

«Es braucht Geduld, Nerven und Liebe»

Morgen ist der interkantonale Tag der pflegenden Angehörigen, an dem die Behörden jene Menschen würdigen, die kranke, behinderte und betagte Familienmitglieder zu Hause pflegen. «Für ihn tue ich es gerne», sagt eine Pflegende aus dem Sensebezirk.

Imelda Ruffieux

FREIBURG Vor 15 Jahren ist die Welt des Ehepaars G. auf den Kopf gestellt worden. Herr G. hat mit 60 Jahren einen schweren Schlaganfall erlitten, kurze Zeit später einen zweiten. «Es kam wie aus dem Nichts, ohne Vorwarnung», erinnert sich Frau G. – die beiden sind bereit, aus ihrem Leben zu erzählen, wollen aber lieber anonym bleiben.

«Man wächst hinein»

Nach Spital und Reha war klar, Herr G. kommt nicht mehr auf die Beine. Gehen kann er nur kurze Strecken, nur mit Stock und stützender Hand, der linke Arm bleibt gelähmt. Aus dem einstmaligen aktiven, voll im Beruf stehenden Handwerker ist ein Pflegefall geworden. Keine leichte Situation für beide. «Es tat weh, ihn so zu sehen.» Frau G., die im Verkauf arbeitete, hat sich frühzeitig pensionieren lassen, um sich

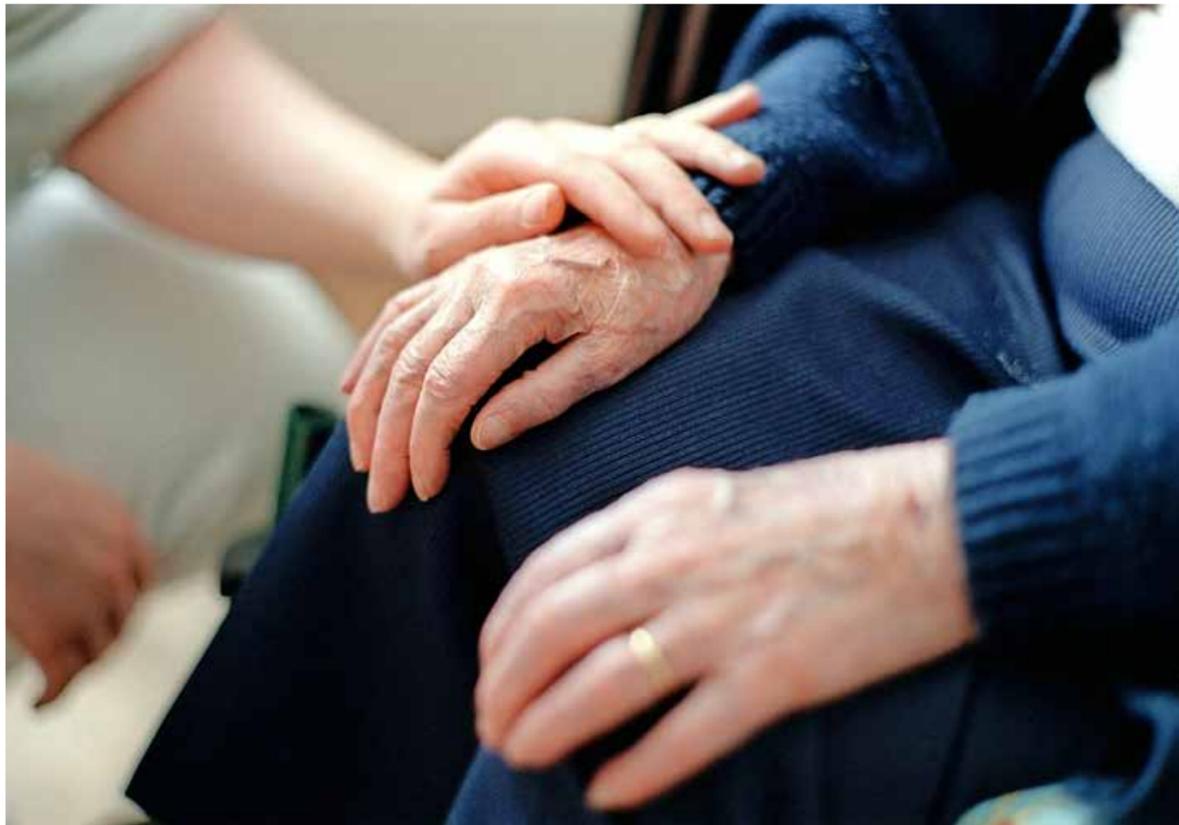
«Wenn es meinem Mann gut geht, dann geht es auch mir gut.»

Frau G.
Pflegende Angehörige

ganz der Pflege ihres Mannes zu widmen. Es sei eine rechte Umstellung gewesen, sagt die 76-Jährige im Gespräch mit den FN.

Trotzdem sei ihr der Entscheid nicht schwergefallen. «Ich tat es für meinen Partner. Beruflich möchte ich nicht in der Pflege tätig sein, aber für ihn tue ich dies gerne.» Einige aus ihrem Umfeld hätten ihr gesagt: «Das könnte ich nicht.» Sie denke, dass es auch eine Gewöhnungssache sei, «man wächst hinein».

Frau G. hilft ihrem Mann bei allen alltäglichen Verrichtungen: beim Aufstehen, bei der Körperpflege, beim Anzie-



Pflegende Angehörige leisten wertvolle, aber anstrengende Arbeit.

Symbolbild Keystone

hen und sie geht mit ihm auf die Toilette. Einmal in der Woche kommt die Spitex für die Körperpflege. Herr G. schafft es, die Zähne alleine zu putzen, das Gesicht zu waschen und sich zu rasieren. Zweimal am Tag geht er an eine auf ihn zugeschnittene Trainingsmaschine, um die Beinmuskeln zu trainieren. Er liest, spielt am Computer und schaut fern.

Ein Leben für die Pflege

Es gebe leichtere und schwierigere Tage. Für ihren Mann sei es nicht einfach, derart auf Hilfe angewiesen zu sein. Das grosse Gefühl der Hilflosigkeit äussere sich manchmal in Phasen von Ungeduld, weil er Mühe habe, sein Schicksal zu akzeptieren. Sie tue alles, um ihn zufriedener zu machen.

«Denn wenn es meinem Mann gut geht, dann geht es auch mir gut», sagt Frau G. «Wer pflegt, stellt sein Leben komplett auf diese Person ein.»

Ihr Mann sei noch nie sehr gesprächig gewesen, doch jetzt sage er noch weniger. «Manchmal muss ich ihn richtig auffordern, zu sagen, was los ist, und sich auszudrücken.» Sie sage ihm auch klar, wenn sie sein Verhalten verletzend oder ungerecht finde. «Das ist halt meine Art: lieber direkt raus statt etwas runterzuschlucken und mit sich herumtragen.»

Freude an Kleinigkeiten

Sie verhehlt nicht, dass sie manchmal genug habe und es ihr einfach zu viel werde, etwa, wenn sie selber körperliche Beschwerden habe. «Es ist

nicht das, was wir zwei für die Zeit nach unserer Pensionierung vorgesehen haben.» Früher seien sie viel in den Bergen unterwegs gewesen und hätten auch spontan etwas unternommen. «Das geht jetzt alles nicht mehr. Manchmal macht es einem schon zu schaffen.» Manchmal weine sie, manchmal schimpfe sie und haderne mit ihrem Schicksal. Doch dann denke sie daran, dass es Menschen gibt, denen es noch schlechter gehe oder die ein ähnliches Schicksal hätten.

Oft helfe ein Spaziergang in der Natur, der Gang in die Kirche oder eine Kleinigkeit, die sie wieder aufstelle. «Man lernt, sich an Kleinigkeiten zu erfreuen.» Etwa, wenn ihr Mann ihr ein Lächeln schenkt. Für ihn ist dies eine Möglich-

keit, seine Möglichkeit, seine Dankbarkeit auszudrücken.

Einige Tage Auszeit

Die aufopfernde Pflege zehrte auch an ihren Kräften. Letztes Jahr wurde sie schwer krank und musste ins Spital. «Meine einzige Sorge war, was in der Zwischenzeit mit ihm passiert.» Mittlerweile verbringt ihr Mann zwei Tage in der Woche im Tagesheim St. Wolfgang in Düringen, und zweimal im Jahr bezieht er in einem Pflegeheim ein bis zwei Wochen ein Ferienzimmer. «Er geht zwar nicht gerne», sagt sie. Doch sie brauche das, um etwas Entlastung zu finden und sich zu erholen. «Und doch vermisse ich ihn, kaum ist er nicht zu Hause.» Durch diese regelmässigen Auszeiten könne sie ihn auf

Dauer länger zu Hause behalten. «Würde niemand mehr seine Angehörigen zu Hause pflegen, müssten sie noch ein paar Heime mehr bauen.»

Sie nimmt die Unterstützung der Organisation «Wir häufige» für grössere Reinigungsarbeiten in Anspruch sowie den Transportdienst des Vereins «Dienste zu Senioren». Frau G. erhält eine Pauschalentschädigung für ihre Pflegearbeit (siehe Kasten). Sie ist auch sehr

«Es gibt keine Anleitung, jeder muss seinem Gefühl folgen. Man muss einfach mit dem Herzen dabei sein.»

Frau G.
Pflegende Angehörige

dankbar, dass sie auf die Unterstützung ihrer Kinder zählen kann. «Wir haben zudem liebe Nachbarn und gute Freunde und Bekannte, die sich um uns kümmern.»

So lange es gehe, will Frau G. weitermachen. Sie könne Paaren in einer ähnlichen Situation keine Ratschläge geben. «Für die einen stimmt es, für die anderen nicht. Es gibt keine Anleitung, jeder muss seinem Gefühl folgen. Man muss einfach mit dem Herzen dabei sein.»

Sie sei vom Wesen her ein geselliger Mensch, der gerne Kontakt zu anderen Menschen im Dorf pflegt. «Ich bin ein positiver Mensch, versuche immer, allem etwas Gutes abzugewinnen», hält sie fest. Deshalb wolle sie auf keinen Fall Mitleid, «es war meine ganz persönliche Entscheidung, und ich tue es mit viel Herzblut», sagt sie mit Überzeugung. «Es braucht Geduld, Nerven und vor allem Liebe.» Nächstes Jahr sind Herr und Frau G. 55 Jahre verheiratet.

Eine Anerkennung für die wertvolle Pflegearbeit

Die Arbeit von pflegenden Angehörigen wird am Tag der betreuenden Angehörigen von morgen Dienstag gewürdigt. Im Kanton Freiburg werden sie seit 1990 für ihre Arbeit entschädigt. Die Gemeinden haben dafür 2017 zehn Millionen Franken ausgegeben.

Imelda Ruffieux

FREIBURG Morgen Dienstag ist der Schweizer Tag der betreuenden Angehörigen. Im Kanton Freiburg findet aus diesem Anlass eine Veranstaltung statt, die vom Verein Pflegende Angehörige mit Unterstützung der kantonalen Direktion für Gesundheit und Soziales organisiert wird. Ziel des Tages ist es, die wichtige Rolle der betreuenden Angehörigen in der Gesellschaft ins Zentrum zu rücken. «Es ist überaus wichtig, die Arbeit der betreuenden Angehörigen anzuerkennen», sagt dazu Claudia Lauper, stellvertretende Generalsekretärin in der Gesundheitsdirektion.

Schätzungen gehen davon aus, dass eine von sieben Personen, also 14 Prozent der Bevölkerung, eine in ihrer Gesundheit oder Autonomie beeinträchtigte angehörige Person

unterstützten. 60 Prozent von ihnen tun dies mindestens einmal pro Woche. Oft handelt sich bei den Betreuenden um Ehepartner und Kinder – meistens Frauen – oder auch Nachbarn und Freunde. Sie sorgen mit ihrem Engagement dafür, dass betagte, behinderte und kranke Menschen möglichst lange zu Hause bleiben können.

Freiburg zahlt Entschädigung

Als einer von wenigen Kantonen in der Schweiz entschädigt Freiburg Personen, die ihre kranken Angehörigen zu Hause pflegen, dies seit 1990. «Freiburg hat damit Pionierarbeit geleistet», sagt Claudia Lauper. Wer Anrecht auf eine Abgeltung dieser Pflegearbeit hat, ist im Gesetz über die Pauschalentschädigung geregelt. Dort ist festgelegt, dass unter anderem der Pflegeaufwand ein gewisses Ausmass er-

reichen muss. Der Angehörige hilft dem Kranken oder Betagten etwa beim An- und Auskleiden, beim Aufstehen und ins Bett gehen, beim Essen, bei der täglichen Körperpflege, beim Benützen der Toilette, aber auch eine Rund-um-die-Uhr-Betreuung, etwa bei Demenzzkranken. Je nach Pflegeaufwand – leicht, mittel oder schwer – erhalten die Angehörigen 15, 20 oder 25 Franken pro Tag.

Anträge für die Pauschalentschädigung klärt die Spitex ab. Im Sensebezirk liegt die Vergabe der Entschädigung beim Gesundheitsnetz Sense. Gemäss Hugo Baeriswyl, Geschäftsleiter der Spitex Sense, sind letztes Jahr 45 Neu-Anträge eingereicht worden. Derzeit sind 192 laufende Fälle registriert, in denen Pauschalentschädigungen bezahlt werden.

Die Kosten für die Pauschalentschädigungen bezahlt die Wohngemeinde des Pflegefalls. 2017 haben Freiburger Gemeinden insgesamt rund 9,98 Millionen Franken an 1588 Personen bezahlt. Im Sensebezirk waren es 1,4 Millionen Franken, im Seebezirk 1,09 Millionen Franken, wie die Gesundheitsdirektion Freiburg mitteilt.

Was auf den ersten Blick nach viel Geld aussieht, relativiert sich, wenn man diesem Betrag den Nutzen gegenüberstellt: Würden diese Personen nicht zu Hause gepflegt, sondern müssten sie in einer Institution wie einem Pflegeheim untergebracht werden, würden viel höhere Kosten anfallen: um neue Heime zu bauen und um sie zu betreiben. Eine Studie des Spitex Verbandes Schweiz ergab, dass durch Angehörige im Jahre 2013 rund 64 Millionen Pflege- und Betreuungsstunden ge-

leistet wurden. Müsste diese Arbeit bezahlt werden, würde dies 3,5 Milliarden Franken in Anspruch nehmen.

Ein Thema auf Bundesebene

Seit Jahren sind pflegende Angehörige auch ein Thema auf Bundesebene. Der Bundesrat hat am 5. Dezember 2014 den aus vier Handlungsfeldern bestehenden «Aktionsplan zur Unterstützung und Entlastung betreuender und pflegender Angehörigen» verabschiedet. Ziel ist es, gute Rahmenbedingungen für betreuende und pflegende Angehörige zu schaffen. Sie sollen Unterstützungs- und Entlastungsangebote erhalten, um zu vermeiden, dass sie mit der Situation überfordert werden. Wenn Erwerbstätige ihr Arbeitspensum vorübergehend reduzieren oder eine Auszeit nehmen wollen, sollte dies möglich sein, ohne dass

sie weniger verdienen oder ihre berufliche Karriere gefährden.

In diesen Aktionsplan hat auch eine parlamentarische Initiative von Nationalrätin Christine Bulliard (CVP, Ueberstorf) Eingang gefunden: Sie forderte die gesetzliche Verankerung des Anrechts pflegender Angehöriger auf Betreuungsgutschriften. Noch bis Mitte November 2018 ist die Vorlage in der Vernehmlassung, sie soll dem Parlament im Frühling 2019 vorgelegt werden, wie die Nationalrätin auf Anfrage sagte.

Im Kanton Freiburg gibt es bereits heute einige Hilfsangebote für pflegende Angehörige. Unter anderem gibt es einen Verein, der sich um deren Bedürfnisse kümmert. Das diesjährige Motto des nationalen Tages der pflegenden Angehörigen lautet denn auch «Hilfe annehmen ist eine Stärke».

Weitere Infos: www.pa-f.ch