

MEDIENINFORMATION

Helfen und sich helfen lassen – Unterstützung für pflegende Angehörige von Demenzkranken

Der FH Burgenland Absolvent David Moricz beschäftigte sich für seine Bachelorarbeit mit den Belastungen, unter denen pflegende Angehörige von Demenzkranken leiden. Mehr Information über bestehende Unterstützungsangebote sowie Strategien zur Selbsthilfe sind laut seiner Untersuchung der Schlüssel zu mehr Lebensqualität.

Pinkafeld, 04. Februar 2020 – Die Menschen werden immer älter. Statistiken und Prognosen zufolge steigt die Lebenserwartung bis zum Jahr 2050 weiter an. Doch mit dem Alter steigt auch die Gefahr, nachhaltig zu erkranken. Nach aktuellen Schätzungen leben in Österreich rund 130.000 Menschen mit einer Form von Demenz. Auch dieser Anteil wird sich auf Grund des kontinuierlichen Anstiegs des Alters der Bevölkerung bis 2050 ca. verdoppeln. Ein überwiegender Großteil der demenzkranken Personen wird zu Hause von pflegenden Angehörigen wie Ehepartnern (35%), Kindern oder Schwiegerkindern (36%) versorgt. Der FH Burgenland Absolvent David Moricz beschäftigte sich für seine Bachelorarbeit im Studiengang Gesundheits- und Krankenpflege mit den Belastungen, unter denen diese Personen leiden und zeigt mögliche Strategien auf, die durch die schwere Zeit helfen.

Belastender Ruhestand für Körper und Seele

Die Berufstätigkeit liegt hinter ihnen, die Kinder sind aus dem Haus. Für eine Vielzahl an vorrangig weiblichen Österreichern (73% der pflegenden Angehörigen sind Frauen) bringt die Lebensphase ab dem 61. Geburtstag allerdings alles andere als Erholung. „Fast 50% aller pflegenden Angehörigen sind selbst bereits älter als 60“, erklärt Moricz. „Neben den psychischen Herausforderungen, die die Betreuung eines nahen Menschen mit sich bringt, ist die Pflege für diese Gruppe an Personen vor allem auch körperlich fordernd.“

Pflegende Angehörige von demenzkranken Menschen leiden häufig unter Abnutzungserscheinungen der Gelenke, sowie unter Hüften, -Schultern- und Rückenbeschwerden, da viele nicht über die richtigen Techniken im Rahmen ihrer Pfllegetätigkeiten Bescheid wissen. „Insgesamt fühlen sich 48% der pflegenden Angehörigen sehr stark oder stark belastet“, beschreibt der engagierte Gesundheits- und Krankenpfleger. „Pflegende Angehörige sind weiters deutlich anfälliger für stressbedingte Erkrankungen und erkranken öfter als die Durchschnittsbevölkerung. Zusätzlich kann es bei den pflegenden Angehörigen zu Störungen des Tag-/Nacht – Rhythmus, Hilflosigkeit, Angst und Unsicherheiten in verschiedenen Pflegesituationen sowie zu finanziellen Problemen kommen“, sagt Moricz.

Coping Strategien erwerben

Umso wichtiger sei es, Betroffenen mehr Information über Krankheitsverlauf, Therapiemöglichkeiten, Pflege sowie über Bewältigungsstrategien zuteilwerden zu lassen. „Betroffene wissen viel zu wenig über die bereits vorhandenen Möglichkeiten zur Entlastung“, so Moricz. Neben Besuchsdiensten durch



FH Burgenland

UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

professionelles Gesundheits- und Krankenpflegepersonal seien auch Kurzzeitpflege oder Tagesbetreuungseinrichtungen Optionen, um pflegenden Angehörigen mehr Zeit für sich selbst zu verschaffen.

Beratungseinrichtungen bieten außerdem Schulungen zu diversen Themen rund um die Pflege zu Hause an. Selbsthilfegruppen ermöglichen den wertvollen Austausch mit anderen Betroffenen. Informationen über ihre Möglichkeiten erhalten Betroffene zum Beispiel über den [Pflegeatlas Burgenland](#).

Aus seinen Recherchen und Gesprächen mit pflegenden Angehörigen weiß Moricz: „Wichtig ist, die Situation anzuerkennen, sich soziale Unterstützung zu suchen und sich ausreichend über die Krankheit an sich zu informieren. Auch Stressmanagement und Emotionsregulation lassen sich lernen. Mehrmals ruhig durchatmen, wenn eine aufreibende Situation eintritt, könne im ersten Schritt bereits helfen.

Der Absolvent ist selbst aktuell auf der Intensivstation im Krankenhaus Oberwart tätig. Auf die herausfordernde Tätigkeit fühlt er sich durch sein Studium sehr gut vorbereitet. Über ein weiterführendes Masterstudium denkt er aktuell nach.

Facts zum Studiengang

Bachelorstudium – 6 Semester – Vollzeit – Akademischer Grad „Bachelor of Science in Health, BSc“ inkl. Berufsberechtigung für den gehobenen Dienst der Gesundheits- und Krankenpflege – Studienort Pinkafeld – Zugang: Matura, Studienberechtigungs- oder Berufsreifeprüfung, Vorbereitungslehrgang mit Zusatzqualifikationsprüfung

Anmeldungen für einen Studienstart im Herbst ab sofort möglich bis 31. März 2020.

Rückfragehinweise:

Mag.^a Christiane Staab

Marketing & Kommunikation

Fachhochschule Burgenland GmbH

Tel: +43 (0)5 7705 3537

E-Mail: christiane.staab@fh-burgenland.at