

5 Tipps zur Planung einer Pflegesituation



Wer gemeinsam organisiert, verteilt die Last und die Verantwortung auf mehreren Schultern. Das schützt vor Überlastung.

1. Lassen Sie sich beraten

Wenn eine Pflegesituation eintritt gibt es viel zu organisieren und einiges an Bürokratie zu bewältigen. Nehmen Sie so früh wie möglich die Unterstützung einer Pflegeberatung in Anspruch. Das erleichtert die Organisation erheblich.

2. Schreiben Sie Ihre Wünsche auf

Die Pflegebedürftigkeit selbst verlangt nach viel Aufmerksamkeit. Um die Pflegesituation für Sie und Ihre Angehörigen so gut wie möglich zu gestalten, ist es wichtig, die eigenen Wünsche nicht zu vernachlässigen. Stellen Sie sich selbst und Ihren Angehörigen regelmäßig die Fragen danach, wie Sie sich die Situation vorstellen, wozu Sie bereit wären und was für Sie nicht in Frage kommt. Halten Sie die Antworten am besten schriftlich fest.

3. Beziehen Sie andere mit ein

Niemand kann ganz alleine mit einer Pflegebedürftigkeit fertig werden. Beziehen Sie so früh wie möglich Verwandte, Freund*innen und Bekannte mit ein. Besteht diese Möglichkeit nicht, beauftragen Sie schon früh einen Pflegedienst. Auch ehrenamtliche Helfer*innen können an vielen Stellen entlasten.

4. Erlauben Sie sich Gelassenheit

Eine Pflegebedürftigkeit ist immer eine Herausforderung für die betroffene Person selbst und für ihr Umfeld. Vieles dauert länger, manches geht schief und die eine oder andere Unternehmung ist nicht mehr ohne großen Aufwand möglich. Gestatten Sie sich immer wieder auch einen distanzierten Blick von außen auf die Situation. Versuchen Sie, gelassen und verständnisvoll zu bleiben und richten Sie Ihr Augenmerk auf die kleinen, positiven Geschenke des Alltags.

5. Bleiben Sie im Gespräch

In den meisten Fällen verändert sich die Pflegebedürftigkeit mit der Zeit und macht damit immer neue Anpassungen in der Pflegesituation erforderlich. Versuchen Sie, der Situation gegenüber eine offene Einstellung zu bewahren und sprechen Sie regelmäßig mit Ihren Angehörigen, mit Ihrem Hilfsnetzwerk und Ihrem*Ihrer Pflegeberater*in. Für jede Veränderung der Pflegebedürftigkeit findet sich eine Möglichkeit, die Situation zu erleichtern.