

# «Ich staune, was Angehörige aushalten»

Zum heutigen Tag der pflegenden Angehörigen spricht Pro-Senectute-Sozialarbeiterin Margrit Dobler über Grenzen, an die Partner und Kinder bei der Betreuung ihrer Familienmitglieder geraten. Und wie sie selbst deswegen aktiv wird.

von Madleina Barandun

**M**argrit Dobler setzt sich seit knapp 20 Jahren für die Menschen ein, die ihre Angehörigen eigenhändig zu Hause pflegen. 1998 begann die Sozialarbeiterin eine erste Gesprächsgruppe für Angehörige von Demenzzkranken zu leiten. Auch heute noch bestärkt Dobler diese in verschiedenen Selbsthilfegruppen. Das tut sie unter anderem bei der Pro Senectute, wo sie auch als Sozialarbeiterin tätig ist.

Am Freitag, 3. November, möchte sie einen Schritt weitergehen und die pflegenden Angehörigen vermehrt mit fachlichem Know-how ausrüsten. Sie gründet dazu mit zwei weiteren Frauen den Verein Curvita.

**Margrit Dobler, es heisst, pflegende Angehörige seien stark unter Druck. Inwiefern?**

**MARGRIT DOBLER:** Zum einen durch die grosse psychische und physische Belastung. Die Pflegenden müssen sich mit den Veränderungen der ihr nahestehenden Person abfinden. Und sind häufig auch isoliert, ziehen sich zurück. Dann sind sie gleichzeitig mit verschiedenen praktischen Herausforderungen konfrontiert. So stehen zum Beispiel Fragen der Finanzierung an. Wenn man jemanden zu Hause pflegt, wird zwar die Grundpflege wie Waschen und Körperpflege von der Krankenkasse vergütet. Die Betreuungszeit selber jedoch nicht. Das muss man alles selber bezahlen. Dazu kommt die ganze administrative Arbeit.

**Was sind denn dies für Leute?**

Meistens sind es Partner, Töchter und Söhne, sehr viel häufiger aber Töchter. Für die Angehörigen der jüngeren Generation wollen wir in Zukunft eine eigene Gesprächsgruppe anbieten.

**Warum eine spezielle Gruppe?**

Es ist noch mal ein Unterschied, ob man als Sohn oder Tochter oder Partner jemanden pflegt. Denn als Sohn, als Tochter steckt man zur Pflegesituation in einer eigenen beruflichen und familiären Situation. Häufig sind da die Kinder gerade noch im Teenageralter. Dann kommt noch die Auseinandersetzung mit dem kranken Elternteil dazu und, nicht zu vergessen, der gesunde Elternteil. Um den macht man sich meist noch die grösseren Sorgen.

**Eine klassische Mehrfachbelastung also ... Wie wirkt sich diese aus?**

Viele Menschen sind am Anschlag. Sie haben sich isoliert, zurückgezogen. Es besteht die grosse Gefahr, auszubrengen. Und wenn sie den Elternteil, die Partnerin dann einmal in ein Ferienbett geben, dann kämpfen sie noch mit einem schlechten Gewissen.

**Im Kanton Graubünden gibt es einige Angebote für pflegende Angehörige, so zum Beispiel eine Anlaufstelle oder auch einen Leitfaden. Ist das Problem damit gelöst?**

Eigentlich bräuchte es vor allem ein besseres Angebot von Entlastungsmöglichkeiten, eines, das finanzierbar ist. Dies gibt es an anderen Orten.

**Wie könnten solche Angebote aussehen?**

Im kleinen Dorf Ludesch in Österreich wurde vor über 20 Jahren ein Zentrum mit sieben Betten erbaut. Die Fachleute beraten pflegende Angehörige dort im eigenen Daheim. Es gibt eine Spitex, einen Mahlzeitendienst, eine Krisenintervention. Die Pflegebedürftigen können auch im Zentrum platziert werden, auch tageweise. Sehr wichtig

## Tag zu Ehren der pflegenden Angehörigen

Im Rahmen des heutigen Aktionstages wird schweizweit auf die enorme, oftmals unbemerkte, Pflegeleistung aufmerksam gemacht, die von Familienmitgliedern betagter oder erkrankter Menschen zu Hause erbracht wird. Auch in Graubünden ist dieser Tag ein Thema: So zeigen Pro Senectute und Pro Infirmis in Chur, Thusis, Davos und St. Moritz den Film «Zwischen Wunsch und Verpflichtung». An der Churer Bahnhofstrasse verteilen zudem Freiwillige des Roten Kreuzes ein kleines Dankeschön und informieren über die Anlaufstelle «Pontex». Diese bietet kostenlose Beratung, Betreuung und Vernetzung von Angehörigen pflegebedürftiger Menschen an. (baa)

aber finde ich, dass die Angehörigen für ihre Arbeit entlohnt werden. Sie bekommen zum Teil mehr, als sie bei einer anderen Arbeit erhalten würden. Und das Beste: Den Staat kostet dies nur halb so viel, wie wenn die Pflegebedürftigen in einem Heim wären.

**Was berührt Sie in Gesprächen mit pflegenden Angehörigen am meisten?**

Die Offenheit in den Gesprächsgruppen. So kann jeder frei von der Leber weg erzählen, ohne sich gross erklären zu müssen. Sie haben, teils zum ersten Mal, das Gefühl, gehört, verstanden und ernst genommen zu werden. Wir alle lachen und weinen miteinander. Man teilt das Schicksal.

**Und was für Schicksale sind das?**

Ein Mann, der selbst im Rollstuhl ist und dessen Frau, die dement ist. Trotz seines eigenen Handicaps hat er enorm lange zu ihr geschaut. Berührt hat mich auch das Schicksal einer Frau, deren Mann schon lange dement und sehr auffällig ist. Er pfeift den ganzen Tag, spricht kein Wort mehr, tigert ständig in der Wohnung herum. Und die Frau hält dies alles aus. Ich staune immer wieder, wie viel die Angehörigen aushalten. Die tragen enorm viel und sind sehr starke, wertvolle Personen. Dabei geraten sie auch, verständlicherweise, an ihre Grenzen. Es kommt noch häufig vor, dass Leute diese vor lauter Hilflosigkeit und Erschöpfung überschreiten...

**Wann ist diese erreicht?**

Wenn die Angehörigen häufig wütend und erschöpft sind, wenig belastbar werden, dann ist eine Grenze erreicht. Es kommt dann vor, dass ein Ausrutscher passiert, sie ihren Partner beispielsweise anschreien. Oder Schlimmeres. Aber dann folgt direkt ein unglaublich schlechtes Gewissen. Es ist enorm wichtig zu sagen, dass Hilfe zu holen immer ein Zeichen von Stärke ist, nicht von Schwäche.

**Sie sind ja seit 1998 im Thema pflegende Angehörige unterwegs. Was hat dabei geändert?** Heute ist es vermehrt ein Thema, dass man nicht nur auf die Kranken, sondern auch auf die pflegenden Angehörigen schaut. Trotzdem gibt es noch enorm vieles zu



Unterstützung: Margrit Dobler möchte die Angehörigen von Betagten und Pflegebedürftigen besser ausbilden und begleiten.  
Bild Yanik Bürkli

tun. Immer noch passiert die Pflege zu Hause im Verborgenen, im Stillen. Sie wird vielfach gar nicht wahrgenommen von der Gesellschaft.

**Der Kanton Graubünden propagiert ja, dass Pflegebedürftige so**

**lange wie möglich zu Hause bleiben. Was sagen Sie dazu? Ist das nicht ein Sparprogramm auf dem Buckel der Angehörigen?**

Der Ansatz wäre an sich gut. Denn viele wollen ja so lange wie möglich zu Hause bleiben. Aber da sind auch die

Finanzen. Man muss die ganze Betreuung selber zahlen. Das geht nicht auf. Man müsste sagen, das muss ein Stück weit auch finanzierbar sein. Das wäre ja immer noch billiger als ein Pflegeheim. Es bräuchte einfach andere Finanzierungsmodelle.

INSERAT

## Damit Sie einfach zusammenarbeiten können, egal wo Ihr Team ist.

Unsere digitalen Lösungen für KMU.

Ob im Büro, unterwegs oder im Homeoffice: Mit unseren Lösungen führen Sie von überall Online-Besprechungen durch, klären Fragen schnell per Chat und sehen, welche Kollegen verfügbar sind.

Gestalten Sie mit uns die Zukunft Ihres Unternehmens.



Jetzt  
kostenlos  
beraten lassen

0800 055 055

swisscom.ch/digital