

Entlastung und Austausch

WELLNESSTAG Pflegende Angehörige spannen einen Tag lang auf Einladung des Arbeitskreises Demenz aus

BAD SALZHAUSEN (em). Pflegende Angehörige ermöglichen alten, gebrechlichen oder behinderten Menschen, gut versorgt in ihrer gewohnten Umgebung zu leben. Damit sind die Pflegenden aber oft bis an die Grenzen ihrer Kraft und darüber hinaus gefordert. Der Arbeitskreis Demenz in der Wetterau hatte jetzt einen Wellnesstag für pflegende Angehörige als Anerkennung ihrer Leistung und als Erholung in Bad Salzhausen organisiert, ermöglicht durch das Entgegenkommen der Stadt Nidda und durch Mittel der Sparkassen-Bürgerstiftung „Gut für Oberhessen“. 64 Anmeldungen lagen vor, die Gruppe wurde geteilt, eine zweite Veranstaltung mit gleichem Programm findet am 14. Oktober ebenfalls im Baudeort statt.

Für die Pflegenden war es nicht nur eine Möglichkeit, zu entspannen, sondern auch, um Sorgen und Nöte zu teilen. So kann die in Massenheim lebende Mutter von Wolfgang Orzechowski sich zum Teil noch selbst versorgen, auch ein Pflegedienst kommt zur Medikamenteneinnahme. Aber die 79-jährige hat ihr Leben lang unter Angstzuständen gelitten, auch das Gedächtnis lässt nach. „Vor allem die Ängste kommen spontan, dann braucht sie Nähe, Zuspruch, viel Geduld“, berichtet der Sohn, der zugleich als Selbstständiger beruflich sehr gefordert ist.

Christina Keller, Vorsitzende des Arbeitskreises, begrüßte die Teilnehmer mit dem Ersten Stadtrat Reimund Becker zu einem Verwöhnfrühstück im „Café am Park“. Durch Stiftungsmittel konnte Keller auch so genannte SOS-Dosen anbieten. Sie enthalten Formulare, in denen für Notfälle alle Medikamente, medizinischen Besonderheiten, Verfügungen des Pflegebedürftigen aufgeführt sind. Die Rettungsdienste sind geschult, solche Dosen in der Külschränkkinnentür zu finden. Keller: „Mit diesen Infos konnten 2015 im Main-Kinzig-Kreis acht Leben gerettet werden.“ Gärtner Martin Nagorr begleitete auf einem ruhigen und informativen Parkspaziergang. An der Trinkkurhalle warteten Geiger Robert Varady und Akkordeonspieler Wassily Dück und



„Ein Open-air-Konzert am helllichten Tag speziell für uns!“, freuten sich die pflegenden Angehörigen beim Wellnesstag in Bad Salzhausen.

Foto: Maresch

bieten ein schwungvolles Open-air-Konzert. In der „Salzstubb“ der Justus von Liebig-Therme konnten die Gäste zwischen verschiedenen Gerichten wählen, tauschten sich beim Essen angeregt aus. Angeleitete Aqua-Gymnastik in der Therme tat allen gut, denn viele sind auch körperlich durch die Pflege sehr gefordert. In der Salzgrotte genossen sie das gedämpfte Licht, die Schwingungen der Klangschalen, mit denen Miriam Wasserhess sie begleitete.

Gerade die Mischung aus verbliebener Selbstständigkeit und wachsender Gebrechlichkeit der Senioren macht die Verantwortung der pflegenden Angehörigen schwierig. Die 71-jährige Bleichenbacherin Monika Schneider kümmert sich um ihre 92-jährige Mutter, die im selben Haus lebt. Die alte Frau war ihr Leben lang aktiv, arbeitete in der Landwirtschaft. Heute braucht sie zwar Hilfe im Haushalt und bei der Körperpflege, besteht aber auch jetzt noch darauf, in der Nachbarschaft allein auszugehen. „Meine Mutter hat schon zwei, drei Rollatoren abgenutzt. Ich bin in ständiger Sorge, wenn sie

ausgeht, aber sie hat ihren eigenen Willen und lässt sich nicht abhalten. Sie hat sich schon einmal bei einem Sturz Wirbel angebrochen und es war äußerst kompliziert, die Kasse zur Genehmigung der Rehamassnahmen zu bewegen. Der Aufenthalt in der Geriatrie Schlüchtern hat gut getan, hat sie in Grenzen wieder hergestellt“, berichtet die Tochter. Monika Schneider, selbst schon Seniorin, nutzt vernünftigerweise Entlastung: „Ich gehe jeden Samstag nach Bad Salzhausen zum Schwimmen, das hat hohen Erholungswert. In dieser Zeit kümmert sich mein Mann um meine Mutter.“

Die Situation kann sich zuspitzen. Eine Seniorin berichtete von ihrem Ehemann, der inkontinent ist und alle drei Stunden auch nachts gedreht werden muss, um sich nicht wund zu liegen. Ihr selbst geht es körperlich nicht gut, auf die Dauer muss eine andere Lösung gefunden werden.

Eine andere Seniorin pflegt ihren desorientierten Ehemann, hat aber auch noch einen blinden Sohn, der ihre Unterstützung braucht. Viele anstrengende Aufgaben – sie können nur wahr-

genommen werden, wenn die Pflegenden Unterstützung haben, sich regenerieren können. Auch beim Wellnesstag zeigte sich, dass bei einigen Pflegenden noch hoher Informationsbedarf besteht. Im Pflegestützpunkt Wetterau (Büdingen), gemeinsam vom Wetteraukreis und den Kranken- und Pflegekassen getragen, berät Christina Keller Familien Pflegebedürftigen zusammen mit ihrem Kollegen Armin Auth. Dort gibt es Information über alle zustehenden Sozialleistungen und Hilfen, insbesondere wohnortnahe Unterstützungsmöglichkeiten. Sie sorgen dafür, dass der Hilfsbedürftige über vernetzte Pflege-, Versorgungs- und Betreuungsdienste verfügen kann und dass die Angehörigen Entlastung haben.

Der Wellnesstag wurde dankbar als Entlastung, als Gelegenheit zum Austausch angenommen. Aber auch bei Nutzung vieler Hilfen trifft die Aussage einer pflegenden Angehörigen zu: „Meine Großmutter hat immer gesagt: Das Leben stellt einen in Schuhe, die man sich nicht selbst ausgesucht hat. Aber ob sie passen oder drücken – man muss drin laufen!“