



Sandra Oppikofer

# Temporäre Entlastung für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

Evaluationsprojekt Tag/Nacht-Station Sonnweid

**Erkenntnisse aus der Praxis - Empfehlungen für die Praxis**



Universität Zürich  
Zentrum für Gerontologie

## Herausgeber

Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich

## Redaktion

Dr. Sandra Oppikofer

(Projektleiterin Evaluation Tag/Nacht-Station Sonnweid)

## Lektorat

Lektorat Klartext, Agnes Aregger, Dr. phil. I.

Tramstrasse 77, 8050 Zürich, Tel: 044 311 24 87,

Fax: 044 311 24 74, www.lektorat-klartext.ch

## Gestaltung und Layout

Universität Zürich, SIVIC, Stephanie van Grondel

## Bildnachweis

Dominique Meienberg; Tobias Heilmann: In Touch Media GmbH

## Druck und Bindung

Staffel Druck AG

## Copyright

Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich

Sumatrastrasse 30, 8006 Zürich

Diese Broschüre basiert auf dem Evaluationsprojekt zur Tag/Nacht-Station des Krankenhauses Sonnweid. Dabei wurde das gesamte Angebote der Station im Auftrag des Krankenhauses Sonnweid in Wetzikon und der Age Stiftung in Zürich analysiert.

Juli 2009

---

## Vorwort 4

---

## Wissensstand 6

- Entlastungspflege: Arten, Zweck und Inanspruchnahme 6
- Psychologische Bedürfnisse und Motive pflegender Angehöriger 11
- Bedeutung von Entlastungspflege für pflegende Angehörige und Menschen mit Demenz 15
- Zusammenarbeit professionell Pflegender und pflegender Angehöriger 20

---

## Tag/Nacht-Station Sonnweid 22

- Geschichtlicher Hintergrund 22
- Dienstleistungen 22

---

## Handlungsmöglichkeiten 24

- Entwicklung und Optimierung von Entlastungsangeboten 24
- Anforderungen an Pflegemitarbeitende 26
- Inanspruchnahme von Entlastungspflege 28

---

## Ausblick 30

- Bedeutung der vorstationären Betreuung 30

---

Projektinformationen 32

Literatur 33

## Vorwort

Viele pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz gehen im Bemühen, bestmögliche Pflegerinnen zu sein, bis an die Grenzen ihrer Möglichkeiten, oftmals sogar weit darüber hinaus. Um den damit verbundenen physischen und psychischen Belastungen entgegentreten zu können, stehen heutzutage eine Vielzahl von Entlastungsmöglichkeiten zur Verfügung, wie z.B. Tagesstätten oder temporäre Aufenthalte in Pflegeinstitutionen.

Seit 2001 bietet die Sonnweid AG in Wetzikon mit der Tag/Nacht-Station Entlastungspflege an. Diese verfolgt das Ziel, pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz individuelle Entlastung zu ermöglichen. Die Tag/Nacht-Station bietet kurzfristige Aufnahmen in Notsituationen und regelmässige Aufenthalte von bis zu 84 Stunden pro Woche sowie Ferienaufenthalte an, wobei die Eintritts- und Austrittszeiten frei wählbar sind. Während des Aufenthaltes sind die Tag/Nacht-Gäste in das Gesamtbetreuungsangebot der Sonnweid integriert. Im Zusammenhang mit anstehenden, grösseren baulichen Veränderungen entstand der Wunsch, dieses Angebot einer vertieften Analyse zu unterziehen. Für Fachkreise stellt die Sonnweid eine Referenzinstitution dar. Mit ihren 14 internen Wohnformen und -gruppen ist sie in der Schweiz einzigartig. Erkenntnisse aus der Evaluation der Tag/Nacht-Station der Sonnweid können dem Feld der Altersarbeit weiterführende und zukunftsweisende Impulse geben. Aus diesem Grunde ist die Age Stiftung mit der Sonnweid und der Universität Zürich im Rahmen eines Age Projektes eine Zusammenarbeit eingegangen.

Obwohl die Entlastungspflege grundsätzlich über das Potenzial verfügt, die Lebensqualität der pflegenden Angehörigen zu verbessern, warten viele von ihnen allzu lange darauf, bis sie dieses Angebot für sich in Anspruch nehmen. Und wenn sie dies tun, nutzen sie die betreffenden Dienste nicht oft und auch nicht regelmässig – oder aber sie setzen die dadurch gewonnene Zeit nicht optimal ein. Das heisst, sie können noch nicht den maximalen Gewinn daraus ziehen.

Vor diesem Hintergrund wurde die Tag/Nacht-Station der Sonnweid durch das Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich evaluiert, und zwar im Hinblick auf ihre Bedeutung für die betroffenen Patienten und deren Angehörige, die Pflegemitarbeitenden und die regulären Bewohner der Station, aber auch bezüglich der vorstationären Betreuung von Menschen mit Demenz.

Aufgrund der hohen Relevanz von Entlastungspflege für die Praxis wurden die wichtigsten Ergebnisse der Studie in dieser Broschüre zusammengestellt. Sie soll pflegenden Angehörigen dabei helfen, über ihre Ansprüche an sich selbst zu reflektieren und sich ein Bild über die angebotenen Entlastungsdienste zu verschaffen. Was die Institutionen betrifft, vermittelt diese Broschüre Hinweise darauf, wie sie ihr Entlastungsangebot gestalten und optimieren können.

An dieser Stelle richten wir zunächst einen herzlichen Dank an die vielen pflegenden Angehörigen, welche uns ihre Erfahrungen und Gefühle im Begleitprozess eines

geliebten Menschen mit Demenz vertrauensvoll mitgeteilt haben. Den Mitarbeitenden der Tag/Nacht-Station des Krankenhauses Sonnweid gilt unser ganz besonderer Dank für ihr Engagement und ihren offenen Geist. Nadine Schmid verdient unseren speziellen Dank für ihre engagierte Mitarbeit an dieser Studie; und Hans Rudolf Schelling für seine kompetente Begleitung.

Der fachlichen und finanziellen Unterstützung durch die Age Stiftung Zürich, vertreten durch Karin Weiss, haben wir es zu verdanken, dass wir diese Studie realisieren konnten.



Dr. Sandra Oppikofer, Projektleiterin Evaluation Tag/Nacht-Station  
Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich

Hinweis zur Verwendung einer geschlechtergerechten Sprache: Um die Lesbarkeit des Textes zu erhöhen, werden männliche und weibliche Personenbezeichnungen im gesamten Text variiert. Dort wo es ohne Verlust an sprachlicher Klarheit möglich ist, werden beide Formen nebeneinander verwendet.

## Entlastungspflege: Arten, Zweck und Inanspruchnahme

### ■ Welche Arten von Entlastungspflege gibt es?

Entlastungsangebote für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz werden typischerweise in formelle, also institutionelle Unterstützung und in informelle Unterstützung durch Familie und Bekannte eingeteilt. Dabei werden in der Schweiz vor allem folgende Dienste angeboten: (1) Tagespflege/Tagesstätte, also Pflegedienst, der ausserhalb des eigenen Heimes ausgeführt wird, (2) Pflege zu Hause, z.B. durch die Spitex, (3) institutionelle Entlastungspflege, beispielsweise auf der Tag/Nacht-Station Sonnweid, (4) «Pflege-Familie», wobei der Patient und die pflegende Angehörige gemeinsam einen Kurzaufenthalt in einer <Gast>-Familie verbringen, und (5) informelle Entlastung, z.B. durch Freunde oder Familienmitglieder. Daneben gibt es viele weitere z.T. zeitlich limitierte Angebote, wie z.B. Alzheimer-Ferien oder die Spazierbegleitung. Nebst der Entlastungspflege an sich existieren zusätzliche Basisleistungen für pflegende Angehörige, etwa das Case Management oder die Familienberatung.

### ■ Welchen Zweck verfolgen Entlastungsdienste?

Entlastungspflege findet in einem limitierten Zeitfenster der Erkrankung statt: Der Leidensdruck der pflegenden Angehörigen ist in dieser Zeit bereits sehr stark geworden, für eine permanente Überweisung in eine Langzeitpflege-Institution ist er jedoch noch zu gering. In dieser belastenden Phase bietet die Entlastungspflege eine Annehmlichkeit, indem sie den auf den pflegenden Angehörigen lastenden Druck mindestens vorübergehend um einiges zu verringern vermag. Entlastungspflege bedeutet in erster Linie, dass den unermüdet pflegenden eine Auszeit von ihrer permanenten Verantwortung eingeräumt wird.

Die Pflege von demenziell Erkrankten bringt erfahrungsgemäss nicht nur Belastung, sondern auch Befriedigung mit sich. Die Entlastungspflege sollte deshalb darauf ausgerichtet sein, Belastungen zu reduzieren und gleichzeitig die Quellen von Befriedigungen für den pflegenden Angehörigen zu verstärken; das heisst, sie sollte sich auf die positiven Aspekte der Pflege konzentrieren.

Es ist sehr wichtig, dass pflegende Angehörige ermutigt werden, Hilfe in Anspruch zu nehmen, und dass ihnen nahegelegt wird, dass die Entlastungspflege für die von ihnen betreute Person – sei es nun der Ehepartner, ein Elternteil oder sonst wer – durchaus eine gute Lösung darstellt. Dementsprechend sollten pflegende Angehörige im Informationsmaterial über Entlastungspflege nicht etwa als bedrängte Person präsentiert werden, die am Ende ihrer Kräfte angelangt sind. Denn viele Pflegende fühlen sich nur zeitweilig hoch belastet, und nur wenige sind tatsächlich ausgebrannt.

Obwohl das klare Ziel der Entlastungspflege eine Linderung der Belastung der privat Pflegenden darstellt, ist diese Unterstützung als eine natürliche Form von Hilfe

anzusehen, die von jedermann als nützlich erachtet wird – unabhängig davon, wie erfolgreich die pflegende Person ihre Aufgabe bewältigt.

### ■ Wann werden Entlastungsdienste genutzt?

Die meisten Personen, welche formelle Entlastungsdienste in Anspruch nehmen, haben zuvor bereits informelle Hilfe von anderen Familienangehörigen erhalten. Betroffene organisieren sich meist zuerst selbst, indem sie sich aus verschiedenen Quellen ein Entlastungs-Programm zusammenstellen, bevor sie von einem temporären Aufenthalt in einer Pflegeinstitution Gebrauch machen.

#### Vor der Tag/Nacht-Station genutzte Entlastungsdienste (Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 10 Befragte)

Genutzte Entlastungsdienste	n*
Tagesstätte (Pflegeheim)	4
Spitex-Dienste	2
Therapie	2
Mahlzeitendienst	1
Private Betreuung	1

\* Anzahl Personen, welche diese Dienste nutzten

Anbieter von Entlastungsdiensten müssen sich darüber im Klaren sein, dass Personen, welche Entlastung benötigen und sie auch in Anspruch nehmen, dies meistens episodisch tun, etwa um alleine in die Ferien zu fahren oder aufgrund eigener temporärer Erkrankung.

Grundsätzlich können im Zusammenhang mit der Nutzung von Entlastungsdiensten bei Demenz drei Kategorien ausgemacht werden: (1) Entlastung für den pflegenden Angehörigen, (2) Sicherheit und Komfort oder Annehmlichkeit für das erkrankte Familienmitglied und (3) die Pflegeperson selbst und das Ausmass, in dem sie sich um ihre eigenen Bedürfnisse kümmert.



Obwohl es eine Tatsache ist, dass die Demenzerkrankung sowohl für den betroffenen Erkrankten als auch für den pflegenden Angehörigen ausserordentlich belastend sein kann, zeigen viele Studien und empirische Befunde auf, dass die Entlastungspflege nicht so häufig in Anspruch genommen wird.

### Gründe gegen eine Inanspruchnahme von Entlastungspflege

(Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 17 Befragte)

#### Gründe

- Finanzen / Verhältnis Kosten-Nutzen
- Schuldgefühle
- Fehlendes Vertrauen fremden Bezugspersonen gegenüber
- Weigerung des Patienten
- Es selber schaffen wollen
- Nicht zur Last fallen wollen
- Zu grosse geographische Distanz zum Entlastungsangebot

Ob jemand von Entlastungsdiensten Gebrauch macht, ist von drei Aspekten abhängig: (1) von soziale Faktoren oder Normen, (2) vom Gesundheitssystem, das heisst von dessen Ressourcen und Organisation, (3) von individuellen Faktoren. Übereinstimmend berichtet die Forschung von folgenden drei Aspekten, welche mit einer Entlastungsnutzung einhergehen:

- Schweregrad der Erkrankung (Kognition und ADL),
- Verhaltensprobleme und
- soziale Unterstützung.

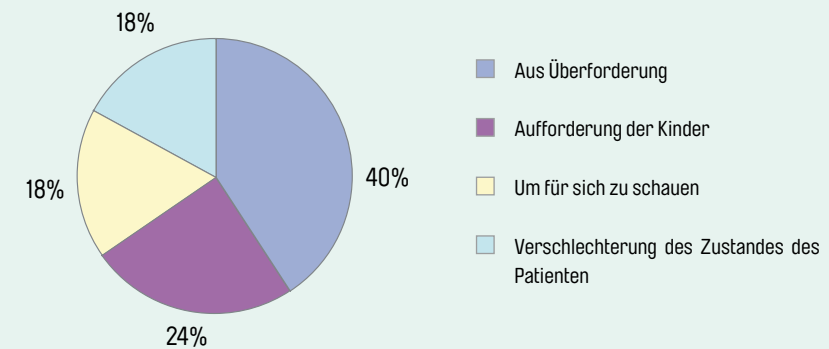
Doch auch andere Faktoren spielen dabei eine Rolle: funktionelle Einbussen der Patienten, Gesundheit der Pflegenden, Nutzung anderer Entlastungsdienste sowie Wahrnehmung bezüglich der Nützlichkeit und der Zweckmässigkeit der Entlastungspflege.

Ob Entlastung genutzt wird, hängt zudem häufig mit den finanziellen Ressourcen einer Person zusammen. In der Evaluation der Tag/Nacht-Station gaben 13% der Befragten an, sie hätten mit der Nutzung aus finanziellen Überlegungen zugewartet. Weitere 13% räumten ein, dass sie die Dienstleistung nicht mehr nutzen würden, falls sie teurer werde.

Was das Alter und das Geschlecht der Pflegenden sowie die Wohnform betrifft zeigte sich bloss ein geringer Zusammenhang mit der Nutzung von Entlastungspflege. Bezüglich Bildung, Depression oder wahrgenommener Belastung wurde überhaupt kein Zusammenhang konstatiert, wohl aber hinsichtlich erfahrener Schwierigkeiten und der Beziehung zwischen Pflegenden und Patienten. Eher erstaunlich ist der Befund, dass Depression kein Grund zu sein scheint, Entlastungspflege zu nutzen. Dies wird damit erklärt, dass depressive Symptome den pflegenden Angehörigen daran hindern zu handeln und ihn stattdessen eher passiv werden lassen.

### Vier häufigste Gründe für eine Inanspruchnahme von Entlastungspflege

(Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 17 Befragte)



Die Angehörigen der Patienten auf der Tag/Nacht-Station der Sonnweid nannten folgende mitentscheidende Gründe für eine Inanspruchnahme der Entlastungspflege: körperliche Erschöpfung (88% der Befragten), psychische Erschöpfung (82%), Schlafschwierigkeiten (76%) und Inkontinenz (53% der Befragten).

Nebst der Entlastungspflege werden häufig auch weitere formelle und informelle Unterstützungsangebote genutzt.

### Nebst der Tag/Nacht-Station genutzte Entlastungsdienste

(Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 17 Befragte)

#### Genutzte Entlastungsdienste

- Haushaltsunterstützung
- Materielle/finanzielle Unterstützung
- Stundenweise Betreuung/Besuch/Spazierbegleitung
- Emotionale Unterstützung/Ratschläge/Tipps

### Wie suchen pflegende Angehörige nach Entlastungsdiensten?

Die aktive Suche nach Entlastungsdiensten erfolgte bei den pflegenden Angehörigen der Tag/Nacht-Station am häufigsten über Bekannte (46%) und Hausärzte (38%).

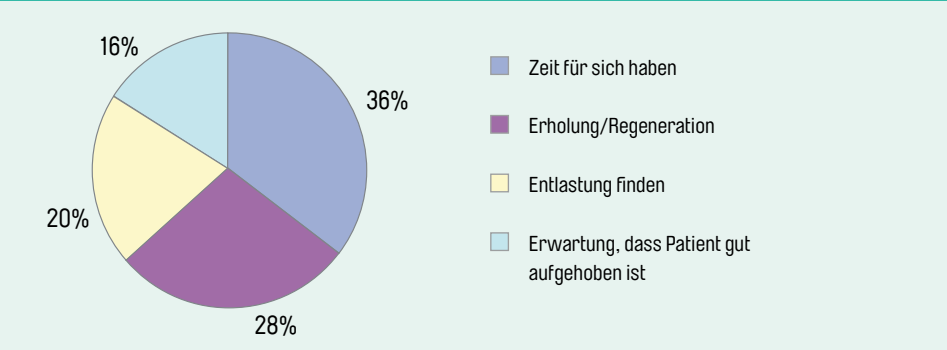
Den definitiven Entscheid für die Inanspruchnahme dieses Dienstes fällte lediglich ein Drittel der pflegenden Angehörigen alleine. Zwei Drittel der Befragten beziehungsweise rund 60% entschieden sich gemeinsam mit ihren Kindern für eine Nutzung, 20% auf Anraten ihres Hausarztes und ebenfalls 20% nach Rücksprache mit Bekannten.



### Welche Erwartungen stellen pflegende Angehörige an die stationäre Entlastungspflege?

Entschliessen sich pflegende Angehörige dafür, Entlastungspflege in Anspruch zu nehmen, so sind damit auch klare Erwartungen an den potenziellen Nutzen einer solchen Entlastung verbunden.

#### Die vier häufigsten Erwartungen pflegender Angehöriger an die Tag/Nacht-Station (Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 15 Befragte)



Die entsprechende Evaluation der Tag/Nacht-Station der Sonnweid ergab, dass sich diese Erwartungen durchschnittlich gut erfüllt haben. Was sich bei wenigen Befragten nicht erfüllt hat, ist die Erwartung, loslassen zu können und in den Genuss einer länger andauernden Erholung zu kommen. Dieses Resultat verweist darauf, wie wichtig es ist, pflegenden Angehörigen nicht nur physische Entlastung von der Pflege zu bieten, sondern auch psychologische Unterstützung und Beratung, damit ein möglichst grosser Nutzen aus den Entlastungsaufenthalten gezogen werden kann.



### Psychologische Bedürfnisse und Motive pflegender Angehöriger

Viele pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz gehen im Bemühen, bestmögliche Pflegerinnen zu sein, bis an die Grenzen ihrer Möglichkeiten, oftmals sogar weit darüber hinaus. Leider riskieren viele dabei ihr eigenes Wohlbefinden und nehmen im Laufe des Pflegeprozesses manchmal sogar erhebliche Beeinträchtigungen ihres Familienlebens in Kauf. Deshalb ist es wichtig, nicht nur auf die Bedürfnisse der Pflegenden hinsichtlich der Unterstützung im Pflegeprozess einzugehen, sondern auch auf deren eigene Bedürfnisse und Motive infolge der Pflegesituation, in der sie sich befinden.

#### ■ Weshalb pflegen Familienmitglieder ihre an Demenz erkrankten Angehörigen zu Hause?

Pflegende Familienmitglieder können aus ihrer Pflegerolle grosse Zufriedenheit erlangen. Pflege bereitzustellen, wird nicht immer nur als Last empfunden, sondern gelegentlich auch als ausgleichende Gerechtigkeit hingenommen. So wird z.B. vom Motiv des Pflegeausgleiches gesprochen, das sich in Äusserungen wie: «Meine Mutter hat für mich gesorgt, als ich sie benötigte, nun ist es an mir, sie zu pflegen.» , spiegelt. Ein weiteres Motiv, das sogenannte «caregiving modeling», bringt einen gewissen Stolz zum Ausdruck, eine Familientradition weiterzuführen (z.B. sich um die Anliegen der Alten zu kümmern). Andere Motive wiederum sind religiöser oder moralischer Natur, oder sie entspringen dem Pflichtgefühl zur Pflege, das allein schon aus dem Status der Ehefrau oder des Kindes hervorgeht.

Eine andere Kategorie persönlicher Bedürfnisse basiert auf dem Motiv der Pflege als einer persönlichen Herausforderung. Die erforderliche Pflegetätigkeit stellt einen Test der persönlichen Kompetenzen der betreffenden Pflegeperson dar. Im Zusammenhang damit steht die Überzeugung, Pflege sei eine wichtige Etappe auf ihrem Entwicklungsweg zum höheren Erwachsenenalter. Das Aufrechterhalten einer bestimmten Rolle kann ein weiteres Bedürfnis pflegender Angehöriger darstellen (man denke an Familienrollen wie z.B. «Mutters Liebling» , der «Lastenträger» oder «die Verantwortungsvolle» ). Die Ausübung einer solchen Rolle ist unter Umständen eine wichtige Quelle von Sicherheit. Aus diesen Gründen kann die Tätigkeit des Pflegens die Weiterführung einer lebenslangen Rolle darstellen, indem die Person aus der Kontinuität gewinnt, aufgrund der Erwartung anderer jedoch auch den Druck verspürt, diese Rolle aufrechterhalten und weiterhin ausüben zu müssen. Gewisse Pflegende mögen zwar über die elterlichen Ansprüche offenkundig verbittert sein, das Pflegeverhalten jedoch trotzdem weiterführen wollen – entweder in Resignation oder als Triumph im Sinne von: «Ich werde es ertragen im Wissen darüber, dass ich eines Tages frei sein werde», oder «Ich werde ihr zeigen, dass ich mich nicht so leicht einschüchtern lasse.» Kontinuität in der Pflege ist deshalb nicht immer auf freie Wahl zurückzuführen, sondern kann auch aus Zwang hervorgehen.

All diese Motive dienen letztlich dazu, dem Pflegenden Lebenssinn zu vermitteln und ihn in seinem Kompetenzgefühl zu stärken. Um zu verstehen, welche Art von Unterstützung pflegende Angehörige suchen und auch nutzen, ist es wichtig, diese Beweggründe zu kennen.

### Gründe für eine Betreuung zu Hause

(Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 17 Befragte)

Gründe	Anzahl Nennungen
• Weil man miteinander verheiratet ist	8
• Weil man füreinander da sein möchte	8
• Aus moralischen Gründen	4
• Weil man es gerne macht	3
• Weil man Zeit hat	3
• Weil man zusammen eine schöne Zeit hatte	2

### ■ Welchen Belastungen sind pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz ausgesetzt?

Die Notwendigkeit einer permanenten Beaufsichtigung von Menschen mit Demenz ist seitens der Pflegenden mit grossen Restriktionen verbunden, die ihre Lebensqualität erheblich einschränken. Pflegende Angehörige neigen deshalb eher zu Depressivität und sind einem grösseren Stress ausgesetzt als Nicht-Pflegende, zudem ist es um ihr Wohlbefinden und ihre Selbstwirksamkeit weniger gut bestellt.

Aspekte pflegebedingter Belastung von Angehörigen sind: physische und psychische Überforderung, hohe zeitliche Beanspruchung, finanzielle Belastung, spezifische Krankheitssymptome (z.B. Inkontinenz), Persönlichkeitsveränderungen und problematische Verhaltensweisen, Gefühle der Entfremdung, emotionale Distanz zum Pflegebedürftigen, Aufgabe des Berufs, abnehmendes Spektrum verwirklichter Interessen, abnehmende inner- und ausserfamiliäre Kontakte, Krisen und Spannungen in der Ehe, geringe Unterstützung durch die Familie, fehlende Zukunftsperspektiven und erlebte Unveränderbarkeit der Situation.

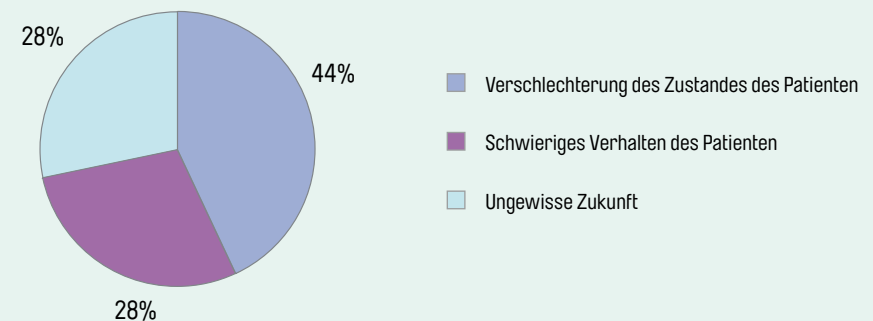
Die Pflegeaufgaben führen in Verbindung insbesondere mit den Anforderungen und Zielen in anderen Lebensbereichen zu Konflikten, vor allem in Familie und Beruf sowie im sozialen Bereich. Häufig erwähnte, negative Konsequenzen aufgrund physischer und emotionaler Überlastung von pflegenden Angehörigen betreffen das psychische Wohlbefinden und äussern sich in depressiven Verstimmungen, negativen Gefühlen wie Ärger, Unzufriedenheit, Schuldgefühlen und Frustration, aber auch in gesteigerter Ängstlichkeit und Feindseligkeit, einem geringeren Ausmass an Lebenszufriedenheit sowie in einem erhöhten Druck und in vermehrten Familienkonflikten. Die nächtliche Pflege verursacht zudem Schlafstörungen, so dass pflegende Angehörige hinsichtlich Erschöpfung, Schlaf- und Appetitstörungen eine Hochrisikogruppe darstellen.

Trotzdem scheinen nur wenige Pflegende aufgrund der Belastungen an einer schwerwiegenden psychischen Erkrankung zu leiden. Dies lässt den Schluss zu, dass die Pflege von an Demenz erkrankten Angehörigen oft als ein Nebeneinander von

Schwierigkeiten und Höhenflügen, von Zufriedenheit und Belastung erlebt wird. Doch selbst bei einem definitiven Übertritt des Patienten in eine Langzeitpflegeinstitution dürften gewisse Belastungen bestehen bleiben.

Entscheidend für das Belastungserleben ist die subjektive Bewertung der objektiven Situation, denn Menschen mit gleicher objektiver Belastung unterscheiden sich in ihrer subjektiv empfundenen Belastung. Bezüglich dieses subjektiven Belastungserlebens sind die nichtkognitiven Krankheitssymptome von besonderer Bedeutung. Hier werden ängstliches Anklammern, Unruhe, Stimmungsschwankungen und aggressive Durchbrüche genannt. Die nichtkognitiven Symptome und Defizite im Sozialverhalten können intensive Gefühle von Verlust und Trauer, aber auch von Ablehnung und Aggression auslösen. Die Angehörigen leiden unter dem Absterben der gemeinsamen Biographie; sie haben mitunter das Gefühl, einen Schandfleck in der Familie zu haben, empfinden Scham über ihre vermeintlichen Defizite, verspüren einen Verlust an Zuneigung zum Gepflegten und empfinden Wut über einen gemeinsamen Lebensabend, den sie sich ganz anders vorgestellt hatten.

### Belastende Betreuungssituationen (Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 16 Befragte)



### ■ Wie steht es um die Hoffnungen und Sorgen pflegender Angehöriger von Menschen mit Demenz?

Im Rahmen der Evaluation der Tag/Nacht-Station Sonnweid wurden von den pflegenden Angehörigen folgende zukunftsorientierte Hoffnungen genannt:

### Hoffnungen bezüglich der zukünftigen Betreuung der an Demenz erkrankten Person (Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 16 Befragte)

#### Hoffnungen für die Zukunft

- Gesund zu bleiben, um den Patienten bis zu seinem Tode pflegen zu können
- Dass der Patient nicht leiden muss
- Dass der Patient im Schlafe sterben kann
- Dass der Patient lange zu Hause bleiben kann

Ebenfalls wurde nach den künftig zu erwartenden Sorgen gefragt. Nachfolgende Tabelle führt die häufigsten Nennungen auf.

#### Künftige Sorgen bezüglich der Betreuung der an Demenz erkrankten Person (Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 16 Befragte)

##### In der Zukunft zu erwartende Sorgen

- Selber krank zu werden
- Tod des Patienten
- Kein Geld mehr zu haben
- Nicht mehr mobil zu sein
- Einsamkeit



## Bedeutung von Entlastungspflege

Pflegen scheint etwas zu sein, was man einfach tut, in einem gewissen Masse unabhängig von seinem eigenen physischen Zustand. Auf der anderen Seite zeigen Forschungsergebnisse, dass ältere Pflegenden, die in demselben Haushalt mit der an Demenz erkrankten Person leben – mit grosser Wahrscheinlichkeit ist dies der Ehepartner – vermehrt Entlastungsdienste in Anspruch nehmen. Obwohl der Gesundheitszustand der pflegenden Person nicht ausschlaggebend dafür zu sein scheint, ob Hilfe in Anspruch genommen wird oder nicht, erhöht die Vulnerabilität der pflegenden Angehörigen dennoch die Wahrscheinlichkeit, dass diese Unterstützung sucht. Personen, die mehr Zeit für die Pflege aufwenden, stärkere Gefühle der Belastung zum Ausdruck bringen und eher depressiv geneigt sind, nutzen Entlastungsdienste häufiger.

Vor allem pflegende erwachsene Kinder (Töchter oder Schwiegertöchter) scheinen temporäre institutionelle Entlastungspflege zu nutzen – insbesondere jene, welche über hohe subjektive Belastungen klagen. Im Gegensatz dazu nutzen Ehefrauen die Dienste am wenigsten. Dabei ist wohl davon auszugehen, dass Ehefrauen ihre Rolle dahingehend interpretieren, dass sie Pflegehandlungen alleine und ohne Hilfe bereitstellen müssen/können, ja, dass es ein Zeichen der Schwäche wäre, diese zu nutzen. Oder aber die Ehefrau hat das Gefühl, es beeinträchtigt ihre Beziehung zum Ehemann, wenn sie Entlastungspflege beansprucht. Entlastungsdienste zu nutzen ist für pflegende Ehefrauen gewiss emotional schwieriger als für pflegende Kinder oder Freunde. Aus diesem Grunde erlangen Ehefrauen auch nicht denselben Nutzen aus der Entlastungspflege wie andere pflegende Angehörige. Ebenso ist es wahrscheinlicher, dass Ehefrauen ihren erkrankten Partnern gegenüber Schuldgefühle entwickeln, wenn sie fremde Hilfe annehmen – dies wiederum im Gegensatz zu anderen Pflegebeziehungen. Wenn Ehefrauen die Entlastungspflege überhaupt nutzen, dann meist nur für eine kurze Zeitspanne.

#### ■ Welche Bedeutung hat Entlastungspflege für pflegende Angehörige?

Die Betreuung von demenzkranken Menschen zuhause bedeutet für pflegende Angehörige häufig, den Betroffenen rund um die Uhr versorgen zu müssen. Dabei bleiben eigene Bedürfnisse häufig auf der Strecke, obwohl gerade für solche Menschen Freiräume und Verschnaufpausen ein notwendiges Lebenselixier darstellen.

Es gibt in der Schweiz und in Deutschland nur sehr wenige Studien, welche sich systematisch mit der Effizienz von Entlastungspflege für pflegende Angehörige befasst haben. Obwohl die meisten Studien über die Wirkung von Entlastungspflege zum Schluss gelangen, diese Dienste seien nützlich, findet man bei näherer Betrachtung unterschiedliche, teils sogar widersprüchliche Resultate. Einig ist man sich hingegen darüber, dass das grösste Bedürfnis pflegender Angehöriger darin besteht, dass man ihnen eine Auszeit einräumt.

Im Rahmen der Evaluation der Tag/Nacht-Station berichteten die pflegenden Angehörigen über nachfolgend kommentierten Wirkungen.



## Alltagsbewältigung

Die im Rahmen dieser Studie interviewten pflegenden Angehörigen berichten, dass es ihnen durch die Inanspruchnahme der Entlastungsdienste der Sonnweid besser gelinge, ihren Alltag zu bewältigen.

### Soziale Kontakte

Die Ergebnisse dieser Untersuchung zeigen, dass sich durch die Tag/Nacht-Station bei circa 20–30% der Befragten Veränderungen bezüglich ihrer sozialen Kontakte abzeichnen hätten, und dass diese positiv wahrgenommen würden. Bezüglich der Veränderungen wurde vor allem hervorgehoben, dass nun mehr Zeit für Sozialkontakte zur Verfügung stehe. Diesbezüglich stellt also die Entlastungspflege der Tag/Nacht-Station eine bedeutsame und wertvolle Ressource für Pflegende dar.

### Schlafqualität

Die nächtliche Pflege von Menschen mit Demenz kann Schlafstörungen verursachen, so dass Pflegende eine Hochrisikogruppe hinsichtlich Erschöpfung, Schlaf- und Appetitstörungen darstellen. Dies sind denn auch die häufigsten Gründe, warum pflegende Angehörige einen Zusammenbruch erleiden. Die Ergebnisse dieser Studie zeigen bezüglich der Schlafqualität der pflegenden Angehörigen eine Verbesserung, wenn die an Demenz erkrankte Person auf der Tag/Nacht-Station schläft, und keine Verschlechterung bei deren Rückkehr nach Hause. Dieser Befund steht vordergründig im Widerspruch zu einer anderen Studie, die bei den Erkrankten nach den Entlastungsaufenthalten Verschlechterungen der Schlafdauer und -tiefe feststellte, so dass nach der Rückkehr der Patienten auch die pflegenden Angehörigen eine zusätzliche Verschlechterung ihrer Schlafqualität erfuhren. Entscheidend ist jedoch die Regelmässigkeit der Nutzung von Entlastungsdiensten: findet diese regelmässig statt, sollten negative Auswirkungen auf die Schlafqualität vermieden werden können. Gesamthaft berichtet nur ein Drittel der pflegenden Angehörigen von generellen Schlafschwierigkeiten.

### Gesundheit

Aus der Forschung ist bekannt, dass zwischen der Gesundheit von Demenzpatienten und dem Wohlbefinden der betreuenden Angehörigen ein enger Zusammenhang besteht. So weisen Angehörige aufgrund ihrer Belastung durch die Pflege ein bis zu 50% höheres Erkrankungsrisiko auf.

Durchschnittlich schätzten die pflegenden Angehörigen der Tag/Nacht-Station der Sonnweid ihre körperliche Gesundheit als mittelmässig ein – wobei Männer ihre Gesundheit besser einschätzten als Frauen. 80% der befragten pflegenden Angehörigen glauben jedoch, dass sich ihr körperlicher Gesundheitszustand durch die Nutzung der Tag/Nacht-Station der Sonnweid leicht verbessert hat. Dies wurde hauptsächlich auf folgende drei gesundheitsfördernde Faktoren zurückgeführt:

- Entspannung
- Sportliche Betätigung
- Ruhepausen

Die pflegenden Angehörigen weisen nach der Inanspruchnahme der Tag/Nacht-Station eine signifikant geringere depressive Symptomatik aus. Dank der Entlastungspflege der Sonnweid verfügen sie zudem insgesamt über mehr Energie, Interesse und Freude. Die Entlastungspflege leistet somit durch die Verbesserung der Gesundheit des Pflegeerbringers potenziell auch einen Beitrag zur Aufschiebung einer später erforderlichen Institutionalisierung.

### Freizeitaktivitäten

Gemäss einer Erhebung durch Angehörigengruppen der Schweizerischen Alzheimervereinigung leisten betreuende Angehörige im Durchschnitt täglich 5.7 Stunden Betreuungsarbeit, wobei die Anzahl Stunden mit dem Krankheitsverlauf zunimmt. Rund 60% der Befragten stellten fest, dass sich durch die Nutzung der Tag/Nacht-Station ihre Freizeitaktivitäten positiv verändert haben, da ihnen dank dem Entlastungsangebot mehr Zeit zur Verfügung steht, um z.B. Dinge nachzuholen oder wieder an einem Vereinsleben teilzuhaben.

### Institutionalisierung

Etwa 70% der Befragten glauben, ihren Angehörigen durch die Nutzung der Tag/Nacht-Station länger zu Hause betreuen zu können.

### Allgemeine Lebensqualität

Die Evaluation zeigt, dass die pflegenden Angehörigen ihre momentane Lebenssituation als mittelmässig, dank der Nutzung der Tag/Nacht-Station jedoch als verbessert einschätzen.

#### Hauptgründe für eine verbesserte Einschätzung der Lebensqualität pflegender Angehöriger durch die Entlastungsaufenthalte (Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 16 Befragte)

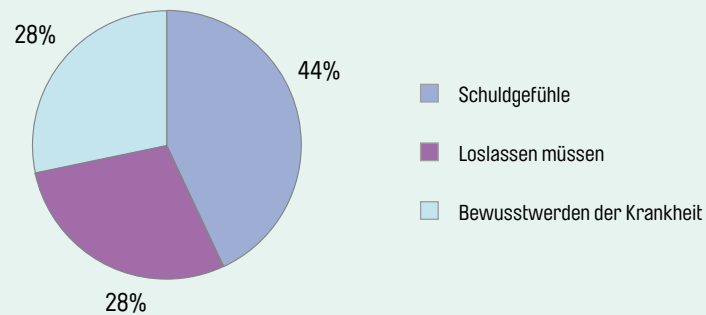
##### Hauptgründe

- Zeit für sich haben
- Entlastung und Entspannung finden
- Verantwortung abgeben können
- Beruf nachgehen können

Aus der Untersuchung geht jedoch auch hervor, dass das Weggeben bzw. Loslassen der demenzbetroffenen Person von einem Drittel der Angehörigen als belastend beschrieben wird, was eine negative Veränderung der persönlichen Lebenssituation durch die Entlastungspflege bedeutet. Angehörige müssen sich mit der räumlichen, aber auch mit der emotionalen Distanz zu ihren <abgegebenen> Angehörigen auseinandersetzen. Inwieweit dies einer Pflegeperson gelingt, ist von ihren individuellen Anpassungsfähigkeiten abhängig.

### Hauptgründe für die psychische Belastung bei einer Inanspruchnahme von stationärer Entlastungspflege

(Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 15 Befragte)



### Beziehung zur erkrankten Person

Aus der Evaluation der Tag/Nacht-Station geht hervor, dass ca. ein Drittel der befragten Angehörigen durch die Nutzung der Entlastungspflege positive Veränderungen in ihrer Beziehung zur erkrankten Person festgestellt haben. Das heisst, Patient und pflegender Angehöriger sind einander wieder nähergekommen, sind gelassener und ruhiger geworden und haben eine grössere Wertschätzung füreinander entwickelt.

Ca. zwei Drittel der Befragten haben jedoch keine Veränderungen festgestellt. Demgegenüber berichteten zwei Angehörige von einer Verschlechterung ihrer Beziehung zum Betreuten. So mache ihnen der Patient nun Vorwürfe, weil er regelmässig in die Entlastungspflege gehen <müsse>.

### ■ Welche Bedeutung haben Entlastungsangebote für Menschen mit Demenz?

In einer Übersichtsstudie zum Forschungsstand wurde festgestellt, es lasse sich kaum belegen, dass die Entlastungspflege einen signifikanten Effekt auf die Kognition der Patienten, deren Funktionsniveau und physische Gesundheit oder auf die Institutionalierungsrate ausübe. Bezüglich der Lebensdauer konnte keine Verlängerung festgestellt werden. In einer anderen Studie wurden Case Management und subventionierte soziale Dienste angeboten. Auch die Nutzung dieser Dienste hatte angeblich lediglich einen

geringfügigen Effekt auf den Eintritt in eine Institution. Hingegen wird nach der Rückkehr von einem Entlastungsaufenthalt von Verschlechterungen in den Bereichen des Funktionsniveaus und der Schlafqualität berichtet.

### Befinden der Patienten

Im Rahmen der Evaluation der Tag/Nacht-Station Sonnweid konnte festgestellt werden, dass ein Drittel der an Demenz erkrankten Personen ihren pflegenden Angehörigen während des stationären Aufenthaltes durchaus vermissen und dies auch ausdrücken können. Durchschnittlich schätzten die Tag/Nacht-Gäste welche sich noch artikulieren konnten, ihr Befinden bei Ankunft auf der Station und 24 Stunden später gleichermassen als zufriedenstellend ein.

### Verhaltensänderungen der Patienten

Die Evaluation der Tag/Nacht-Station zeigte, dass die pflegenden Angehörigen durchschnittlich selten aggressives Verhalten vonseiten der demenzkranken Personen erleben. Nichtsdestotrotz berichtete ein Viertel der Angehörigen von einer Verringerung des aggressiven Verhaltens seit der regelmässigen Nutzung der Tag/Nacht-Station.



### Kontakt mit dem Pflegepersonal

Was in Studien selten erhoben wird, ist die Zufriedenheit der Patienten mit den institutionellen Pflegepersonen. Dies wurde deshalb in der Evaluation der Tag/Nacht-Station erfragt. Alle Personen, die noch in der Lage waren, darüber Auskunft zu geben, fanden das Pflegepersonal insgesamt sehr nett. Allerdings empfanden es einige Gäste als unangenehm, wenn mit ihnen Schriftdeutsch gesprochen wurde.

### Zusammenarbeit zwischen professionell Pflegenden und pflegenden Angehörigen

In einer neuseeländischen Studie wurden kritische Gespräche zwischen Pflegemitarbeitenden und pflegenden Angehörigen analysiert. Dabei wurde festgestellt, dass die Art und Weise, wie Pflegemitarbeitende mit den Angehörigen interagieren, die Wahrnehmung der Qualität des Entlastungsdienstes, und damit auch dessen Nutzen beeinflusst. Deshalb wird hervorgehoben, wie wichtig es sei, dass institutionelle Pflegemitarbeitende ihre Arbeit kritisch reflektieren und darüber nachdenken, wie sie zu den pflegenden Angehörigen eine erfolgreiche Arbeitsbeziehung aufbauen können.

Der Kontakt zu pflegenden Angehörigen kann für Pflegemitarbeiter jedoch auch emotional belastend sein – insbesondere dann, wenn bei der Übergabe und Rückgabe des Tag/Nacht-Gastes kaum Zeit für ein Gespräch oder einen kurzen Informationsaustausch zur Verfügung steht. Gerade diese Möglichkeit eines Austausches stellte sich jedoch als echtes Bedürfnis heraus, und zwar sowohl aufseiten der pflegenden Angehörigen als auch der Pflegemitarbeitenden. Wenn es gelingt, dafür einen geeigneten Rahmen zu schaffen – sei es die dafür benötigte Zeit, ein Besprechungszimmer oder eine ruhige Ecke auf der Station –, so trägt dies viel zur beidseitigen Zufriedenheit mit der Dienstleistung bei.

#### Wichtige Grundlagen für den Kontakt mit pflegenden Angehörigen (Evaluation Tag/Nacht-Station, Basis: 13 Pflegemitarbeitende)

##### Grundlagen

- Zeit und Ruhe für Gespräche
- Offizielle Gesprächszeiten
- Regelmässige Treffen Pflegende/Angehörige zum gegenseitigen Austausch
- Räumliche Voraussetzungen: z.B. ruhige Sitzecke, Besprechungszimmer





# Tag/Nacht-Station der Sonnweid

## Geschichtlicher Hintergrund

1986 wurde das Krankenhaus Sonnweid AG durch den heutigen Inhaber übernommen. Nach diversen Sanierungen, Erweiterungsbauten und der Schaffung einer Abteilung für externe Schulung und Beratung wurde 2001 auch eine Tag/Nacht-Station mit flexiblen, individuell angepassten Aufenthaltszeiten eröffnet.

Die Sonnweid AG ist ein gerontopsychiatrisches Krankenhaus, welches Wohn- und Lebensraum für 150 Menschen mit Demenz bietet. 220 Mitarbeitenden (inklusive Teilzeit) sind für die Institution tätig. Zu den insgesamt 14 internen und externen Wohngruppen zählen betreute Kleingruppen, Pflege-Oasen, eine Tag/Nacht-Station sowie Kurz-, Entlastungs- und Ferienaufenthalte.

## Welche Dienstleistungen bietet die Tag/Nacht-Station an?

Die Tag/Nacht-Station soll Angehörigen, die zu Hause betreuen, eine kurzfristige und regelmässige Entlastung bieten, indem die betroffenen Erkrankten schnell und flexible Aufnahme finden. Die Dienstleistung umfasst folgende Angebote:

- Regelmässige Aufenthaltsmöglichkeit für Menschen mit Demenz bis zu 84 Stunden pro Woche (z.B. von Montagmorgen bis Donnerstagabend)
- Kurzfristige Aufnahme bei Notsituationen zu Hause
- Ferienaufenthalte

Diese Angebote beinhalten folgende Leistungen: (a) Zeiten (Ankommen, Abholen) können individuell vereinbart werden, es bestehen grundsätzlich keine Einschränkungen, (b) Integration der Tag/Nachtgäste in eine bestehende Kleingruppe innerhalb der Sonnweid, (c) Teilnahme der Tag/Nachtgäste am Gesamtbetreuungsangebot der Institution (z.B. Singen, Wandergruppe, Ausdrucksmalen, Bewegen), (d) Betreuung rund um die Uhr durch erfahrene Mitarbeitende, welche wichtige Fortbildungen in den Bereichen Aktivierung, Basale Stimulation, Ethik, Kinästhetik und Validation besucht haben. Die medizinische Betreuung erfolgt weiterhin über den Hausarzt. Bei Notfällen während des Aufenthalts in der Institution steht der ärztliche Dienst der Sonnweid zur Verfügung. Der gerontopsychiatrische Dienst der Sonnweid kann auf Wunsch konsiliarisch beigezogen werden.





## Handlungsmöglichkeiten

Flexible temporäre Entlastungsaufenthalte können pflegenden Angehörigen schnelle Entlastung bieten. Sowohl Personen mit Demenz als auch deren pflegende Angehörige haben damit die Möglichkeit, sich allmählich an eine stationäre Betreuungssituation zu gewöhnen.

Grundsätzlich sollte sich jedoch ein Pflegeheim überlegen, ob temporäre Aufenthalte vor allem überlasteten pflegenden Angehörigen oder aber notfallmässigen Eintritten dienen sollten. Dies spielt besonders dann eine Rolle, wenn Wartelisten bestehen.

### Worauf ist bei der Entwicklung und Optimierung von Entlastungsangeboten zu achten?

Für pflegende Angehörige ist die Nutzung formeller Entlastungsdienste meistens ein bedeutender Schritt. Entsprechend wichtig ist es für sie, vom Pflegepersonal in ihren Bedürfnissen und Anliegen ernst genommen zu werden. Dabei wird insbesondere Wert auf einen freundlichen und wertschätzenden Umgang gelegt. Für die meisten pflegenden Angehörigen ist es zudem wichtig, regelmässigen Kontakt zu einer Leitungsperson der Institution pflegen zu können.

#### ■ Wichtige Aspekte bei der Übergabe, während des Aufenthaltes und bei der Rückgabe des Patienten

Bei der Evaluation der Tag/Nacht-Station hat sich klar herausgestellt, dass es für alle Beteiligten von Vorteil ist, wenn folgenden Aspekten Beachtung geschenkt wird:

##### Übergabe des Patienten

- Genügend Zeit für Gespräche
- Ruhige Räumlichkeiten, die Privatsphäre erlauben
- Flexible Ankunftszeiten (jedoch nicht während der Mahlzeiten)
- Genaue Information über Medikamente
- Standardisiertes Verfahren

##### Entlastungsaufenthalt

- Einer- und Zweierzimmer zur Verfügung stellen
- Kein Kontakt zwischen Patient und Angehörigen
- Integration der Tag/Nacht-Station in die stationären Bereiche der Institution
- Frei zugänglicher Garten
- Medizinische und psychiatrische Beratung

##### Rücknahme des Patienten

- Genügend Zeit für Gespräche
- Ruhige Räumlichkeiten, die Privatsphäre erlauben
- Informationsaustausch (Positives und Negatives)
- Flexible Rücknahmezeiten (jedoch nicht während der Mahlzeiten)
- Standardisiertes Verfahren

#### ■ Einer- oder Zweierzimmer

In diesem Kontext wird oft die Frage diskutiert, ob den Tag/Nacht-Gästen Einer- oder Zweierzimmer zur Verfügung gestellt werden sollen. Bei der Evaluation der Tag/Nacht-Station stellte sich heraus, dass 43% der Angehörigen gerne ein Einzelzimmer für ihren an Demenz erkrankten Angehörigen hätten. Dies deckt sich mit dem Wunsch der Erkrankten, stimmen diese doch zu 40% damit überein. Wenn möglich, ist es deshalb empfehlenswert, auf die individuellen Bedürfnisse der Betroffenen einzugehen. Es gibt Patienten, für die ein Mitbewohner ein beruhigendes Element darstellt, andere wiederum fühlen sich durch eine zweite Person im Zimmer in ihrer Ruhe gestört, was zu Konflikten oder gar zu Tätlichkeiten führen kann. Förderlich ist diesbezüglich eine flexible Bauweise der Tag/Nacht-Station (z.B. modulare / mobile Trennwände).

#### ■ Gemeinsame Betreuung stationärer und temporärer Gäste

Ist eine Pflegeinstitution aufgrund der gegebenen Räumlichkeiten und Ressourcen nicht in der Lage, eine eigens dazu geschaffene Temporärabteilung zu unterhalten, so bietet sich eine gemeinsame Betreuung von stationären und temporären Gästen an. Mittels der Evaluation der Tag/Nacht-Station sollte u.a. ausfindig gemacht werden, ob diese gemeinsame Betreuung für die stationären Gäste und die Pflegemitarbeitenden eine besondere Belastung bedeuten. Dabei konnte festgestellt werden, dass

- weder stationäre Gäste noch pflegende Angehörige sich an der gemeinsamen Betreuung resp. am ständigen Wechsel der Bewohnenden stören und
- Pflegemitarbeitende die gemeinsame Betreuung von stationären und Tag/Nacht-Gästen nicht als sonderlich belastend empfinden.

#### ■ Wechsel des Pflegeteams

Ist der Anteil der Teilzeitmitarbeitenden in einer Pflegeinstitution gross, so führt dies unweigerlich zu einer täglich wechselnden Zusammensetzung des Pflegeteams. Aus der Evaluation der Tag/Nacht-Station geht indes klar hervor, dass fast die Hälfte der pflegenden Angehörigen genau an diesem Wechsel Anstoss nehmen. Abgesehen davon, dass sie von einem unspezifischen negativen Einfluss dieser Situation auf das Wohlbefinden der Patienten ausgehen, glauben Sie, dass unter diesen Umständen

- der Aufbau einer persönlichen Beziehung schwierig ist und
- Informationen nicht gut zugänglich sind.

Andererseits zeigt es sich, dass Teilzeitmitarbeitende grundsätzlich weniger unter arbeitsbedingtem Stress leiden als Vollzeitangestellte, was wiederum den Vorteil mit sich bringt, dass es bei ihnen weniger krankheitsbezogene Absenzen gibt.

### ■ Weiterführende Angebote

Obwohl regelmässige Entlastungsaufenthalte die pflegenden Angehörigen zunächst auf der physischen Ebene entlastet, so zeigte sich anlässlich der Evaluation der Tag/Nacht-Station, dass beratende Unterstützung eine wichtige Ergänzung zur körperlichen Entlastung darstellt. Mögliche Formen der Unterstützung sind z.B.

- Telefonsprechstunden,
- fachliche Beratungsgespräche zu Themen wie Pflege, Inkontinenz und Ernährung,
- therapeutische Beratung sowie
- Austausch zwischen pflegenden Angehörigen und Pflegemitarbeitenden.

### Welche Anforderungen stellen sich an die Pflegemitarbeitenden eines stationären Entlastungsangebotes?

Pflegemitarbeitende temporärer Abteilungen sehen sich mit anderen Arbeitsbedingungen konfrontiert, als dies auf normalen stationären Abteilungen der Fall ist. So ist es hier schwieriger, eine ruhige Atmosphäre aufzubauen, Routine und Regelmässigkeit gibt es kaum. Der ständige Wechsel der Patienten erschwert es, bessere Kenntnisse über individuelle Bedürfnisse und Eigenarten der Gäste zu gewinnen. Die Arbeitsbelastung ist generell hoch und entspricht oft nicht der Anzahl der temporären Gäste.

### ■ Kompetenzen und Qualifikationen

Pflegemitarbeitende der Tag/Nacht-Station der Sonnweid gehen davon aus, dass eine Arbeitstätigkeit auf einer temporären Abteilung nebst der fachlichen Qualifikation insbesondere zwei Kompetenzen voraussetzt:

- Hohe Flexibilität
- Grosse Belastbarkeit

### ■ Belastungen durch die Pflege

Durchschnittlich schätzten die Pflegemitarbeitenden der Tag/Nacht-Station der Sonnweid ihren Stress bei der Pflege- und Betreuung als sehr gering ein und finden grossen Gefallen an ihrer Arbeit. Dies obwohl sie davon überzeugt sind, dass sie speziellen Belastungen ausgesetzt sind, denen Mitarbeitende auf einer stationären Demenzstation nicht unterliegen. Erstaunlicherweise haben sich bei der subjektiven Einschätzung des Stressniveaus keine Unterschiede zwischen den Mitarbeitenden der Tag/Nacht-Station und der stationären Abteilungen gezeigt – dies trotz der objektiv anderen Arbeitsbedingungen. Es stellte sich heraus, dass die Mitarbeitenden der Tag/Nacht-Station genau diese speziellen Arbeitsbedingungen suchen und entsprechend gut damit

umgehen können. Im Vergleich zu den anderen Pflegemitarbeitenden der Sonnweid wünschen sie sich noch seltener einen Institutionswechsel.

Als belastend werden folgende Umstände bezeichnet:

- Ständige Unterbrechungen der Arbeit durch Bewohnende, Telefonanrufe, Anfragen usw.
- Hektischer Betrieb auf der Abteilung und allgemein grosse Unruhe
- Schwierige Eingewöhnungszeit der Gäste
- Dauernd Veränderungen und Wechsel bei der Zusammensetzung der Bewohner
- Für die einzelnen Bewohnenden nicht soviel Zeit zu haben, wie die Mitarbeitenden eigentlich möchten

Pflegemitarbeitende der Tag/Nacht-Station der Sonnweid gehen davon aus, dass sich die speziellen Belastungen auf einer Temporärstation durch Beachtung folgender Kriterien reduzieren lassen:

- Genügend Personal (höherer Personalschlüssel als auf stationärer Abteilung)
- Grosszügige Raumverhältnisse (keine Dreierzimmer, Rückzugsorte)
- Zuverlässiger Rapport
- Gute medikamentöse Einstellung
- Eingespieltes Team



## Worauf sollten pflegende Angehörige bei der Inanspruchnahme von Entlastungspflege achten?

Damit pflegende Angehörige einen möglichst grossen Nutzen aus temporären Entlastungsangeboten ziehen können, ist es von Nutzen, nachfolgende Aspekte zu berücksichtigen.

### ■ Voraussetzungen für einen maximalen Nutzen

Neuere Studien messen der Entlastungspflege für Pflegende nur dann einen Nutzen bei, wenn gewisse Voraussetzungen erfüllt sind.

#### Voraussetzungen für einen maximalen Nutzen aus Entlastungsdiensten

Bereiche	Voraussetzungen
Zeitpunkt	Entlastung muss im Krankheitsverlauf frühzeitig genutzt werden.
Ausmass und Regelmässigkeit	Entlastung sollte in genügend hohem Ausmass und in regelmässigen Abständen in Anspruch genommen werden.
Art der Zeitnutzung	Nutzung der freien Zeit ist im Voraus sorgfältig zu planen und zu organisieren.
Ergänzungsangebote	Entlastungspflege ist am effektivsten, wenn sie mit anderen Unterstützungsangeboten kombiniert wird.

Im Rahmen der Evaluation der Tag/Nacht-Station berichteten 43% der pflegenden Angehörigen, ihre Freizeit während des Entlastungsaufenthaltes im Voraus zu planen. Ein Drittel tut dies nie, ein Viertel jedoch teilweise.

### ■ Soziale und emotionale Unterstützung

Individuelle Bewältigungsstrategien sowie die soziale Unterstützung sind entscheidende Faktoren, welche einen moderierenden Einfluss auf den Pflegeprozess ausüben. Im Rahmen der Evaluation der Tag/Nacht-Station wurde festgestellt, dass rund ein Viertel der pflegenden Angehörigen, welche Entlastungspflege in Anspruch nehmen, dadurch keine Verbesserung ihrer Lebensqualität wahrnehmen konnten. Als Gründe hierfür wurden genannt:

- Zu kurzer Aufenthalt
- Angehörigen gelingt es nicht, die Krankheit zu akzeptieren
- und damit umzugehen

Dieser Befund zeigt auf, dass Angehörige bei ihrer Anpassungsleistung an die veränderte Beziehung zu dem von ihnen betreuten Familienmitglied Unterstützung benötigen. Diese soziale und emotionale Unterstützung kann am besten durch regelmässige Gespräche mit einer Fachperson oder durch Angehörigengruppen erreicht werden. Angehörige möchten erleben, dass Fachkräfte ihnen zur Seite stehen. Familien wollen für das, was sie bisher geleistet haben, respektiert werden.

### ■ Fahrdienst

Für viele pflegende Angehörige sind insbesondere das Hinbringen des Patienten zum temporären Entlastungsdienst und die damit verbundenen Vorbereitungen mit Stress verbunden: Es müssen Kleider gewaschen, gepackt und angeschrieben werden, Medikamente sind zu richten, und der Patient muss auf den Aufenthalt eingestimmt werden. Oft erfahren die Angehörigen bei der geplanten Abfahrt Widerstand seitens ihres Familienmitglieds mit Demenz. Dies ist eine zusätzliche Belastung und verringert einerseits den angestrebten Entlastungseffekt für die pflegenden Angehörigen, andererseits aber auch die Bereitschaft, Entlastungsdienste regelmässig zu nutzen. Ein freiwilliger oder professioneller Fahrdienst oder eine Begleitperson aus dem Familien- oder Bekanntenkreis kann hierbei eine wichtige Unterstützung leisten.





### Welche Bedeutung hat Entlastungspflege in der vorstationären Betreuung?

Der Anteil der pflegebedürftigen über 65-jährigen Menschen liegt heute bei 10 – 11,5%. Die Bevölkerungsentwicklung zeigt eine Zunahme der älteren Bevölkerung auf. Gemäss aktuellen Bevölkerungsszenarios ist damit zu rechnen, dass in der Schweiz die Zahl der 80-jährigen und älteren Personen von 340 000 im Jahr 2005 auf 625 000 im Jahr 2030 steigen wird. Daraus lässt sich jedoch nicht einfach ein entsprechender zunehmender Bedarf an stationären Plätzen in den Alters- und Pflegeheimen ableiten. Ältere Menschen leben heute nicht nur länger, sie bleiben auch länger behinderungsfrei als frühere Generationen. Je nach Szenario zur weiteren Entwicklung der Lebenserwartung wird mit unterschiedlichen Zahlen gerechnet werden müssen. Zukünftigen Rentnergenerationen dürften dank einer durchschnittlich besseren Ausbildung und reichhaltigeren Lernbiografie in der Lage sein, hirnorganisch bedingte kognitive Einbussen länger zu kompensieren, was insgesamt eher später zur Pflegebedürftigkeit führen wird. Diese Perspektive erfordert von Anbietern von Entlastungsdiensten flexible Strukturen, damit sie auf entsprechende Versorgungslücken möglichst kurzfristig reagieren können.

Die Schweiz besitzt eine familiäre Struktur, in der etwa 110 000 erwachsene Angehörige für mindestens eine erwachsene Person Pflege leisten. Internationale Studien über familiäre Pflege haben einheitlich einen Bedarf an qualitativ hochstehenden und flexiblen Entlastungsdiensten ermittelt. Temporäre Angebote für Menschen mit Demenz erhalten insofern mehr Bedeutung, als das Wohnen im eigenen Haushalt zunehmend als Modell der Zukunft anerkannt wird. So ist es der zentrale Wunsch der älteren Personen, so lange wie möglich zu Hause wohnen zu können. Verschiedene Städte in der Schweiz haben deshalb Alterskonzepte verabschiedet, nach denen das Wohnen zu Hause priorisiert wird und ambulante Dienste ausgebaut werden (Altersforum Winterthur, 2005; Fachstelle Gesellschaftsfragen der Stadt St. Gallen, 2004; Gesundheits- und Umweltdepartement der Stadt Zürich, 2007; Gesundheitsdepartement Basel-Stadt, 2007; Stadtrat von Zug, 2007). Gemäss Curaviva, dem Schweizerischen Verband für Heime und Institutionen in der Schweiz, bieten derzeit gesamtschweizerisch 94 Heime und Institutionen ein Tages- und Nachtangebot an. Aufgrund der demografischen Entwicklung und der Erfahrung, dass alte Menschen länger zu Hause bleiben, ist deshalb anzunehmen, dass die Nachfrage nach ambulanten Diensten noch zunehmen wird. Entlastungsangebote wie jenes der Tag/Nacht-Station der Sonnweid bilden einen wichtigen Bestandteil davon. Mit den Teilzeit- und Ferienaufenthalten kann das Zuhause Wohnen von alten, pflege- und betreuungsbedürftigen Menschen unterstützt werden.

Pflegende Angehörige sind wiederum selbst in erheblichem Ausmass durch die Erkrankung ihrer Lebenspartner oder Eltern belastet. Sie brauchen Beratung und

Informationen, aber auch tatkräftige Entlastung, da die von ihnen betreuten Kranken in fortgeschrittenen Stadien ständig beaufsichtigt werden müssen. Zu den problematischen Verhaltensweisen von Menschen mit Demenz kommt noch hinzu, dass diese zunehmend auch körperlicher Pflege bedürfen. Aufgrund der Ergebnisse der vorliegenden Evaluation wird geschlossen, dass Entlastungsangebote, wie sie die Tag/Nacht-Station der Sonnweid anbietet, sehr willkommen und sinnvoll sind. Solche Angebote versprechen zumindest zeitweilige Entlastung der pflegenden Angehörigen von ihrer kräfteverzehrenden Aufgabe – ermöglichen ihnen jedoch gleichzeitig, die Pflege und Betreuung ihres Familienmitglieds weiterzuführen, so dass sie sich nicht ausgeschlossen und einflusslos fühlen. Entlastungspflege fördert die Lebensqualität und die persönlichen Ressourcen der Pflegebringer und kann zudem einen Beitrag dazu leisten, dass die institutionalisierte Betreuung der demenzerkrankten Menschen um einige Zeit hinausgezögert wird.





## Projektinformationen

Die Evaluation der Tag/Nacht-Station Sonnweid in Wetzikon wurde im Auftrag der Sonnweid AG und der Age-Stiftung vom Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich durchgeführt. Von September 2007 bis Dezember 2008 wurde die Bedeutung des aktuellen Angebotes der Tag/Nacht-Station der Sonnweid für die betroffenen Erkrankten und deren Angehörige sowie für die Mitarbeitenden und die regulären Bewohner der Sonnweid untersucht. Ferner wurden dabei generelle Erkenntnisse im Hinblick auf die vorstationäre Betreuung von Menschen mit Demenz gewonnen.

Die Analyse bestand aus einer Bestandesaufnahme und Bewertung der Ist-Situation mittels Interviews, Dokumentenanalyse und Beobachtungsverfahren. Daraus wurden Empfehlungen bezüglich der Optimierung des Angebots abgeleitet und die hier vorliegende Broschüre für die Öffentlichkeit erstellt.

### ■ Ansprechpartnerin

Dr. Sandra Oppikofer, Projektleiterin

Universität Zürich  
Zentrum für Gerontologie  
Sumatrastrasse 30  
CH-8006 Zürich  
E-mail [sandra.oppikofer@zfg.uzh.ch](mailto:sandra.oppikofer@zfg.uzh.ch)  
[www.zfg.uzh.ch](http://www.zfg.uzh.ch)

## Literatur



Alle in dieser Broschüre verwendeten Daten und Fakten sind, sofern sie nicht im Rahmen der Evaluation der Tag/Nacht-Station erhoben beziehungsweise erarbeitet wurden, in einer umfassenden Liste aufgeführt, welche bei Interesse beim Zentrum für Gerontologie bezogen werden kann.

### ■ Nachfolgend einige ausgesuchte Literaturangaben zum Thema

Gottlieb, B.H. & Johnson, J. (2000). Respite programs for caregivers of persons with dementia: a review with practice implications. *Aging and Mental Health*, 4 (2), 119–129.

Grässel, E. (2000). Warum pflegen Angehörige? Ein Pflegemodell für die häusliche Pflege im höheren Lebensalter. *Zeitschrift für Gerontopsychologie und -psychiatrie*, 13 (2), 85–94.

Held, Ch. & Ugolini, B. (2005). Stationäre Versorgung demenzbetroffener Menschen – Unterstützung der Angehörigen und Pflegenden. In M. Martin & H.R. Schelling (Hrsg.). *Demenz in Schlüsselbegriffen* (S. 181–222). Bern: Huber.

Höpflinger, F. & Hugentobler, V. (2003). Pflegebedürftigkeit in der Schweiz. Prognosen und Szenarien für das 21. Jahrhundert. Bern: Huber.

Höpflinger, F. & Hugentobler, V. (2005). Familie, ambulante und stationäre Pflege im Alter. Bern: Huber.

Kesselring, A., Krulik, T., Bichsel, M. et al. (2001). Emotional and physical demands on caregivers in home care to the elderly in Switzerland and their relationship to nursing home admission. *European Journal of Public Health*, 11, 267–273.

Lund, D.A., Wright, S.D. & Caserta, M.S. (2005). Respite Services: Enhancing the Quality of Daily Life for Caregivers and Persons with Dementia. *Geriatrics & Aging*, 8 (4), 60–65.

Oppikofer, S. (2008). Evaluation Tag/Nacht-Station. Abschlussbericht. Unveröffentlichter Bericht der Universität Zürich, Zentrum für Gerontologie.

Reggentin, H. (2005). Belastungen von Angehörigen demenziell Erkrankter in Wohngruppen im Vergleich zu häuslicher und stationärer Versorgung. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 38, 101–107.

Wettstein, A. (2005). Umgang mit Demenzkranken und Angehörigen. In M. Martin & H.R. Schelling (Hrsg.). *Demenz in Schlüsselbegriffen* (S. 101–154). Bern: Huber.

## Partner Evaluation Tag/Nacht-Station



Universität Zürich  
Zentrum für Gerontologie

Universität Zürich  
Zentrum für Gerontologie  
Dr. Sandra Oppikofer  
Sumatrastrasse 30  
CH-8006 Zürich  
Telefon +41 44 635 34 20  
Fax +41 44 635 34 21  
[www.zfg.uzh.ch](http://www.zfg.uzh.ch)



Sonnweid AG  
Monika & Michael Schmieder  
Gerd Kehrein  
Bachtelstrasse 68  
CH-8620 Wetzikon  
Telefon +41 44 931 59 31  
Fax +41 44 931 59 39  
[www.sonnweid.ch](http://www.sonnweid.ch)



Age Stiftung  
Karin Weiss  
Postfach BA29  
CH-8098 Zürich  
Telefon +41 44 234 31 67  
[www.age-stiftung.ch](http://www.age-stiftung.ch)

