

Bei Überlastung Hilfe suchen

ALZHEIMERVEREINIGUNG: 30 Familienangehörige und ausländische Hilfskräfte schließen Schulung ab

BOZEN. 30 Angehörige und ausländische Hilfskräfte haben den Vertiefungskurs für Pflegende von Demenzkranken erfolgreich abgeschlossen. Der Fortbildungskurs von rund 70 Stunden wurde von der Alzheimervereinigung Südtirol (ASAA) bereits zum zweiten Mal angeboten.

ASAA-Präsident Ulrich Seitz ist sehr stolz auf diese neue innovative Fortbildung. Denn: Die Pflege eines Angehörigen mit Demenz ist für jedes Familienmitglied eine große Herausforderung. Neben klassischen Symptomen, wie dem Verlust von Erinnerungen oder der fehlenden Orientierung im alltäglichen Umfeld, kommt es bei Demenzkranken zu weiteren Problemen, die im Vorfeld nicht selten unterschätzt werden.

Eines der wichtigsten Beispiele ist der Umgang mit Schmerzen, die aufgrund der Erkrankung nicht mehr so einfach und eindeutig geäußert werden können. Sich um ein demenzkrankes Familienmitglied zu kümmern, strengt körperlich und seelisch an. Pflegende Angehörige brauchen Unterstützung, vor allem, weil sich die Pflege von Demenzkranken mit der Zeit zu einem 24-Stunden-Job entwickelt.

„Es ist gut und richtig, füreinander da zu sein. Doch niemand verlangt von Pflegenden, dass



Weiterbildung erfolgreich: die Teilnehmer des zweiten Vertiefungskurses mit ASAA-Präsident Ulrich Seitz (3. von rechts) und ASAA-Vorstandsmitglied Luise Prossliner (ganz rechts).

sie sich selbst aufgeben. Um selbst gesund zu bleiben, sollten sie von Verwandten, Freunden, Nachbarn und professionellen Pflegekräften Hilfe einfordern“, sagt Seitz. Denn nur wer sich gut um sich selber kümmere, könne sich gut um andere kümmern.

Folgende Warnzeichen für Überlastung sollten ernst genommen werden:

- Sie fühlen sich gehetzt und fürchten, nicht alles zu schaffen.
- Ihre Gedanken kreisen ständig darum, was Sie als Nächstes für Ihre demenzkranke Mutter oder Ihren Schwiegervater tun müssen.

- Sie fallen todmüde ins Bett und schlafen trotzdem schlecht.
- Sie sind anfällig für Erkältungen und andere Krankheiten geworden.
- Sie nehmen stark ab, weil Sie unregelmäßig essen.
- Sie nehmen stark zu, weil Naschen Sie kurzzeitig von Ihren Sorgen ablenkt.
- Sie reagieren gereizt auf Ihr demenzkrankes Familienmitglied. Sie werden ihm gegenüber laut. Sie fassen hart zu und beginnen, Ihren Pflegling zu schütteln.
- Sie sehen Ihre Freunde kaum.
- Sie hatten seit Wochen keine Zeit für Ihr liebstes Hobby.

Wichtig ist auch, frühzeitig in der Familie zu besprechen, bis zu welchem Stadium der Krankheit Pflege daheim möglich sein kann.

Südtirol hinke erheblich in der Betreuung von Demenzkranken hinterher, bedauert Seitz. Nur wenige Seniorenwohnheime im Land seien wirklich auf die große Herausforderung der Betreuung vorbereitet. Noch erschreckender seien neben dem fehlenden Angebot an spezifischen Heimplätzen oder Wohnformen die inexistenten Behandlungs- und Therapiepfade für junge Demenzkranke - Menschen ab 50, die voll im Arbeitsleben stehen.