

Pflegende Angehörige – versteckte Patienten?

An 99. Mittwochforen wurde eine bestimmte Krankheit erklärt. Die Liechtensteinische Ärztekammer nimmt das Jubiläum zum Anlass, Menschen, die ihre kranken Familienmitglieder pflegen, in den Mittelpunkt zu stellen. Weshalb? Die «versteckten Patienten» leisten viel für unser Gesundheitswesen. Oft tragen sie private und berufliche Mehrfachbelastungen, Ängste und Sorgen in sich. Viele stossen irgendwann an ihre eigenen körperlichen und seelischen Grenzen.

Wer pflegt und betreut ältere, kranke Angehörige oder Menschen mit Behinderung daheim? Gemäss Studien der pflegenden Angehörigen sind es zwei Drittel Frauen und ein Drittel Männer. Frauen pflegen entweder ihren Partner oder einen Elternteil, Männer hingegen pflegen mehrheitlich ihre Partnerinnen. Das Hauptmotiv ist, dem grössten Wunsch der hilfsbedürftigen Angehörigen nachzukommen, nämlich sie so lange wie irgend möglich zuhause zu behalten. Menschen pflegen andere, ihnen nahestehende Menschen insbesondere aus Liebe und Zuneigung. Aber auch der Mangel an Alternativen sowie finanzielle Hintergründe spielen eine Rolle.

Mehr Aufwand, als ursprünglich angedacht

Schweizweit pflegen zehntausende Frauen und Männer ihre Familienmitglieder. Ohne diese Gratisleistungen würden die Gesundheitskosten stark steigen. Durchschnittlich investieren Partnerinnen oder Partner in der Woche rund 60 Stunden und Söhne oder Töchter rund 26 Stunden in die Pflege ihrer Angehörigen. Das ist oft viel mehr, als ursprünglich vorgesehen oder angedacht war. Die starke physische und psychische Belastung führt mitunter zur Überforderung. Es fehlt an freier Zeit, um sich zu erholen und den eigenen Bedürfnissen nachzugehen, welche hinten angestellt werden. Hinzu kommt, dass die Angehörigen oft auf sich alleine gestellt sind, es fehlt die Anerkennung sowie der fachliche Austausch.

Gesundheitliche Konsequenzen

In der Studie SwissAgeCare-2010 sprach über die Hälfte der Pflegenden von negativen Folgen auf deren eigene Gesundheit. Viele hätten eine Auszeit nötig, die sie sich nicht nehmen wollen oder nicht nehmen können, weil Ersatz fehlt. Eben diese Entlastungsmöglichkeiten sind aber von grosser Bedeutung und Wichtigkeit, damit die Mehrfachbelastung der pflegenden Menschen über lange Zeit ohne gesundheitliche Konsequenzen für sich selbst zu bewältigen sind.

Professionelle Unterstützung

Pflegenden Angehörigen fällt es selbst oft schwer, Grenzen einzuhalten, die sie sich gesetzt haben. Wenn der Pflegegrund kein Unfall ist, ist der Pflegebeginn eines Angehörigen ein schleichender Prozess. Es empfiehlt sich, eine langfristige Pflegelösung reiflich zu überlegen, da es beiderseits ein Entscheid mit Folgen ist. Falls möglich, sollte zwischen dem Angehörigen und der pflegenden Person regelmässig offen darüber gesprochen werden, welche Art von Betreuung erwartet wird, unter Berücksichtigung der Wünsche und Möglichkeiten beider Seiten. Auch, dass die zu einem Zeitpunkt getroffene Abmachung nicht endgültig ist, muss klar sein. Wenn sich die Situation bei einem der beiden ändert, müssen die Bedürfnisse neu geklärt werden oder es gilt, Ausschau nach einer neuen Lösung zu halten. Klar ist, auf Dauer lässt sich eine ständige Pflege nur mit professioneller Unterstützung (z.B. Familienhilfe, Spitex, Verwandtschafts- oder Mahlzeitendienste, Ferienvertretung, o.ä.) sicherstellen.

Volkswirtschaftlicher Wert

Der unermüdete Einsatz ist viel wert, nicht nur zwischenmenschlich, sondern auch volkswirtschaftlich. 2013 leisteten Schweizer Angehörige rund 64 Millionen Pflege- und Betreuungsstunden. Müsste diese Gratisarbeit bezahlt werden, würde das ca. 3,5 Milliarden Franken kosten, das Gesundheitswesen würde massiv verteuert. Familie, Freunde, Verwandte, Nachbarn und die Gesellschaft sind dafür verantwortlich, dass pflegende Angehörige zu sich selbst Sorge tragen und eine gangbare Lösung finden, damit sie nicht selbst zu Patienten werden.

Podiumsdiskussion am 100. Mittwochforum

- Prof. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello, Verfasserin der Studie SwissAgeCare: Pflegende Angehörige von älteren Menschen
- Thomas Lampert, Koordinator Prävention und Angehörigenberatung St. Pirminsberg
- Dr. Christoph Wanger, Facharzt für Innere Medizin, Schaan
- Helene Frick-Sele, Leiterin Pflege und Betreuung Familienhilfe
- Eine pflegende Angehörige