulen unseres Sozialsystems mit einer Wertschöpfung von rund 29 Milliarden Euro im Jahr.

Zur Orientierung: Die Ausgaben der Sozialen Pflegeversicherung umfassen heute insgesamt rund 23 Milliarden Euro. In der Öffentlichkeit spielt die informelle Pflege bisher aber nur eine untergeordnete Rolle. Nur wenige pflegende Angehörige reden öffentlich über die täglichen Anstrengungen in der Pflege ihres Partners, ihrer Eltern oder auch kranker Kinder.

Trotz einiger gesetzlicher Verbesserungen in den letzten Jahren – Pflegestärkungsgesetz II, Einführung einer Familienpflegezeit, um nur einige Beispiele zu nennen - ist es auch weiterhin schwierig, Familie, Pflege und Beruf unter einen Hut zu bringen.

Der gesellschaftliche Anspruch, mehr Frauen ins Erwerbsleben zu bekommen, ist konträr zu der Realität, dass informelle Pflege heutzutage überwiegend noch von Frauen geleistet wird. Die täglichen Belastungen für die pflegenden Angehörigen sind enorm. Und nur wenige bereiten sich darauf vor, wie schwierig der Alltag als pflegende Person ist, wie Kräfte raubend und isolierend diese Aufgabe sein kann.

Sie kann es sein! Sie sollte es nicht sein! Und sie muss es auch nicht sein!

Doch seien wir mal ehrlich: Wer von Ihnen kann schon aufzählen, welche vielfältigen Angebote es bereits gibt, um pflegende Angehörige zu unterstützen?

Wir alle müssen uns also fragen: Wie kriegen wir das bereits vorhandenen Angebot zu den potenziellen Nachfragern, den pflegenden Angehörigen?

Unser Ziel muss es sein, dass pflegende Angehörige die Palette an Angeboten kennen und daraus so früh wie möglich die für sie notwendige Hilfe und Unterstützung wählen. Als Beispiel möchte ich hier einmal die Pflegekurse der Krankenkassen nennen:

Eine Forsa-Umfrage hat ergeben, dass 70 Prozent der Pflegenden zumindest zeitweise psychisch und physisch belastet sind. Dabei wirkt sich eine Demenzerkrankung und / oder eine hohe Pflegestufe noch belastender aus.

Doch nur etwa jeder 10. Anspruchsberechtigte nutzt die Möglichkeit, sich fachlich in der Pflege schulen zu lassen, um damit besser, effektiver und schonender zu pflegen und damit auch sich selbst zu schützen.

Mehr als die Hälfte der Befragten gibt an, Kurse und Angebote, wie z.B. Nachtpflege, Pflegekurse, niedrigschwellige Angebote der Wohlfahrtsverbände, Tagespflege und ambulante Pflegedienste zu kennen, doch kaum einer nimmt diese Angebote in Anspruch.

Und genau hier muss angesetzt werden. Pflegende Angehörige brauchen eine fundierte und umfangreiche Beratung über Entlastungsangebote und über finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten.

Diese Beratungen bieten Kranken- und Pflegekassen, Pflegestützpunkte, Seniorenvertretungen, Kirchen und viele weitere häufig schon an, doch wissen es viele nicht. Daher müssen die Angebote gemeinsam mit den Kranken- und Pflegekassen, Pflegestützpunkten, Kirchen, Kommunen, Ärzten, Apotheken und allen weiteren Beteiligten besser bekannt gemacht werden.

Dort, wo sie von Betroffenen gesehen und gehört werden, wie zum Beispiel in Apotheken, bei Ärzten oder im Rundfunk. Ebenfalls sollte überlegt werden, ob bestehende Angebote besser auf die Bedürfnisse der pflegenden Angehörigen zugeschnitten werden müssen.

Was wir brauchen ist mehr praktikable Hilfe zur Selbsthilfe, um dem größten Wunsch der großen Mehrheit in der Angehörigenpflege zu entsprechen, einen Heimaufenthalt zu vermeiden und / oder möglichst lange hinauszuschieben. Pflege darf nicht die Pflegenden selbst krankmachen – Pflege braucht ein gutes Netzwerk, das auch gern in Anspruch genommen wird.