

Wenn die Eltern plötzlich Hilfe brauchen

In Deutschland leben rund 2,25 Millionen pflegebedürftige alte Menschen. Etwa 68 Prozent von ihnen werden von Angehörigen betreut. Eine Aufgabe, die nicht immer leicht ist. Aber es gibt Unterstützung

So sieht Pflege heute aus

Ambulant vor stationär: So lautet ein Grundsatz der Pflegeversicherung. Denn sind Menschen pflegebedürftig, wollen sie dort versorgt werden, wo sie sich wohlfühlen. Also nicht im Heim, sondern zu Hause. **Eine Million Pflegebedürftige werden in Deutschland von ihren Angehörigen betreut**, etwa 500 000 von ambulanten Diensten.

Meist sind es Ehefrauen, Töchter oder Schwiegertöchter, die sich um ihre Angehörigen kümmern – ihre Situation hat sich

durch die Pflegereform 2008 etwas verbessert: Arbeitnehmer können sich bis zu zehn Tage freistellen lassen, um die Pflege zu organisieren. Wer in einem Betrieb mit mehr als 15 Beschäftigten arbeitet, darf bis zu sechs Monate unbezahlte Pflegezeit nehmen, sein Arbeitsplatz ist gesichert. Auch Angebote wie Kurzzeit- oder Überbrückungspflege, etwa in einem Stift oder einer Wohngruppe, sind eine Möglichkeit, um alte Menschen im Notfall zu versorgen – bis eine endgültige Betreuung gefunden ist.

Je nach Pflegestufe bekommt der Patient Pflegegeld. Wird er zu Hause von einem Angehörigen oder einer selbst gewählten

Person betreut, sind das in der Pflegestufe 1 monatlich 215 Euro. Diese Leistung steigt bis 2012 auf 235 Euro. Wenn ein ambulanter Pflegedienst ins Haus kommt, gibt es 420 Euro, der Satz erhöht sich bis 2012 auf 450 Euro.

Braucht der Betroffene eine Rundum-Betreuung und ist die Familie dazu nicht in der Lage, kann eine Pflegekraft aus dem Ausland (etwa über www.seniocare24.de) engagiert werden. Kosten: 850 Euro Vermittlungsgebühr pro Jahr, 1400 bis 1800 Euro im Monat. Auch die Agentur für Arbeit vermittelt Betreuerinnen.

Legal?

Viele Agenturen werben mit Pflegekräften aus dem Ausland. Aber nicht alle Angebote sind seriös. Tipps gibt der Bundesverband Deutscher Dienstleister und Vermittler in Pflege und Betreuung e. V. (www.bddv.org).

Wo Familien Unterstützung finden

Dass die Mutter ein Pflegefall wird, ist nicht planbar. Oft werden die Kinder davon überrascht. Dann sollte möglichst schnell ein Antrag auf Leistungen aus der Pflegeversicherung bei der Krankenkasse gestellt werden. Leistungen bekommt, wer mindestens zwei Jahre eingezahlt hat oder familienversichert war. Und: Seit dem 1. Januar 2009 hat jeder Versicherte einen **gesetzlichen Anspruch auf individuelle Beratung bei der Pflegekasse**. Ein Mitarbeiter erstellt zusammen mit den Angehörigen einen Hilfsplan mit

den Leistungen für den Pflegebedürftigen und wie die Betreuung organisiert wird. Brauchen Sie einen ambulanten Pflegedienst? Helfen ehrenamtliche Kräfte, etwa aus der Kirchengemeinde? Es gibt auch Kosten, die von der Krankenkasse übernommen werden. Das ist zum Beispiel dann der Fall, wenn die Mitarbeiterinnen des ambulanten Pflegedienstes Verbände wechseln oder dem Patienten Kompressionsstrümpfe anziehen.

Nach dem Antrag kommt ein Gutachter vom Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK) oder der Fir-

ma Medicproof (bei Privatversicherten) ins Haus und überprüft die Pflegebedürftigkeit. Wichtig: Auch hier sollte ein Angehöriger bei dem Besuch dabei sein. Manchmal verharmlösen Betroffene nämlich aus falschem Stolz vor fremden Menschen, wie hilfsbedürftig sie sind – und das kann mit der Einstufung in eine niedrigere Pflegestufe enden.

Generell kann man gegen den schriftlichen Bescheid des Medizinischen Dienstes innerhalb eines Monats **Widerspruch einlegen**. Dabei helfen: Sozialverbände wie VdK (www.vdk.de), SoVD (www.sovd.de), Verbraucherzentralen (www.vzvb.de), Beratungs- und Koordinierungsstellen der Gemeinden,

Kurse machen fit für die Pflege

Wie füttert man seinen bettlägerigen Vater? Wie hebt man die kranke Schwiegermutter rückenschonend in einen Rollstuhl? Was muss man tun, wenn der pflegebedürftige Mensch inkontinent wird? Anfangs sind Familienmitglieder mit der Betreuung eines Pflegefalls oft total überfordert. Damit sie den Alltag mit dem Patienten besser meistern, bieten die Gemeinden Kurse an, die Angehörige fit für die Pflege machen. Meis-

tens finden die zehnwöchigen Seminare in Sozialstationen unter der Anleitung einer ausgebildeten Krankenschwester statt. **Die Kursteilnehmer lernen wichtige praktische Dinge**, etwa wie man ein Bett bezieht, in dem jemand liegt, der sich nur schlecht bewegen kann. Die Expertin zeigt auch, wie man einen Patienten richtig wäscht. Wichtig: Hände und Füße hinterher gut abtrocknen, sonst können sich Pilze bilden, oder der Kranke wird wund. Tipp der Fachfrau: „Erklären Sie immer, was Sie tun

– das schafft Vertrauen.“ Die Teilnehmer erfahren, dass es für ein behinderten-gerechtes Badezimmer, ein verstellbares Bett und für das Gehwägelchen (Rollator) finanzielle Zuschüsse von der Pflegeversicherung oder der Krankenkasse geben kann. Und dass es spezielle Matratzen (Anti-Dekubitus) für Betroffene gibt, die vom langen Liegen schmerzhaft Druckstellen am Rücken bekommen haben. **Kurse für Angehörige zahlt die Kranken- oder Pflegekasse**. Dort kann man sich auch direkt dafür anmelden.

2030

gibt es bei uns etwa 24 Millionen Menschen über 65 Jahre. Die durchschnittliche Lebenserwartung für Frauen liegt dann bei zirka 86, für Männer bei etwa 81 Jahren.



Jolanta ist nicht nur Katharinas (87) Pflegerin. Sie nimmt die alte Dame gern mal in den Arm...



...und sorgt liebevoll dafür, dass sie sich wohlfühlt und gepflegt aussieht

„Jolanta aus Polen kümmert sich rührend um Mutti“



Die Pflege ihrer Schwiegermutter wuchs ihr eines Tages über den Kopf. Aber Monika Thiel (56, kleines Foto) fand eine gute Lösung

„Lange kam meine Schwiegermutter noch ganz gut allein zurecht“, erzählt Monika Thiel aus Berg (Rheinland-Pfalz). „Wir wohnen nur zehn Minuten voneinander entfernt, ich besuchte sie täglich, kochte für sie Mittagessen, wir plauderten ein bisschen – und dann konnte ich wieder gehen.“ Aber dann kam die Nacht im letzten Jahr, die alles veränderte: „Mutti stürzte im Bad, und weil sie schwere Arthrose im Bein hat, konnte sie allein nicht mehr aufstehen.“ Monika Thiel war sofort klar: „Wir können sie nicht mehr allein lassen. Sie braucht jetzt Hilfe rund um die Uhr.“ Und ein mobiler Pflegedienst, der nur zwei-, dreimal am Tag kommt, würde bei Weitem nicht ausreichen.

Eine Bekannte erzählte ihr von der Firma „Seniocare“, die Pflegekräfte aus Polen nach Deutschland vermittelt. Nach einem Beratungsgespräch mit der Agentur entschieden Monika Thiel und ihre Schwie-

germutter Katharina Selzer (87): „Wir probieren es einmal mit einer Pflegerin aus Polen.“

Eine gute Entscheidung: Seit dem 28. Januar kümmert sich Jolanta (47) liebevoll um die alte Dame. Monika Thiel ist erleichtert: „Die beiden verstanden sich sofort. Jolanta ist eine warmherzige Frau, sie hat große Erfahrung, pflegte viele Jahre ihre Großmutter.“ Die Familie zahlte eine Vermittlungsgebühr von 850 Euro, überweist monatlich 1500 Euro an Jolantas Arbeitgeber in Polen. Davon bekommt sie anteilig ihren Lohn.

Monika Thiel, die seit über zehn Jahren verwitwet ist, hat noch ein Häuschen in Ungarn, um das sie sich kümmert. „Jetzt kann ich unbesorgt dorthin fahren, denn ich weiß Mutti in guten Händen.“

Und Jolanta verwöhnt die alte Dame mit leckerem polnischen Essen – Pierogi, selbst gemachte Maultaschen mit Fleischfüllung: „Sehr, sehr lecker“, schwärmt Katharina.

So helfen Psychologen am Telefon

Bei der Pflege eines kranken Angehörigen gehen Familienmitglieder oft an ihre körperlichen und seelischen Grenzen. Sind Mutter oder Vater demenz, müssen sie häufig rund um die Uhr gepflegt werden. Und auch die Kinder brauchen dann dringend fachliche Hilfe. Psychologen der TU Berlin bieten jetzt einen besonderen Dienst an: Erst gibt es ein persönliches Beratungsgespräch, dann folgen sieben Telefonate in drei Monaten. Wichtige Themen: Wie bekomme ich Unterstützung von außen? Wie schaffe ich mir Freiräume? Ziel des Hilfs-Angebots: Entlastung durch Beratungsstellen und Kontakt zu Angehörigengruppen, die schon Erfahrung mit demenzkranken Eltern haben. Mehr Infos unter Tel.: 0 30/31 42 10 13.