

Top-Thema | 08.03.2016 Pflege durch Angehörige

Wie Sie Überforderung vermeiden

Die meisten Menschen möchten ihren Lebensabend in den eigenen vier Wänden verbringen. Doch wie soll das funktionieren, wenn man sich nicht mehr selbst versorgen kann? In der Regel springen Angehörige ein und übernehmen die anfallenden Aufgaben – eine Herausforderung, die schnell zu Überforderung führt. Heike Nordmann vom Landesverband freie ambulante Krankenpflege NRW e.V. erklärt, wie man für Unterstützung sorgt.



Pflege durch Angehörige

Der körperliche und geistige Zerfall verändert Menschen und verlangt den Pflegenden viel Geduld ab - selbst wenn sie den Betroffenen sehr mögen.

(Quelle: imago/Westend61)

Je nach Dauer und Intensität geht die Pflege von Angehörigen an die Substanz. Vor allem im Umgang mit dementen Menschen kommt man schnell an seine Grenzen. Körperlicher und auch geistiger Verfall verändern einen Menschen und fordern viel Toleranz und Geduld vom Pflegenden. Pflegeexpertin Heike Nordmann rät, die Entscheidung, die Pflege für einen Angehörigen zu übernehmen, ganz bewusst zu treffen – nicht aus falschem Pflichtgefühl oder finanziellen Gründen. „Pflege verändert auch das Verhältnis, die Beziehung zueinander, mitunter massiv. Deshalb sollte auch möglichst in einer Art ‚Familienrat‘ besprochen werden, wer welche Hilfe leisten kann und welche Hilfe die pflegebedürftige Person annehmen kann“, so Nordmann.

Vor Überforderung schützen

Häusliche Pflege erstreckt sich oftmals über mehrere Jahre. Nordmann warnt: „Auch bei besten Absichten kann man irgendwann an seine Grenzen gelangen. Nicht selten kommt es dann zu Handlungen, die man sich nie vorstellen konnte. Gerade mit Demenzkranken ist es schwierig, immer die Nerven zu behalten, die Person nicht anzuschreien oder gar handgreiflich zu werden. Alle Alarmglocken sollten läuten, wenn man von Außenstehenden auf problematische Handlungsweisen angesprochen wird oder wenn man sich vor dem eigenen Tun erschreckt.“ Wichtig ist, immer wieder zu prüfen, ob die Pflege zu Hause noch die angemessene Lösung für alle Beteiligten ist – bevor die Situation brenzlig wird.

Kurzfristige Notfälle

Nicht selten rutscht man in die Verantwortung, weil ein naher Angehöriger plötzlich zum Pflegefall wird, beispielsweise durch einen Herzinfarkt. Für den akuten Pflegefall gibt es die Option, sich bis zu zehn Tage vom Job befreien zu lassen, mit Lohnausgleich durch die Pflegekasse.

Sobald sich eine längere Pflege abzeichnet, solle man die Organisation des Alltags auf möglichst viele Schultern verteilen, rät die Pflegeexpertin. „Zudem bietet die Pflegeversicherung Möglichkeiten, sich professionelle Hilfe von Pflegediensten ins Haus zu holen. Helfen kann auch, sich eine Auszeit zu nehmen, etwa durch Tagespflege oder Betreuungs- und Entlastungsleistungen“, so Nordmann. Als „Pfleger“ darf man vor allem auch sich selbst nicht vergessen und muss die eigenen Belastungsgrenzen akzeptieren, sonst lässt sich die Pflege nicht gut über einen längeren Zeitraum bewerkstelligen.



(<http://www.zdf.de/volle-kanne/volle-kanne-pflege-schwerpunkt-31579004.html>)

THEMA |

Der "Volle Kanne"-Pflegeswerpunkt (<http://www.zdf.de/volle-kanne/volle-kanne-pflege-schwerpunkt-31579004.html>)

Tipps rund um die Pflege zu Hause [mehr] (<http://www.zdf.de/volle-kanne/volle-kanne-pflege-schwerpunkt-31579004.html>)

Helfende Angebote

Angehörige können sich bei der Pflegekasse der zu pflegenden Person beraten lassen. Manche Pflegekassen bieten auch spezielle Programme für pflegende Angehörige an. Zudem weist Nordmann auf Angebote im direkten Umfeld hin:

„In vielen Bundesländern haben Kommunen und Pflegekassen sogenannte Pflegestützpunkte eingerichtet. Dort kennt man auch ehrenamtliche Unterstützungsangebote wie Kirchenkreise, Nachbarschaftshilfen oder Pflegebegleiter. Angehörige sollten sich frühzeitig erkundigen, welche Optionen in ihrem Umfeld angeboten werden.“ Außerdem sollen Krankenkassen für pflegende Angehörige bevorzugt Rehabilitationsmaßnahmen bewilligen. Ein Antrag könne sich also lohnen.

Finanzielle Unterstützung mäßig

Pflegegeld muss der Pflegebedürftige beantragen. Dieses Geld kann er an seine Angehörigen weitergeben. Darüber hinaus gibt es einen kleinen Ausgleich: Die Pflegekasse übernimmt Beiträge zur Rentenversicherung – in manchen Fällen auch Beiträge zur Arbeitslosenversicherung und zur Krankenversicherung. „Wer wegen der Pflege eines Angehörigen aus dem Beruf aussteigt oder seine Arbeitszeit reduziert, kann den damit verbundenen Lohnausfall durch ein zinsfreies Darlehen von Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben etwas abpuffern“, erklärt Nordmann. Insgesamt aber, gibt die Expertin zu bedenken, gäbe es bisher keine echte finanzielle Ausgleichsleistung für den Pflegeeinsatz Angehöriger.

Urlaub von der Pflege

Wenn Angehörige sechs Monate oder länger die häusliche Pflege übernommen haben, steht ihnen Urlaub zu. „Die Pflegeversicherung zahlt für den Ersatz beispielsweise durch einen Pflegedienst oder auch durch sonstige Personen, die nicht eng mit dem Pflegebedürftigen verwandt sind. Insgesamt stehen pro Jahr bis zu 2418 Euro für maximal sechs Wochen für die sogenannte Verhinderungspflege zur Verfügung“, informiert die Expertin.

Alle Leistungen der Pflegeversicherung müssen bei der Pflegekasse des Pflegebedürftigen beantragt werden. Hat die Pflegekasse den Antrag grundsätzlich bewilligt und eine Pflegestufe zugeteilt, stehen alle Leistungen zur Verfügung. Einzelne Leistungen wie die Verhinderungspflege, Betreuungs- und Entlastungsangebote oder Maßnahmen zur Anpassung der Wohnung müssen jedoch extra angefordert werden.

0

Neue Pflegegrade: Wer bekommt wie viel?

Pflegestufe 0

Demenzkranke in der heutigen Pflegestufe 0 bekommen nach der Reform im Pflegegrad 2 monatlich knapp 200 Euro mehr Pflegegeld (316 statt 123 Euro). Für Sachleistungen - also Betreuung oder Pflegedienst – gibt es dann 689 statt derzeit 231 Euro.

Pflegestufe 1

Demenzkranke in Pflegestufe 1 bekommen heute 316 Euro Pflegegeld, nach der neuen Einstufung 545 Euro. Für einen Pflegedienst gibt es aktuell 689 Euro, künftig 1298 Euro im Monat. Das ist der höchste Sprung – mit dem Ziel, eine möglichst lange Betreuung zu Hause zu ermöglichen.

Pflegestufe 2

Demenzkranke in Pflegestufe 2 erhalten derzeit 545 Euro Pflegegeld, später 728 Euro (Pflegegrad 4). Die Sachleistungen für die ambulante Pflege zu Hause steigen von 1298 auf 1612 Euro.

Pflegestufe 3

In Pflegestufe 3 steigt das Pflegegeld von 728 auf 901 Euro, die Pflegesachleistungen von 1612 auf 1995 Euro.

Leistungen für Heimbewohner

Für Heimbewohner fallen die Leistungen niedriger aus als für die ambulante Pflege, die mit der Reform gestärkt werden soll. In Pflegestufe 1 (später Pflegegrad 3) gibt es knapp 200 Euro mehr, in Pflegestufe 2 steigen die Leistungen um 445 Euro und in Pflegestufe 3 um knapp 400 Euro.

Schwerstpflegebedürftige

Im Heim steigen die Leistungen nur für Schwerstpflegebedürftige. In den unteren Pflegegraden sinken sie sogar – am stärksten bei Heimbewohner im späteren Pflegegrad 2: sie bekommen rund 300 Euro weniger. Wer schon 2017 als Pflegebedürftige anerkannt war, muss aber keine Abzüge befürchten.

Körperliche Einschränkungen

Pflegebedürftige mit ausschließlich körperlichen Einschränkungen bekommen in allen Stufen maximal 100 Euro mehr im Monat, bei den Sachleistungen sind es rund 150 bis 200 Euro.