

Die Anfangszeit im Pflegeheim besser begleiten

Von Santina Russo

Es ist die letzte Station im Leben: Der Einzug in ein Pflegeheim ist für viele ältere Menschen ein traumatisches Erlebnis. Deshalb untersuchen Forschende des Instituts für Pflege, wie die Betreuung vor allem während der kritischen Anfangszeit verbessert werden kann.

Alles ist bereit: Der rote Teppich ist vor dem Eingang ausgerollt, die Schleife um den neuen Zimmerschlüssel gebunden, der Begrüssungsapéro vorbereitet, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stehen Spalier. Ein solcher Empfang wird nicht etwa einer Berühmtheit geboten, sondern allen neuen Bewohnerinnen und Bewohnern des Basler Pflegehotels St. Johann. Mit dem festlichen Empfang will das Heim den Neuankömmlingen die Umstellung erleichtern. Denn der Einzug in ein Pflegeheim kann für betagte Menschen traumatisch sein. Die Seniorinnen und Senioren müssen von ihren gewohnten

Lebensumständen Abschied nehmen und sich in einer völlig neuen Umgebung zurechtfinden. Das versetzt sie in eine emotionale Ausnahmesituation. Viele leiden in der ersten Zeit im Heim denn auch unter Einsamkeit, Schlaflosigkeit, Verlustgefühlen bis hin zu Ängsten oder Depressionen. Die Pflegeforschung bezeichnet dies als Relokationssyndrom. Und dieses hat Folgen. Innerhalb der ersten drei Monate nach dem Umzug stürzen Senioren häufiger als zuvor, und im ersten Jahr im Heim ist die Sterberate höher als in anderen Jahren. Deshalb arbeitet das Team von Andrea Koppitz, Professorin für Heimversorgung an der ZHAW, daran, den Eingewöhnungsprozess besser zu verstehen. Die Forschenden untersuchen, was der Einzug ins Heim bei den Betroffenen und ihren Angehörigen auslöst und wie die Betreuung während der Anfangszeit verbessert werden könnte. Dazu führten sie auf Basis der sogenannten Grounded Theory nach Charmaz im Pflegehotel St. Johann unter anderem 53 Einzelinterviews mit Senioren, Angehörigen und Mitarbeitenden während der ersten drei Monate nach dem Einzug.

Drei Phasen der Bewältigung

Eines der Resultate: Den festlichen Empfang haben alle interviewten Senioren als sehr wohltuend erlebt. «Dass der Einzug nicht sang- und klanglos abgewickelt,

Herzlicher Empfang: Im Pflegehotel St. Johann wird zur Begrüssung neuer Bewohner der rote Teppich ausgerollt.



sondern ernst genommen wird, erleichtert das Ankommen sehr», erklärt Pflegewissenschaftlerin Koppitz. Auch der Studienteilnehmerin Käthe Hartmann blieb die Ankunft in positiver Erinnerung. Zuvor hatte sie als Folge zweier Schlaganfälle sechs Monate in einem Mehrbettzimmer eines Spitals verbracht und seit der Erkrankung unter Schlaflosigkeit gelitten. Deshalb freute sie sich am meisten über die Schlüsselübergabe zum eigenen Zimmer.

Dieses Ankommen gehört zu den zentralen Prozessen bei der Bewältigung des Einzugs, welche die Forschenden identifiziert haben. Demnach beinhaltet der Einzug drei Phasen: das «Begreifen», das «Verständigen» und das «Integrieren». Das Begreifen bezeichnet die Gefühlsveränderungen der Senioren bei der eigentlichen Ankunft im Heim, dem Einrichten des persönlichen Wohnraums und dem Wahrnehmen der neuen Umgebung. Darauf folgt als zweite Phase das Verständigen. Gemeint ist das Bestreben nach Mitbestimmung über den Alltag im neuen Zuhause. In der letzten Phase schliesslich, dem Integrieren, ordnen die Senioren den Einzug ins Heim in ihre persönliche Lebensgeschichte ein. «Alle diese Phasen der Eingewöhnung brauchen ihre Zeit», sagt Andrea Koppitz. «Meist sind es Monate, doch es kann auch Jahre dauern oder nie zu Ende gehen.»

Auf Bedürfnisse individuell eingehen

Trotz des festlichen Empfangs blieb der Einzug auch für die gebürtige Deutsche Käthe Hartmann schwer. Sie hatte Mühe, sich an gewisse Dinge zu gewöhnen: etwa daran, dass die Pflegerinnen und Pfleger nach dem Klopfen sofort ins Zimmer kommen. Der früheren Bediensteten fällt es nicht leicht, dass nun sie die Rolle der Umsorgten hat. Über 40 Jahre lang verdiente sie ihren Lebensunterhalt als Haushaltshilfe. Die Geschichte von Frau Hartmann war dem Pflegehotel schon vor dem Einzug bekannt – wie die aller Senioren im Heim. Denn bei einem Hausbesuch werden alle künftigen Bewohner im Gespräch auf die Umstellung vorbereitet. Eine sinnvolle Massnahme, findet Andrea Koppitz: «Je besser die Senioren und ihre Angehörigen über den Einzug informiert sind, desto leichter fällt er ihnen.»

Danach, im Heimleben, soll eine Vielzahl an Gruppenaktivitäten den Bewohnern ermöglichen, Kontakte zu knüpfen und in den Alltag zu finden. Doch es reicht nicht, solche Aktivitäten anzubieten, wie die Befra-

gungen der ZHAW-Forschenden zeigen. Denn Betagte haben unterschiedliche Bedürfnisse, und die Pflegenden müssen individuell darauf eingehen. Zum Beispiel auf Frau Hartmann: Mit den Gruppenaktivitäten kann sie nichts anfangen. Sie geht nicht gern unter die Leute und ans Alleinsein ist sie gewöhnt. Deshalb wurde für sie im Pflegehotel eine individuelle Lösung gefunden: Sie hilft jeden Vormittag – «ausser Freitag, den halt ich mir frei für den Friseur» – in der Wäscherei mit. Dort hat sie einen eigens für sie hergerichteten Platz, wo sie auf einem Bügelbrett Wäsche zusammenlegt. Käthe Hartmann mag die Arbeit, weil sie damit etwas Nützliches tut, wie sie sagt.

Hilflos durch Wartezeiten

Doch nicht immer haben Pflegemitarbeitende genügend Zeit für eine gute und individuelle Betreuung. Auch dies ergaben die Befragungen im St. Johann. Das führt zu Engpässen, wodurch die Senioren auf Hilfe warten müssen – beispielsweise beim Toilettengang. «Solche Wartezeiten machen den Betagten bewusst, wie abhängig sie von anderen Menschen sind», sagt Koppitz. «Das kann Hilflosigkeit auslösen.» Dazu kommt, dass die Kompetenzen des Pflegepersonals nicht immer ausreichen. Beispielsweise erkannten viele Pflegenden die typischen Symptome des Relokationssyndroms nicht, das bei Senioren nach dem Einzug ins Heim auftreten kann. Zwar registrierten die Mitarbeitenden Symptome wie Inkontinenz, Schlaflosigkeit, Schmerzen oder Angst, brachten diese jedoch nicht mit dem Relokationssyndrom in Verbindung. Deshalb schlägt Andrea Koppitz

vor, das Pflege- und Betreuungspersonal künftig besser über die Problematik beim Einzug der Senioren zu informieren und sie im Umgang damit zu schulen. Auch die Angehörigen der Betagten sollten besser ins Heimleben integriert werden, sagt die

«Wartezeiten machen den Betagten bewusst, wie abhängig sie von anderen Menschen sind. Das kann Hilflosigkeit auslösen.»

Professorin für Heimversorgung. So lautet eine weitere Erkenntnis aufgrund der Studienergebnisse, dass die Angehörigen rascher und direkter über den Gesundheitszustand der Senioren informiert werden sollten. Am besten in neuen, dafür geschaffenen Organisationsstrukturen, die berücksichtigen, welche Phase der Einzugsbewältigung bei den Betagten im Vordergrund steht.

Inzwischen – nach einem guten halben Jahr im Pflegehotel – hat die 80-jährige Käthe Hartmann auf ihre eigene Weise in den Heimalltag gefunden. Ihre Schlafprobleme aber sind geblieben. ◀

