

Unterstützung von Angehörigen im Pflegeheim

Es braucht ein offenes Miteinander

Ein Altersheim, eine schweizerische und eine deutsche Hochschule, zweiunddreissig Studierende, Angehörige, Pflegefachpersonen und Forschende: Das sind die Eckdaten einer spannenden Tagung zum Thema (pflegende) Angehörige im Berner Oberland.

Text: Carlen Fernando, Susanne Aeschlimann / Fotos: Fotolia / zVg



Die Angehörigen legen ihre Rolle als pflegende Angehörige nicht ab, wenn die zu Pflegenden in einer Institution leben.

Das Tagungsthema «Einbezug von Angehörigen in die Sterbebegleitung in Alters- und Pflegeheimen» im Pro Senectute Haus Reichenbach in Reichenbach (Kandertal) zielte auf den Austausch und das gegenseitige Lernen von Angehörigen, Mitarbeitenden, Studierenden und Forschenden. Wesentliche Inhalte bildeten das Konzept des Angehörigen-Supports im Pro Senectute Haus Reichenbach, wie dieses aus Sicht der Betroffenen erlebt wird, die Erwartungen der Angehörigen sowie mögliche Konzepte des Einbezuges von Angehörigen aus Sicht der Forschung.

Der grösste Pflegedienst

Pflegende Angehörige sind der mit Abstand grösste Pflegedienst in der

Schweiz. Alleine im Erwerbsalter übernehmen über 330 000 Personen regelmässig Betreuungs- und Pflegeaufgaben. Die Zahl pflegebedürftiger Menschen wird in Folge demografischer Entwicklung weiter zunehmen. Professionelle und institutionelle Pflege wird den Mehrbedarf an Betreuung und Pflege nicht bewältigen können. Daher sind pflegende Angehörige für die Gesundheitsversorgung unverzichtbar und müssen unterstützt werden. Wichtige Schritte in diese Richtung sind der bundesrätliche Aktionsplan zur Unterstützung betreuender und pflegender Angehöriger im Rahmen der nationalen Gesundheitspolitik (2014) und das Förderprogramm zur Entlastung pflegender und betreuender Angehöriger 2016

im Rahmen der Fachkräfteinitiative. Pflegende Angehörige benötigen jedoch weitere Unterstützung durch Institutionen des Gesundheits- und Sozialwesens. Nur ein kleiner Teil der pflegenden Angehörigen kommt in den Kontakt mit professionellen Diensten und viele Hilfsangebote erreichen die Angehörigen nicht. Das muss sich dringend ändern.

Zentrale Aspekte für die Übernahme der Pflege eines Angehörigen sind Liebe und Zuneigung, in kleinerem Masse auch moralische Verpflichtungen und Sachzwänge. Dabei ist nicht zu vergessen, dass in der Schweiz die gegenseitige Unterstützung immer noch als Kernaufgabe der Familie angesehen wird. Erfreulich ist, dass die Pflege und

Lohnende Zusammenarbeit

Betreuung von Angehörigen zunehmend auch von Männern in ihrer Rolle als Ehepartner oder Sohn erbracht werden. Da ein Grossteil der pflegenden Angehörigen im erwerbstätigen Alter ist, muss dringend die Vereinbarkeit von Angehörigenpflege und Erwerbsleben verbessert werden. Dies vor allem auch mit Blick auf die Tatsache, dass die Pflege- und Betreuungsleistungen mehrheitlich täglich und dies über Jahre erbracht werden müssen. Für zahlreiche pflegende Angehörige verändert sich die Lebenssituation drastisch. Viele von ihnen erzählen, dass «man völlig an die Grenzen» kommt, ob nun mit oder ohne Unterstützungsangeboten. So überrascht es nicht, dass pflegende Angehörige Gefahr laufen, selber zu erkranken.

Angehörigensupport im Haus

Im Pro Senectute Haus Reichenbach leben 60 Menschen in allen Pflegestufen. Nebst dem stationären Aufenthalt gibt es auch die Möglichkeit zum Kurzaufenthalt und zur Tagesbetreuung. Angehörige sind die grösste Gruppe, welche sich in der Institution bewegt. Um dieser Tatsache Rechnung zu tragen und ihren Bedürfnissen und Themen nachzukommen, besteht seit 2011 das Angebot des Angehörigensupports. Denn die Angehörigen legen ihre Rolle als pflegende Angehörige nicht ab, wenn die zu Pflegenden in einer Institution leben oder deren Angebote nutzen. Für die Gestaltung der Zusammenarbeit ist es wichtig, ein Verständnis für die Rollen, Aufgaben, Bedürfnisse und Ängste der Angehörigen zu entwickeln. Sie müssen in ihrer jeweiligen Situation als Profis wahrgenommen werden und die Möglichkeit haben, ihre Erfahrungen einzubringen.

Es werden zwei Formen der Angehörigenarbeit unterschieden: In der ersten beziehen die Pflegefachpersonen die Angehörigen in die Schritte des Pflegeprozesses ein, informieren sie bei gesundheitlichen Veränderungen und planen gemeinsam mit ihnen und den Bewohnern die nächsten Schritte. Hier liegt der Fokus beim Bewohner. Bei der zweiten Form steht der Angehörigen im Zentrum. Im Support wird besprochen, wie sich gesundheitliche Veränderungen des Bewohners auf die Rollen und Aufgaben sowie die Lebensgestaltung des Angehörigen auswirken. Nicht alle Angehörigen benötigen Support. Aber sie sind über das Angebot informiert

Der Tagung gehen eine langjährige, erfolgreiche Zusammenarbeit zweier Hochschulen und zahlreiche Forschungsprojekte voraus. Sie begann 2008 mit einem Kooperationsvertrag zwischen der Hochschule für Gesundheit Visp (HEdS) der HES-SO Valais-Wallis und dem Georg-Streiter-Institut für Pflegewissenschaft der Ernst-Abbe-Fachhochschule im deutschen Jena. Daraus resultierte neben internationalen Unterrichtswochen ein Forschungsprojekt mit dem Schwerpunkt «Integration von Angehörigen in die Sterbebegleitung im Alters- und Pflegeheim». Die Forschungsgruppe bestand aus je sechs Bachelorstudierenden der beiden Hochschulen.

«Angehörige pflegen» ist an der HEdS mittlerweile ein pflegewissenschaftlicher Forschungsschwerpunkt und zentrales Thema in der Zusammenarbeit mit dem Pro Senectute Haus Reichenbach. Dieses hat in den letzten Jahren ein spezifisches Angebot des Angehörigen-Supports mit spezifisch dafür ausgebildeten Mitarbeitenden aufgebaut. Von der Zusammenarbeit profitieren durch dWissenstransfer und Wissensaustausch sowohl die Hochschule als auch die Praxis. Neue Theorien und Konzepte können in der Praxis getestet und implementiert werden, und in der Aus- und Weiterbildung ist ein gemeinsamer Auftritt mit Theorie- und Praxisbezug garantiert.

und melden sich bei Bedarf, oder sie werden zwischendurch gezielt angesprochen. Das Angebot steht den Angehörigen Montag bis Freitag kostenlos zur Verfügung. Die meisten Gespräche finden telefonisch oder in Besuchssitu-



*In so einem Haus
will ich arbeiten.*



ationen statt. Die Koordination des Angehörigensupports liegt bei zwei Mitarbeiterinnen, die einen Diplomabschluss (DAS) in Angehörigen- und Freiwilligensupport absolviert haben.

Angehörige im Mittelpunkt

Im Plenum der Tagung gab es einem ersten Einblick in Theorie und Forschung. Danach standen die anwesenden Angehörigen mit ihren Erfahrungen im Mittelpunkt. Eindrücklich gaben sie Einblick in ihre Lebens- und Gefühlswelt sowie die Rolle als pflegende Angehörige. Einzelne Themen des Austausches werden nachfolgend exemplarisch thematisiert.

*«Es war nicht immer
einfach, zu vertrauen.»*

Die Angehörigen wollen wahrgenommen, gehört und über gesundheitliche Veränderungen ehrlich informiert werden. Sie erklären aber auch, dass sofortiges und gleich grosses Vertrauen zu allen involvierten Pflegefachpersonen schwierig ist. Dafür braucht es Zeit und ein offenes Miteinander.

In palliativen Situationen und ganz besonders in der End-of-Life-Phase fühlen sich die Angehörigen oft unsicher und alleine. Sie schätzen die Informationen über den Gesundheitszustand des Bewohners von Pflegefachpersonen, möchten aber auch ganz spezifisch in ihrer Rolle als pflegendende Angehörige angesprochen werden. Ein Einfaches «Wie geht es Ihnen heute?» oder «Wie kommen Sie in der Besuchssituation zurecht?» reicht meistens schon, damit sie sich wahrgenommen fühlen.

Die Kombination der Angehörigenarbeit der Pflegefachpersonen und des Angehörigensupports beschreiben die Angehörigen in der Bewältigung von palliativen Situationen als sehr tragend. Für

AutorInnen

Fernando Carlen, Pflegefachmann,
MAS Palliative Care, HES-SO/Wallis,
fernando.carlen@hevs.ch

Susanne Aeschlimann, Pflegefachfrau
FH, MAS Gerontologie, Angehörigen-
supporterin und Pflegeexpertin Pro
Senectute Haus Reichenbach, susanne.
aeschlimann@ps-hausreichenbach.ch

alle Angehörigen ist das Kennen der Ansprechperson und der Einbezug in die einzelnen Schritte der Pflege und Betreuung wichtig. Positiv erleben sie die frühzeitige Vorbereitung auf mögliche Symptome und Verhaltensweisen, um mit der Situation besser umgehen zu können.

«Weil ich wusste, was ein Delir ist, habe ich mich weniger erschrocken, als sich die ersten Symptome zeigten.»

Eine palliative Situation betrifft nicht nur den zu Pflegenden, sondern hat immer Auswirkungen auf das Angehörigen-System. Alle Angehörigen kommen aus einem anderen Kontext, ihre Erfahrungen unterscheiden sich in Dauer und Intensität, und sie haben Menschen mit



In palliativen Situationen und ganz besonders in der End-of-Life-Phase fühlen sich die Angehörigen oft unsicher und alleine.



unterschiedlichen Erkrankungen und verschiedenen Alters begleitet. Diese Diversität muss in der Angehörigenarbeit berücksichtigt werden, damit die Angehörigen in ihrer Einzigartigkeit wahrgenommen werden.

«Als Angehörige gehören wir dazu»

Pflegende Angehörige wollen wahrgenommen und einbezogen werden. Der Einbezug und viel Unterstützung sind durch ein gezieltes Management in der Institution sowie einen sorgsamem Umgang der Pflegenden möglich. Trotzdem gibt es immer wieder Situationen, in denen nur Aushalten und Mitgehen möglich ist. Sehr oft wird schlechtes Gewissen in Bezug auf den Eintritt ins Alters- und Pflegeheim genannt. Ein liebevoller Umgang mit den zu Pflegenden und der Einbezug der Angehörigen ist hier eine zentrale Hilfestellung. Sie hat auch wesentlichen Einfluss auf den späteren Trauerprozess.



An der Tagung im Pro Senectute Haus Reichenbach im Kandertal standen die Angehörigen im Zentrum.

Lehrreicher Austausch

Studierende wie Fachpersonen waren beeindruckt von der Tagung und insbesondere berührt vom Austausch mit den Angehörigen. Prägend waren für alle deren Geschichten, die in dieser Tiefe in der Aus- und Weiterbildung nicht vermittelt werden können und die in Lehrbüchern nicht zu finden sind. Die direkte Konfrontation von Theorien

und Erkenntnissen der Forschung und eine Reflexion von Praxisinstrumenten und die Einführung neuer Konzepte in einer Institution wurden von allen Teilnehmenden mit grossem Interesse verfolgt. Die exemplarische Aussage einer Studierenden «in so einem Haus will ich arbeiten» zeigt zudem, dass der Effekt einer solchen Tagung über das Erlernte hinausgeht.