

**Kassel, 27. Januar 2020****Herausforderung häusliche Pflege*****Ohne Liebe geht es nicht***

Die Pflege eines Angehörigen fordert die ganze Familie. Hilfe bekommen pflegende Angehörige von den SVLFG-Pflegeberatern. Wie gut das funktioniert, zeigt das Beispiel der Familie Winter.

„Die Demenz meiner Schwiegermutter kam schleichend“, erzählt Maria Winter. Lange wollte es niemand wahrhaben, dass die von allen geliebte Oma mehr und mehr abbaute. Vor allem Schwiegervater Josef konnte es kaum verkraften, dass seine Frau immer mehr in der Vergangenheit lebte und zurückfiel in eine kindheitsähnliche Lebenswelt. In dem Maß, in dem sich Rosa Winter veränderte, wuchs der Pflegebedarf. Die Hauptlast trug über Jahre Schwiegertochter Maria. „Wir sind schon immer zusammen einkaufen gefahren, hatten zusammen gekocht und gegessen. Irgendwann war es so, dass ich für die Schwiegereltern mit putzen, die Wäsche mit waschen musste“, erzählt die Schwiegertochter. „Als abzusehen war, dass der Pflegebedarf weiter wachsen würde, haben wir uns für eine Pflegeberatung durch die Landwirtschaftliche Pflegekasse entschieden.“

Pflegeberaterin als Lotse

„Frau Waack, die zuständige Pflegeberaterin der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau, hat uns sehr geholfen. Sie war für uns da, wenn wir sie brauchten und hat uns auch zuhause besucht. Dafür sind wir ihr sehr dankbar“, sagt Sohn Hans Winter. „Wir haben besprochen, was meine Mutter benötigt, damit sie gut versorgt ist und was wir als pflegende Angehörige brauchen, damit wir diese Aufgabe gut erfüllen können“, erinnert er sich. „Frau Waack hat uns beim Antrag auf Feststellung der Pflegebedürftigkeit unterstützt und sie erklärte uns, welche Leistungen uns zustanden. Außerdem hatte sie auch einen guten Überblick über die Tagespflegeeinrichtungen in der Nähe, so dass wir ein Haus aussuchen konnten, das für meine Mutter und später auch für meinen Vater gepasst hat.“

Barrierefrei wohnen

Wichtig war der barrierefreie Ausbau des Badezimmers. „Die SVLFG-Pflegeberaterin hat uns geraten, für den notwendigen Umbau einen Zuschuss zu beantragen. So haben wir die Kosten von der Pflegekasse teilweise ersetzt bekommen“, erzählt Josef Winter. Der Eingang in die Altenteilerwohnung war zum Glück bereits barrierefrei. Vor allem, als später auch Josef Winter pflegebedürftig wurde und im Rollstuhl saß, lernte Familie Winter die Barrierefreiheit schätzen. „Mit einem Rollstuhl wird jede einzelne Stufe zum Problem“, weiß Maria Winter.

Pflegekurs mitmachen

Die Teilnahme an einem Pflegekurs war für Maria Winter sehr hilfreich. „Dort habe ich zum Beispiel bestimmte Handgriffe und Bewegungsabläufe gelernt, wie man eine bettlägerige Person so im Bett bewegt, dass es weder für sie noch für mich zur körperlichen Belastung wird.“

**Sozialversicherung für
Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau**

Weißensteinstraße 70 - 72
34131 Kassel

Telefon: 0561 785-0
Internet: www.svlfg.de
E-Mail: kommunikation@svlfg.de

Pressesprecher:

Dr. Erich Koch
Telefon: 0561 785-12142
Martina Opfermann-Kersten
Telefon: 0561 785-16183

Je nach Anforderung kann die Pflegeperson zwischen einem Gruppenkurs oder einer individuellen Schulung durch eine Pflegekraft im häuslichen Umfeld des Pflegebedürftigen wählen. Damit die Landwirtschaftliche Pflegekasse (LPK) die Kosten übernehmen kann, muss vor Beginn des Kurses ein Kostenvoranschlag des anbietenden ambulanten Pflegedienstes eingereicht werden.

Pflegedienst hilft

„Wir engagierten einen Pflegedienst, der zweimal täglich zur Körperpflege kam.“ Das war eine echte Erleichterung für Maria Winter. Die Körperpflege eines alten Menschen ist für den Laien eine Herausforderung. Zum einen, weil es sich um einen echten Eingriff in die Intimsphäre handelt, zum anderen aber auch, weil gebrechliche Menschen leicht ausrutschen und stürzen. „Ich habe selber eine Knieoperation hinter mir. Eine andere Person auf einem nassen, seifigen Untergrund aufzuheben, ist für mich fast nicht möglich“, ergänzt Maria Winter.

„Außerdem hat uns Frau Waack über die Möglichkeiten der Tagespflege und der Kurzzeitpflege aufgeklärt und uns zur Teilnahme an einer Trainings- und Erholungswoche der LPK geraten. Ein Angebot, dass jeder Betroffene unbedingt nutzen sollte“, so Hans und Maria Winter übereinstimmend.

Tagespflege nutzen

Vor allem die Tagespflege brachte Maria Winter eine große Erleichterung. „Wir bewirtschaften einen Ackerbaubetrieb. Zusätzlich bin ich in Teilzeit berufstätig. Durch die Tagespflege konnte ich meine Arbeitsstelle behalten.“ Dreimal die Woche besuchte die Schwiegermutter die Einrichtung. Später nutzte auch der Josef Winter das Angebot. „Dort waren meine Eltern unter Menschen, was sie sehr genossen haben. Gemeinsam wurde zum Beispiel gesungen und gekocht. Mein Vater arbeitete in der Werkstatt mit. Für ihn waren schon die täglichen Fahrten durch seinen Heimatlandkreis eine schöne Abwechslung“, erzählt Hans Winter.

Burn-Out vorbeugen

Trotz der Hilfe durch Fachkräfte blieb es nicht aus, dass Maria Winter sich täglich mehrfach um die Schwiegermutter, später auch um den Schwiegervater, kümmern musste. Mit der Demenz kam auch die Inkontinenz. „Die Schwiegermutter hatte außerdem Verdauungsprobleme, nachts war sie schlaflos im Haus unterwegs.“ Einiges konnte der Schwiegervater abfangen, doch auch er war zu dem Zeitpunkt schon 93 Jahre alt. Seine körperlichen Kräfte ließen zusehends nach. Umso wichtiger war es, dass Maria Winter sich bewusst Auszeiten schaffte. „Ich war jedes Jahr für einige Tage zum Gesundheitsurlaub in Bad Füssing“, erzählt sie zum Beispiel. Doch trotz der positiven Einstellung zu der großen Aufgabe, trotz der Unterstützung durch die Familie, trotz der Freiräume, die sie sich geschaffen hatte und trotz der guten Organisation des Pflegealltags zehrten die Jahre an ihrer körperlichen, vor allem aber auch an der seelischen Gesundheit. Die hohe Belastung forderte ihren Preis. „Irgendwann geht der Zeitbegriff völlig verloren, die Jahre vergehen, aber die Verpflichtung und die Verantwortung bleiben. Es gab Zeiten, da hätte ich wegen jeder Kleinigkeit weinen können. Ich konnte nur schlecht schlafen, auch weil die Schwiegermutter nachts so viel unterwegs war und ich habe schon wegen Kleinigkeiten schnell überreagiert“, erinnert sie sich. Dazu kam, dass Rosa Winter gerade in der letzten Zeit keinen Augenblick mehr alleine bleiben konnte. „Selbst, wenn mein Schwiegervater nur kurz aus dem Raum ging, wurde sie schon vollkommen unruhig.“

Familie gibt Rückhalt

Trost und Auftrieb gaben Maria Winter die große Dankbarkeit und die tiefe Verbundenheit mit den Schwiegereltern und der starke Rückhalt in der Familie.

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau

Weißensteinstraße 70 - 72
34131 Kassel

Telefon: 0561 785-0
Internet: www.svlfg.de
E-Mail: kommunikation@svlfg.de

Pressesprecher:

Dr. Erich Koch
Telefon: 0561 785-12142

Martina Opfermann-Kersten
Telefon: 0561 785-16183

Inzwischen sind Rosa und Josef Winter verstorben. Die Jahre der Pflege waren eine enorme Herausforderung für die ganze Familie. Trotz der großen Last war es für Maria Winter, Ehemann Hans Winter und den eigenen Töchtern immer selbstverständlich, Oma und Opa in deren eigenen vier Wänden so lange zu versorgen, wie es nur ging. Unterstützung bekamen sie auch von den Geschwistern, die weiter entfernt wohnten. „Wir sind alle enger zusammengewachsen in der Zeit. Es tat mir gut, zu spüren, dass ich von meinen Schwiegereltern geliebt und akzeptiert wurde, wie ihr eigenes Kind. Anders hätte ich diese Aufgabe nicht schaffen können. Mein Schwiegervater betonte oft, dass er sich keine bessere Schwiegertochter hätte wünschen können. Und selbst als meine Schwiegermutter schon sehr dement war, spürte ich immer noch diese große Zuneigung, die sie mir entgegengebracht hat“, endet Maria Winter.

Informationen zu Leistungen der SVLFG für pflegende Angehörige gibt es online unter <https://www.svlfg.de/leistungen-fuer-pflegende-angehoerige>.

Telefonische Auskünfte zu den Leistungen der Landwirtschaftlichen Pflegekasse bekommen Sie unter: 0561/785-2033

Weiterführende Informationen und Gesundheitsangebote der SVLFG für Pflegende und ihre pflegebedürftigen Angehörigen

Wenn der MdK kommt

Wird ein Antrag auf Feststellung der Pflegebedürftigkeit gestellt, kommt ein Gutachter des medizinischen Dienstes der gesetzlichen Krankenkassen (MdK) ins Haus. Zur Vorbereitung auf das Gespräch empfehlen die SVLFG-Pflegeberater, ein Pflegetagebuch zu führen, in dem alle Aufgaben des Pflegenden und Einschränkungen des Hilfebedürftigen notiert werden können. Es sollte dem Gutachter unaufgefordert vorgelegt werden. Ein weiterer Hinweis: Überlegen Sie im Vorfeld, was dem Pflegebedürftigen im Alltag Schwierigkeiten bereitet und wo er Hilfe benötigt. Der Gutachter wird auch fragen, was der Pflegebedürftige selbst noch machen kann. Beim Gespräch sollten die pflegenden Angehörigen anwesend sein. Die betroffenen Personen sind durch die Situation oft verunsichert und schämen sich, ihren Pflegebedarf zuzugeben. Redegewandte Pflegebedürftige überspielen häufig gekonnt geistige und körperliche Defizite. Der Pflegende kann dann das Gespräch rechtzeitig beeinflussen. Gezielte Rückfragen zu Aussagen des kranken Angehörigen zeigen zum Beispiel meistens schnell, welche Einschränkungen er hat. Der Pflegebedürftige sollte bei der Begutachtung zeigen, ob er sich zum Beispiel noch kämmen oder seine Zähne putzen kann. So wird der echte Pflegebedarf erkennbar. Ärztliche Atteste und Klinikentlassungsberichte, soweit vorhanden, der Medikamentenplan und gegebenenfalls der Pflegeplan des Pflegedienstes sollten mit ins Gespräch genommen werden. Der Eindruck, den der Gutachter aus dem Gespräch gewinnt und die Unterlagen, die er bekommt, helfen ihm, den passenden Pflegegrad festzulegen. Der Experte wird auch das Wohnumfeld in Augenschein nehmen. Der Gutachter kann Empfehlungen zu Umbaumaßnahmen und Hilfsmittel, wie zum Beispiel Pflegebetten, aussprechen. Mitunter empfiehlt er auch Rehabilitationsmaßnahmen oder Präventionskurse, um die Gesundheit des zu pflegenden Angehörigen zu verbessern oder zu stabilisieren.

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau

Weißensteinstraße 70 - 72
34131 Kassel

Telefon: 0561 785-0
Internet: www.svlfg.de
E-Mail: kommunikation@svlfg.de

Pressesprecher:

Dr. Erich Koch
Telefon: 0561 785-12142

Martina Opfermann-Kersten
Telefon: 0561 785-16183

Die Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige

Die SVLFG bietet pflegenden Angehörigen eine Trainings- und Erholungswoche an. Ziel dieser Seminare ist es, die körperliche und seelische Gesundheit pflegender Angehörigen zu erhalten. Schwerpunkt dieses Angebotes ist ein Pflegekurs. In Einzel- und Gruppengesprächen informieren Fachberater zu Fragen bezüglich Pflegesituation und Pflegeleistungen. Die Teilnehmer bekommen Anregungen, die ihren Pflegealltag erleichtern.

Außerdem lernen sie, sich in ihrer wenigen Freizeit durch gezielte Bewegungs- und Entspannungsübungen zu regenerieren, damit sie weiterhin ihrer anstrengenden Aufgabe gewachsen sind. Neben dem Kursprogramm bleibt Zeit, eigene Bedürfnisse zu erfüllen, zu entspannen und Erholung jenseits des Pflegealltags zu finden.

Die Kurse dauern jeweils acht Tage und richten sich an Angehörige, die einen Pflegebedürftigen pflegen, der Anspruch auf Leistungen der Landwirtschaftlichen Pflegekasse hat. Ebenfalls teilnehmen können pflegende Angehörige, die selbst bei der LKK versichert sind.

Informationen zur Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige gibt es online unter www.svlfg.de/trainings-erholungswoche

Das Pflege-Tandem

Die Gesundheitswoche „Pflege-Tandem“ der SVLFG findet zu verschiedenen Terminen in Bad Bocklet statt. Das Besondere: Zu dieser Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige können pflegende Menschen ihre pflegebedürftigen Angehörigen mitnehmen. Je nach Bedarf wohnen beide in einem gemeinsamen Zimmer oder getrennt. Während dieser sieben Tage erhalten die Pflegenden Anleitung, Beratung und Tipps für ihren häuslichen Pflegealltag. In kleinen Seminargruppen werden sie durch Fachleute in allen Aspekten der Pflege geschult und lernen, wie sie ihre Angehörigen pflegen können, ohne sich dabei selbst zu überlasten. Darüber hinaus bleibt Zeit für Erholung und Entspannung, sowie für den Erfahrungsaustausch mit anderen Teilnehmern. Das Angebot wird vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege gefördert.

Teilnehmen dürfen Pflegende aus dem gesamten Bundesgebiet, die eine Person pflegen, die Anspruch auf Leistungen der Landwirtschaftlichen Pflegekasse hat. Für Unterkunft und Vollpension ist für den pflegenden Angehörigen eine Eigenbeteiligung von 99 Euro zu zahlen. Die Kosten für den Pflegebedürftigen sind individuell abhängig von Unterbringung und Pflegegrad. Vorab klärt ein persönliches Gespräch mit einem SVLFG-Pflegeberater, ob im konkreten Fall eine Teilnahme am Pflege-Tandem möglich und sinnvoll ist oder ob ein anderes Gesundheitsangebot besser passt.

Informationen zum Pflege-Tandem gibt es online unter www.svlfg.de/pflege-tandem oder telefonisch unter 0561 785-10510.

Die SVLFG-Krisenhotline

Wem die Pflegesituation über den Kopf wächst, der braucht schnell einen kompetenten Ansprechpartner. Die SVLFG-Pflegeberater helfen in allen Sachfragen rund um den Pflegealltag. Bei seelischen Problemen bietet die SVLFG-zudem eine telefonische Krisenhotline. Unter der

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau

Weißensteinstraße 70 - 72
34131 Kassel

Telefon: 0561 785-0
Internet: www.svlfg.de
E-Mail: kommunikation@svlfg.de

Pressesprecher:

Dr. Erich Koch
Telefon: 0561 785-12142

Martina Opfermann-Kersten
Telefon: 0561 785-16183

0561 785 -10101 stehen den Anrufern erfahrene Psychologen als Ansprechpartner zur Verfügung. Sie helfen, die Situation richtig einzuordnen, zu bewältigen. Die Anrufer bleiben anonym, die Krisenhotline ist täglich 24 Stunden besetzt – auch an den Wochenenden.

*Petra Stemmler-Richter
Sozialversicherung für
Landwirtschaft, Forsten
und Gartenbau*

**Sozialversicherung für
Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau**

Weißensteinstraße 70 - 72
34131 Kassel

Telefon: 0561 785-0
Internet: www.svlfg.de
E-Mail: kommunikation@svlfg.de

Pressesprecher:

Dr. Erich Koch
Telefon: 0561 785-12142
Martina Opfermann-Kersten
Telefon: 0561 785-16183