

Prävention von Gesundheitsproblemen kommt in der häuslichen Pflege oft zu kurz

ZQP-Bevölkerungsbefragung: Prävention kommt in der häuslichen Pflege offenbar oft zu kurz. Es fehlt unter anderem an wirksamer Beratung und Zeit zur Umsetzung.

Berlin, 10. Januar 2018. Menschen ab 50 Jahren sind für die Themen Gesundheitsförderung und Prävention – gerade auch im Kontext Pflege – eine besonders wichtige Zielgruppe. Sie sind häufiger selbst von gesundheitlichen Belastungen und chronischen Erkrankungen betroffen als jüngere Menschen. Zugleich sind pflegende Angehörige am stärksten in der Altersgruppe zwischen 50 und 69 Jahren vertreten. Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) wollte daher wissen, welche Erfahrungen Menschen ab 50 Jahren in Deutschland mit Prävention, insbesondere im Kontext Pflege haben.

Die Studie mit über 1.000 Befragten zeigt: 72 Prozent der über 50-Jährigen haben großes Interesse an Informationen zur Prävention von Gesundheitsproblemen.

Bei den Personen, die selbst einen pflegebedürftigen Menschen zuhause versorgen oder dies getan haben, zeigt sich indes, wie schwierig es sein kann, die Gesundheit des Pflegebedürftigen zu schützen und zu fördern. Weniger als die Hälfte (46 Prozent) von den Befragten mit einer solchen Pflegeerfahrung war nach eigener Aussage von einem Pflegeberater oder Pflegedienst darüber informiert worden, wie man gesundheitlichen Problemen des Pflegebedürftigen vorbeugen kann. Von diesen 46 Prozent setzte knapp ein Drittel (32 Prozent) die empfohlenen Maßnahmen nur teilweise oder gar nicht um. Gründe hierfür waren Zeitmangel (22 Prozent) oder Unsicherheit, wie die Maßnahmen richtig durchgeführt werden sollten (18 Prozent).

Aus Sicht des ZQP zeichnet sich hier ein relevantes Problem ab: „Es ist sehr bedeutsam, pflegebedürftige Menschen so zu pflegen, dass ihre Fähigkeiten gestärkt werden. Das fördert die noch vorhandene Selbstständigkeit und kann den Verlauf von Pflegebedürftigkeit positiv beeinflussen“, erklärt Dr. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender des ZQP. „Gesundheitsförderung und Prävention sind zugleich auch für pflegende Angehörige selbst wichtig. Pflege sollte nicht krank machen – aber viele Angehörige sind erschöpft und überlastet. Da müssen heute schon vorhandenen Leistungen der Pflegeversicherung besser genutzt werden, wie zum Beispiel die kostenlosen Beratungs- und Schulungsangebote“, so Suhr weiter.

Tatsächlich geben die Zahlen Hinweise darauf, dass es um Gesundheitsschutz und -förderung von pflegenden Angehörigen oft nicht gut bestellt sein dürfte. So gaben 73 Prozent der Befragten mit Pflegeerfahrung an, keine Beratung zur Prävention in Fragen der eigenen Gesundheit von einem Pflegedienst oder Pflegeberater erhalten zu haben. Von den 23 Prozent, die sagten eine solche Beratung erhalten zu haben, wurden wichtige Präventionsthemen aus den Gesprächen häufig nicht erinnert. So sah sich von diesem knappen Viertel nur die Hälfte (50 Prozent) auf Unterstützungsangebote wie Pflegekurse und Pflegeschulungen hingewiesen. Zudem empfanden wiederum 53 Prozent in dieser Gruppe es als teilweise schwierig oder gar nicht möglich, genannte Präventionshinweise zur ihrer eigenen Gesundheit im Alltag umzusetzen. Als wichtigster Grund hierfür wurde fehlende Zeit genannt (34 Prozent).

Daniela Sulmann, Pflegeexpertin des ZQP, kennt diese Probleme: „Um Zeit zu sparen oder weil Techniken nicht gelernt sind, wird der Körper oft stärker beansprucht als nötig wäre. Aktivierend zu pflegen, kann zum Beispiel zur Schonung des Rückens des Pflegenden und gleichzeitig zur Selbstständigkeit des Pflegebedürftigen beitragen.“ Denn bei der aktivierenden Pflege nimmt man dem Pflegebedürftigen nach Möglichkeit nicht einfach alles ab, sondern nutzt seine Fähigkeiten soweit wie möglich. In Kinästhetik-Kursen kann man lernen, den eigenen Körper zum Beispiel beim Transfer des Pflegebedürftigen vom Bett in den Sessel kraftschonend einzusetzen und gleichzeitig die Fähigkeiten des Pflegebedürftigen zu nutzen. Um einer Überlastung vorzubeugen, sollten pflegende Angehörige vor allem einen Satz möglichst selten sagen: „Ich schaff' das schon alleine.“ Stattdessen sucht man sich besser Hilfe von anderen Familienangehörigen, Nachbarn, Ehrenamtlichen oder einem Pflegedienst.

Informationen zum Thema Prävention in der Pflege bietet das ZQP auf seiner Internetseite www.zqp.de und mit seinen Ratgebern für pflegende Angehörige. Diese kann man unter bestellung@zqp.de kostenlos bestellen.

Methoden und Vorgehensweise der Untersuchung

Diese Analyse beleuchtet das Thema Prävention von Gesundheitsproblemen aus Bevölkerungssicht. Hierfür wurden 1.042 zufällig ausgewählte Personen über 50 Jahre anonym zu ihrer Einstellung aus den Themenbereichen „Prävention von Gesundheitsproblemen“ und „Prävention in der Pflege“ befragt. Die Stichprobe ist repräsentativ für die deutschsprachige Bevölkerung ab 50 Jahren in Deutschland. Die Befragung wurde vom 02. bis 13. November 2017 durchgeführt. Als Erhebungsmethode kam das computergestützte Telefoninterview (CATI) anhand eines strukturierten Fragebogens zum Einsatz. Anschließend wurde die Stichprobe nach Geschlecht, Alter und Region gewichtet. Die statistische Fehlertoleranz der Untersuchung in der Gesamtstichprobe liegt bei +/- drei Prozentpunkten.

Pressekontakt: Torben Lenz, Tel.030-275 93 95 15, torben.lenz@zqp.de