Pflege kostet oft Zeit, Geld und Nerven

Die meisten der über drei Millionen pflegebedürftigen Menschen in Deutschland werden zu Hause von ihren Angehörigen gepflegt, ungefähr ein Drittel sogar ausschließlich. Pflegende tragen dabei oft Doppelbelastungen, besonders Berufstätige.



Berufstätige, die einen Angehörigen pflegen, sind besonders belastet

Die Pflege eines*einer Angehörigen verändert das Leben tiefgreifend

Der überwiegende Teil der Pflegetätigkeit in Deutschland wird in der Regel von der* dem (Ehe-)partner*in, Kindern, Schwiegerkindern oder Verwandten getragen. Für viele eine Selbstverständlichkeit – im Einvernehmen zwischen Pflegenden und Pflegebedürftigen. Diese positive und hohe Motivation muss sich bewähren gegen die Herausforderungen, die die Pflegesituation über einen langen Zeitraum mit sich bringt. Pflege verändert nicht nur den Alltag der Beteiligten. Psyche, Körper und soziale Beziehungen sind in besonderer Weise belastet. Alle Beteiligten müssen gemeinsam Ihre Wünsche und Erwartungen prüfen und übereinbringen. Das gelingt nicht immer leicht und sofort.

Belastungen der Pflegesituation treffen Beruftstätige besonders

Für eine Vielzahl der pflegenden Angehörigen ist die Pflege zusätzlich durch die eigene Berufstätigkeit eingeschränkt. In diesem Fall müssen auch die Ressourcen Zeit und Geld sorgsam behandelt werden. Eine Entlastung durch professionelle, ambulante oder stationäre Pflegedienste kann in vielen Fällen aus finanziellen Gründen oder mangels Angebot nicht vollumfänglich oder gar nicht in Anspruch genommen werden.

Die Herausforderung der Pflege nach der Arbeit muss ernst genommen werden

Das große Dilemma, in dem pflegende Angehörige stecken, lautet: Wie werde ich einerseits der Pflegesituation und andererseits meinen Aufgaben im Beruf gerecht? Der zeitliche Pflegeaufwand für den*die Partner*in, das Kind oder den Verwandten vor und nach der eigenen Arbeit wird durch die Erschwernisse schnell zur Last, der einen schleichenden Ermüdungs- und Entfremdungsprozess bei der Pflege mit sich bringen kann. Allerdings sollte auch nicht außer Acht gelassen werden, dass der*die erwerbstätige Pflegende darüber hinaus noch andere Rollen ausfüllt.

„Für Pflegende Angehörige ist es wichtig, auf die eigene Gesundheit und Anzeichen für Überlastung zu achten. Jeder Pflegende hat Anspruch auf kostenfreie und neutrale Beratung zu Entlastungsangeboten“, sagt Jana Wessel, Leiterin Politik und Kommunikation bei compass private pflegeberatung. Pflegeberater*innen von compass private pflegeberatung und die Mitarbeitenden der Pflegestützpunkte informieren dazu. compass erreichen Sie telefonisch über die kostenfreie Servicenummer 0800 101 88 00.