



**„OHNE HILFE  
GEHT ES NICHT“**

Unterstützung für pflegende Angehörige

**Marina Schmidt geht es wie vielen Menschen: Sie ist berufstätig, hat eine Familie und steht vor der Aufgabe, ihre alt gewordene Mutter zu versorgen. Ebenso wie viele andere wusste sie vorher nichts über die Möglichkeiten der Pflege zu Hause. Sie hat sich aber rechtzeitig vom ASB beraten lassen und so die passende Unterstützung gefunden.**

**A**n einem bestimmten Punkt war Marina Schmidt (56) klar: Ihre Mutter, Minna Gutbrod, kann nicht mehr alleine leben: Sie war körperlich stark eingeschränkt und auch die geistige Beweglichkeit hatte nachgelassen. Die 92-Jährige brauchte nach und nach immer mehr Unterstützung und Ansprache, um ihren Alltag bewältigen zu können. Die Tochter machte sich Sorgen: Was wäre, wenn sie stürzt oder plötzlich krank wird? Sollte sie etwa in ein Heim umziehen? „Das kann für viele sicher eine gute Lösung sein“, meint Marina Schmidt. „Aber für uns kam das nicht infrage. Wir haben ein eigenes Haus, das groß genug ist, und unser Sohn ist bereits erwachsen. Außerdem verstehe ich mich gut mit meiner Mutter, was ja auch nicht selbstverständlich ist. Eines Tages habe ich gar nicht groß überlegt und sie spontan zu uns geholt“, erinnert sie sich. Das war vor fünf Jahren.

### Mehr Pflege zu Hause

So wie Marina Schmidt pflegen viele Menschen in Deutschland ein Familienmitglied: Sowohl die Anzahl der Pflegebedürftigen insgesamt als auch derjenigen, die von ihren Angehörigen

versorgt werden, steigt. Das belegen die aktuellen Zahlen des Statistischen Bundesamtes: Es gibt in Deutschland 2,6 Millionen pflegebedürftige Menschen. Zwei Drittel davon – also rund 1,86 Millionen – leben zu Hause und werden von ihren Angehörigen betreut. Das sind rund 100.000 Menschen mehr als noch 2011.

Die meisten, nämlich 1,2 Millionen, werden ausschließlich von der Familie gepflegt, in allen anderen Fällen unterstützen ambulante Pflegedienste mit unterschiedlichen medizinischen oder pflegerischen Hilfen. Die Zahl der Pflegebedürftigen, die in stationären Einrichtungen versorgt werden, liegt bei 764.000. Das sind rund 35.000 Menschen mehr als 2011.

Gabriele Osing, Abteilungsleiterin Soziale Dienste beim ASB-Bundesverband, sagt: „Der ASB begrüßt es, dass die Bundesregierung diesen Trend zur häuslichen Pflege mit dem neuen Pflegestärkungsgesetz unterstützt. Seit Beginn des Jahres 2015 wurden dadurch die meisten Leistungen der Pflegeversicherung um rund vier



Aktivierende Spiele gehören in der Tagespflege des ASB Worms immer dazu.

Prozent angehoben. Hinzu kommen Erhöhungen bei Hilfen, die vor allem der Entlastung pflegender Angehöriger dienen.“ Das bestätigt auch Marina Schmidt. „Vorher ist von der Rente meiner Mutter nichts übrig geblieben. Für ihren Lebensunterhalt sind dann wir aufgekommen. Das hat sich seit Anfang des Jahres deutlich entspannt, denn die Zuschüsse für die Tagespflege sind höher.“

### Nicht jeder schafft das

Marina Schmidt macht den Eindruck, als ob ihr so schnell nichts zu viel wird. Doch die Verantwortung für das Wohlbefinden ihrer Mutter zu übernehmen, fiel auch ihr zunächst nicht leicht: „Am Anfang bin ich öfter an meine Grenzen geraten“, erzählt sie. „Es ist einfach eine Umstellung, wenn man als erwachsener Mensch wieder mit einem Elternteil zusammenlebt. Meine Mutter musste sich auch erst an diese Situation gewöhnen.“ Während die Tochter beruflich unterwegs war, saß ihre Mutter oft alleine vor dem Fernseher, wurde antriebslos und depressiv. „Der ambulante Pflegedienst, der jeden Morgen kam, war nach der Hilfe beim Waschen und Anziehen ja auch wieder weg. Meine Mutter brauchte einfach die Gesellschaft anderer Menschen und eine Tagesstruktur – wie wir ja auch.“

Marina Schmidt ließ sich beim ASB Worms/Alzey über die Möglichkeiten für pflegende Angehörige informieren. „Es war mir sehr wichtig, mich ausführlich beraten zu lassen. Ich wusste ja kaum etwas über die Finanzierung von Leistungen und die unterschiedlichen Angebote für Pflegebedürftige. Ich wusste nur: Ohne Hilfe geht es nicht.“ Sie erfuhr, dass es nicht weit von ihrem Zuhause entfernt eine ASB-Tagespflegeeinrichtung für Senioren gibt. Hier werden die Gäste morgens vom Fahrdienst



Minna Gutbrod (92) geht gerne in die Tagespflege des ASB. Sie genießt die Abwechslung – BFD'ler Kevin Senf leistet ihr Gesellschaft.

des ASB abgeholt und am Nachmittag wieder nach Hause gebracht. In der Zwischenzeit lesen die Besucher gemeinsam die Tageszeitung, machen leichte gymnastische Übungen oder spielen zusammen Bingo und vieles mehr. Mittags gibt es frisch gekochtes Essen. „Das war genau das, was wir brauchten“, erzählt Marina Schmidt. „Da haben wir Mutter dann gleich angemeldet und seitdem ist sie fünf Tage in der Woche dort.“

### Individuelle Beratung hilft

Ist ein Angehöriger krank und benötigt ständige Pflege, kann das für die betroffenen Familien sehr belastend sein. Darum ist ein möglichst umfassendes Wissen über die Möglichkeiten zur Hilfe und Unterstützung sehr wichtig. Die qualifizierten Senioren- und Pflegeberater des ASB unterstützten Pflegebedürftige und ihre Familien individuell und umfassend. „Jede Familie ist anders und jede Pflegesituation ist es auch. Das müssen wir berücksichtigen“, sagt Pflegeberaterin Caroline Reinschmidt in Worms. „Es gibt kein Konzept, das für alle passt.“

Das Angebot umfasst alle Fragen zu individuellen Unterstützungs- und Entlastungsmöglichkeiten: Dazu gehören Alten- und Krankenpflege, hauswirtschaftliche Hilfe, Mobile

Soziale Dienste, Betreuung, Familienpflege, Essen auf Rädern, Hausnotruf, Hilfsmittel, Wohnraumanpassung sowie die Leistungsangebote an teilstationärer und stationärer Pflege, das Behinderten- und Sozialhilferecht und vieles mehr.

Dazu verfügen die Seniorenberater einerseits über Expertenwissen zur Pflege, gleichzeitig müssen sie auch die Gesetzeslage im jeweiligen Bundesland und die Finanzierungsmöglichkeiten kennen. Außerdem erfordert diese anspruchsvolle Aufgabe ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen. „Die Angehörigen sind manchmal am Ende ihrer Kräfte. Mit unserer Beratung möchten wir sie entlasten und ihnen in ihrem Alltag helfen“, so Caroline Reinschmidt. „Gleichzeitig wollen wir die beste Pflege für den Betroffenen sicherstellen, indem wir alle Möglichkeiten aufzeigen.“

### Gute Bedingungen erleichtern die Pflege

Egal, ob ein Angehöriger stetig mehr Hilfe im Alltag benötigt oder die Pflegebedürftigkeit plötzlich eintritt – es tauchen viele Fragen auf, mit denen man sich vorher meist nicht beschäftigt hat: Was muss ich tun? Kann mir jemand bei der anstrengenden körperlichen Pflege helfen? Wie »

schaffe ich neben der Pflege auch noch den Haushalt? Wo bekomme ich ein Pflegebett her? Dazu kommt eine sehr wichtige Frage, die sich jeder stellen und beantworten muss, der einen Angehörigen selbst, ob mit oder ohne einen ambulanten Pflegedienst, pflegen möchte: „Schaffe ich das überhaupt?“

Gabriele Osing vom ASB-Bundesverband empfiehlt eine realistische Einschätzung der eigenen Belastbarkeit. „Pflege ist körperlich und seelisch anstrengend, besonders wenn jemand sehr viel Hilfe benötigt. Darum sollte man vorher wissen, was im Alltag mit einem pflegebedürftigen Angehörigen zu tun und für ihn zu leisten ist.“

Zu Beginn ist auch in vielen Fällen nicht die Pflegekasse, sondern die Krankenkasse zuständig. Sie erstattet z. B. die Kosten für einfache Hilfen wie die Gabe von Medikamenten oder Injektionen, die Hilfe beim Anziehen von Kompressionsstrümpfen oder Hilfen im Haushalt. Diese Leistungen fallen unter die sogenannte Häusliche Krankenpflege und werden vom Hausarzt verordnet.

Erst bei einer anerkannten Pflegebedürftigkeit besteht ein Anspruch auf Leistungen der Pflegeversicherung. Dazu muss vom Betroffenen ein Antrag bei der Pflegekasse gestellt und die Pflegebedürftigkeit überprüft werden. Der Medizinische Dienst der Krankenkassen (MDK) legt nach einem Hausbesuch die Pflegestufe fest. Die Höhe der Zahlungen aus der Pflegekasse richtet sich nach der Höhe der Pflegestufe.

Sich in diesem Wust aus Regeln, Tarifen und Gesetzen zurechtzufinden, ist für Laien oft schwer. Die Seniorenberatungsstellen und ihre engagierten Mitarbeiter helfen den be-



Almut Schaude (links), Pflegeberaterin beim ASB Köln, erklärt Angehörigen die Möglichkeiten der häuslichen Pflege.

troffenen Familien dabei und erfüllen so eine wichtige Lotsenfunktion. Sie achten z. B. auch darauf, ob die Angehörigen mit der Pflege überfordert sein könnten. So können sie frühzeitig weitere Angebote machen.

Pflegeberaterin Caroline Reinschmidt: „Insbesondere die Ehepartner von Pflegebedürftigen, die ja meist selbst alt sind, stehen Unterstützungsangeboten oft skeptisch gegenüber“, erklärt sie. „Sie glauben, sie müssten alles alleine schaffen. Aber das übersteigt oft die Kräfte älterer Menschen.“

### Neue Möglichkeiten zu nutzen wissen

Eine der wichtigsten Aufgaben der Beratung ist – neben der reinen Information – die Vermittlung von Vertrauen und Sicherheit für die Angehörigen. Wer Angst hat und sich überfordert fühlt, kann weder gut für sich selbst noch für ein krankes Familienmitglied sorgen. Die Pflegeberater sind speziell darin geschult, dies zu erkennen und auch hier individuell Unterstützung zu leisten.

Bundesweit gibt es zahlreiche Pflege- und Seniorenberater des ASB, so auch in Köln, wo vier Experten des Ortsverbandes für Seniorenberatung

zuständig sind. Eine von ihnen ist Almut Schaude. Sie besucht zahlreiche Pflegebedürftige und deren Familien zu Hause. „Wir erleben immer wieder, dass unsere Informationen und Ratschläge die Pflege zu Hause erleichtern“, erzählt die Sozialpädagogin. „Es gibt viel Unterstützung für häusliche Pflege, sei es finanzieller, sozialer oder pflegerischer Art. Man muss sie allerdings kennen. Eine umfassende Beratung ist die Grundlage für gute Pflegebedingungen in den eigenen vier Wänden.“

Das findet auch Marina Schmidt. Sie ist heute noch dankbar für die Hilfe in der damaligen Situation: „Ich wusste ja gar nicht, was meiner Mutter zusteht oder welche Möglichkeiten es gibt, wenn sie bei uns lebt. Ich kann mich aber auch heute immer beim ASB melden, wenn ich Fragen habe. So geht es meiner Mutter gut – und auch mir.“ ■

Text: Gisela Graw  
Fotos: Fulvio Zanettini

Die ASB-Beratungsstelle  
in Ihrer Nähe finden Sie unter:  
[www.asb.de/seniorenberatung](http://www.asb.de/seniorenberatung)