



LEBEN IM ALTER

Corona: Vereinbarkeit von Beruf und Pflege

Ein kleiner Leitfaden mit Informationen und Tipps

Ältere Menschen und kranke Menschen sind durch das Coronavirus besonders gefährdet und niemand hat Erfahrung mit einer solchen Krise. Die sozialen Hilfenetze müssen ihre Maßnahmen abwägen zwischen den Notwendigkeiten zum Schutz der Klienten, zum Schutz der Mitarbeiter und nicht zuletzt zur Fortführung der notwendigen Versorgungsstrukturen unter Bedingungen, die wir bisher noch nicht gekannt haben und deren weiteren Verlauf wir nicht kennen. Dies führt zu weitreichenden Konsequenzen im sozialen Hilfenetz und gravierenden Herausforderungen für Angehörige und Betroffene, die schwer auszuhalten sind:

- **Die Einrichtungen, in denen hilfs- und pflegebedürftige Menschen leben, sind für Besucher flächendeckend in Deutschland geschlossen. NEU: In hessischen Einrichtungen, in denen hilfs- und pflegebedürftige Menschen leben, sind Besuche vom 4. Mai an wieder – stark eingeschränkt – möglich.**
- **Die Schließung der Gruppenangebote, häuslicher Entlastungsdienste und Tagespflegeeinrichtungen bedingt einen erhöhten häuslichen Betreuungsaufwand der (nicht selten dementen) Pflegebedürftigen, häufig parallel zum gestiegenen Betreuungsaufwand der Kinder; wichtige Sozialkontakte entfallen.**
- **Pflegedienste reduzieren infolge des Mangels an Schutzkleidung und Personal nicht lebensnotwendige Tätigkeiten, z.B. Mobilisierung, Hauswirtschaft.**
- **Der Alltag aller Beteiligten ist aus den Fugen geraten und doch haben gerade hilfsbedürftige Menschen ein starkes Bedürfnis nach Routine und Sicherheit – gebenden Ritualen.**
- **Es stellen sich Fragen wie „Wie kann ich meine*n Angehörige*n und mich vor Ansteckung schützen, wie verkraftet sie/er das, was kann ich überhaupt noch tun?“**
- **Die sekundären Folgen dieser Maßnahmen wie Vereinsamung, Verschlechterung des Gesundheitszustandes,**

z.B. durch mangelnde Bewegung, sind nicht abzusehen.

Die Situation scheint manchmal fast aussichtslos, Lösungen sind nicht in Sicht. Der vorliegende Leitfaden soll Sie mit Informationen, Tipps und Gedanken dabei unterstützen, diese schwierige Situation besser zu bewältigen.

SZENARIO 1

Die Angehörigen leben in einer betreuten Einrichtung oder einem Pflegeheim und es gibt ein Besuchsverbot.

Stationäre Einrichtungen und betreute Wohnanlagen handeln nach dem Nationalen Pandemieplan und den Pandemieplänen der Länder. Darüber hinaus sind bestimmte Einrichtungstypen, wie Krankenhäuser und Pflegeheime, verpflichtet, eigene (betriebliche) Pandemiepläne vorzuhalten und im Ernstfall umzusetzen. Daraus ergeben sich unterschiedliche Regelungen in den Bundesländern. Das können Sie tun:

- **Hier können Sie sich informieren, welche Regelungen für Hessen relevant sind: <https://soziales.hessen.de>**
- **Nehmen Sie Kontakt mit der Einrichtungsleitung auf und verschaffen Sie sich ein Bild darüber, wie die Regelungen vor Ort umgesetzt werden.**
- **Teilen Sie mit, wenn Sie berufstätig sind und ob Sie auch noch Kinder zu versorgen haben.**
- **Informieren Sie sich bei der Einrichtungsleitung darüber, wie die medizinische Versorgung gesichert ist und ob Sie Ihre Angehörigen zu medizinisch notwendigen Arztbesuchen abholen können.**
- **Wenn Ihre Angehörigen in einer betreuten Wohnanlage leben, fragen Sie nach, wie die tägliche Versorgung mit Essen, Putzen etc. geregelt ist und ob es Einkaufsdienste**

gibt.

- Fragen Sie, ob und mit welchem Pflegedienst kooperiert wird.
- Wahrscheinlich sind alle Angebote zur Beschäftigung gestrichen, fragen Sie nach Ersatzangeboten.
- Leben die Angehörigen in einer Pflegeeinrichtung, ist die pflegerische, medizinische und tägliche Versorgung gesichert. Allerdings finden sicher alle ehrenamtlichen Betreuungs-dienste und Angebote nicht statt. Dies ist schmerzlich, im Vordergrund steht jetzt aber der Schutz der vulnerablen Bewohner und auch des Pflegepersonals vor Ansteckung.
- Viele ältere Menschen können die Situation und Ihr plötzliches Fernbleiben womöglich nicht verstehen, sind verunsichert, traurig oder auch vorwurfsvoll. Bleiben Sie geduldig und versuchen Sie immer wieder zu erklären, dass niemand etwas zu dieser Situation kann.
- Besonders demenziell erkrankte Menschen reagieren mit noch größerer Verwirrung auf die vielen momentanen Veränderungen, da sie die Situation nicht nachvollziehen können. Zeigen Sie, dass sie zusammengehören mit kleinen wiederkehrenden Ritualen, wie tägliche Anrufe etc.
- All das wird auch Sie traurig machen. Sprechen Sie dies aus, mit Ihren Angehörigen, dem Pflegepersonal, Ihren Freunden, Verwandten, Ihrer Familie.

SZENARIO 2

Die hilfsbedürftigen Angehörigen leben zu Hause:

Pflegebedürftige, die zu Hause versorgt werden, sind auch dann am besten geschützt, wenn sie zu Hause bleiben. Wichtig ist jetzt eine Prioritätenliste zu erstellen. Was ist notwendig und muss getan werden (Essen kochen, einkaufen, medizinische und pflegerische Versorgung) und was kann zurzeit vernachlässigt werden.

Das können Sie tun:

- Die Schließung der Tagespflegeeinrichtungen und die damit notwendige Neuorganisation der Versorgung und Pflege stellen viele Angehörige vor große Herausforderungen. Sprechen Sie Ihren Arbeitgeber auf Möglichkeiten nach dem Pflegezeitgesetz an und fragen Sie auch nach weiteren entlastenden Möglichkeiten, wie Nutzung der Arbeitszeitkonten, Homeoffice, Beratungsangeboten im Unternehmen etc.
- Wenden Sie sich (telefonisch) an eine Pflegeberatungsstelle (Pflegestützpunkt, Beratungs- und Koordinierungsstellen etc.). Hilfsbedürftige, die nicht in der Lage sind, sich in dieser Situation selbst zu versorgen, können die Leistungen von ambulanten Pflege- und Betreuungsdiensten in Anspruch nehmen. Die Beratungsstellen klären Sie darüber auf, welche Schritte jetzt zu tun sind, zum Beispiel wenn noch nicht vorhanden, einen Antrag auf Eingruppierung in einen Pflegegrad zu stellen. Die

Pflegestützpunkte des Main-Kinzig-Kreises finden Sie hier:

Gelnhausen: pflegestuetzpunkt@mkk.de

Tel. 06051 48012 oder 48003

Hanau: pflegestuetzpunkt.HU@mkk.de

Tel. 06181 48181

Schlüchtern: pflegestuetzpunktSLU@mkk.de

Tel. 06661 97048171 oder 97048172

- Interessant: <https://www.ardmediathek.de/swr/player/Y3JpZDovL3N3ci5kZS9hZXgvdzEyMTUxOTg/haeusliche-pflege-waehrend-corona>
- Halten Sie alle Hygienemaßnahmen penibel ein und bleiben Sie, wo es möglich ist, auf Abstand. Erklären Sie den Angehörigen, dass Sie auch geschützt werden müssen, um die Besuche weiter aufrecht erhalten zu können.
- Schaffen Sie ein Hilfenetz. Dazu gehören Sie, die weitere Familie, Freunde, professionelle Hilfe durch Pflegedienste, aber auch die Nutzung der vielen Nachbarschaftshilfen für Einkaufsdienste etc.
- Die ehrenamtlichen Unterstützungsangebote oder Adressen für Notbetreuung erfahren Sie auch beim Bürgerservice Ihrer Stadtverwaltung oder des Landkreises.

Was Sie sonst noch tun können:

- Schreiben Sie einen Brief, vielleicht können Sie die Situation nutzen um zu schreiben, was Sie schon immer sagen wollten. Es kann die letzte Chance sein.
- Schicken Sie Fotoalben.
- Schicken Sie das Foto von „Tante Martha“ und lassen sich im nächsten Telefonat die Familiengeschichte erzählen.
- Schaffen Sie Rituale, z.B. rufen Sie täglich an, morgens, abends oder auch zweimal täglich. Dies gibt Sicherheit auch für Sie und Ihre Angehörigen.
- Bestellen Sie kleine Überraschungen und lassen Sie diese ins Heim/betreute Wohnen liefern.
- Lassen Sie Blumen schicken (besorgen).
- Ist es erlaubt, einen Kuchen vorbeizubringen? Auch für die Pflege?
- Schicken Sie dem Pflegepersonal eine Sprachnachricht für Ihre Angehörigen, diese können sie abspielen, oder nutzen Sie Skype.
- Sorgen Sie für Bewegung. Anregungen dazu finden Sie hier <https://www.aelter-werden-in-balance.de/online-bewegungsangebote/uebungsvideos/>
- Wenn der Angehörige demenzkrank ist, vertrauen Sie auf seine Empathie. Die Ausnahmesituation wird er-spürt. Vielleicht können Sie sich nicht mehr unterhalten aber singen, ein „Gute- Nacht- Gebet“ sprechen?
- Weitere Anregungen zum Umgang mit demenziell veränderten Menschen finden Sie auch in der App der Deutschen Alzheimer Gesellschaft „Alzheimer & YOU – den Alltag aktiv gestalten“, die Sie kostenlos auf Ihr

Smartphone laden können.

- Fürs iPhone: Link zum App Store: [„Alzheimer & YOU - Den Alltag aktiv gestalten“](#)
- Für Android-Smartphones: Link zum Google Play Store: [„Alzheimer & YOU - Den Alltag aktiv gestalten“](#)

Für alle ist die Situation sehr schwer. Manchmal sind es ganz einfache Dinge, die helfen – überfordern Sie sich nicht. Die Generation, die heute alt ist, weiß, wie man schwierige Situationen aushalten kann. Sie müssen die Situation nicht lösen – nur begleiten. Wir haben in der Altenhilfe die drei großen A's: Die Situation ANNEHMEN, wie sie ist, die Entscheidungen der Menschen darin AKZEPTIEREN und für sich schauen, was man selbst braucht, um das AUSZUHALTEN.

Verschaffen Sie sich Erholungsinseln, auch hier sind es manchmal die kleinen Pausen, wie der Spaziergang zum Abschalten. Stecken Sie die Ziele nicht zu hoch, dann haben Sie mehr Erfolgserlebnisse. Bedenken Sie, was Sie sonst noch alles leisten müssen, jetzt gerade, seelisch und praktisch. Und jede Krise hat auch eine Chance, vielleicht bewirkt die erzwungene Distanz ja eine große Nähe?



ElderCare-Steinfeld

Stefanie Steinfeld

s.steinfeld@eldercare-steinfeld.de