



Die psychische Gesundheit von Pflegenden Angehörigen stärken

Kursaal Bern, 07. März 2023

Ursula Klein/Christine Reichart, Pflegeexpertinnen APN
Spitex Zürich



Überall für alle

SPITEX
Zürich

Agenda

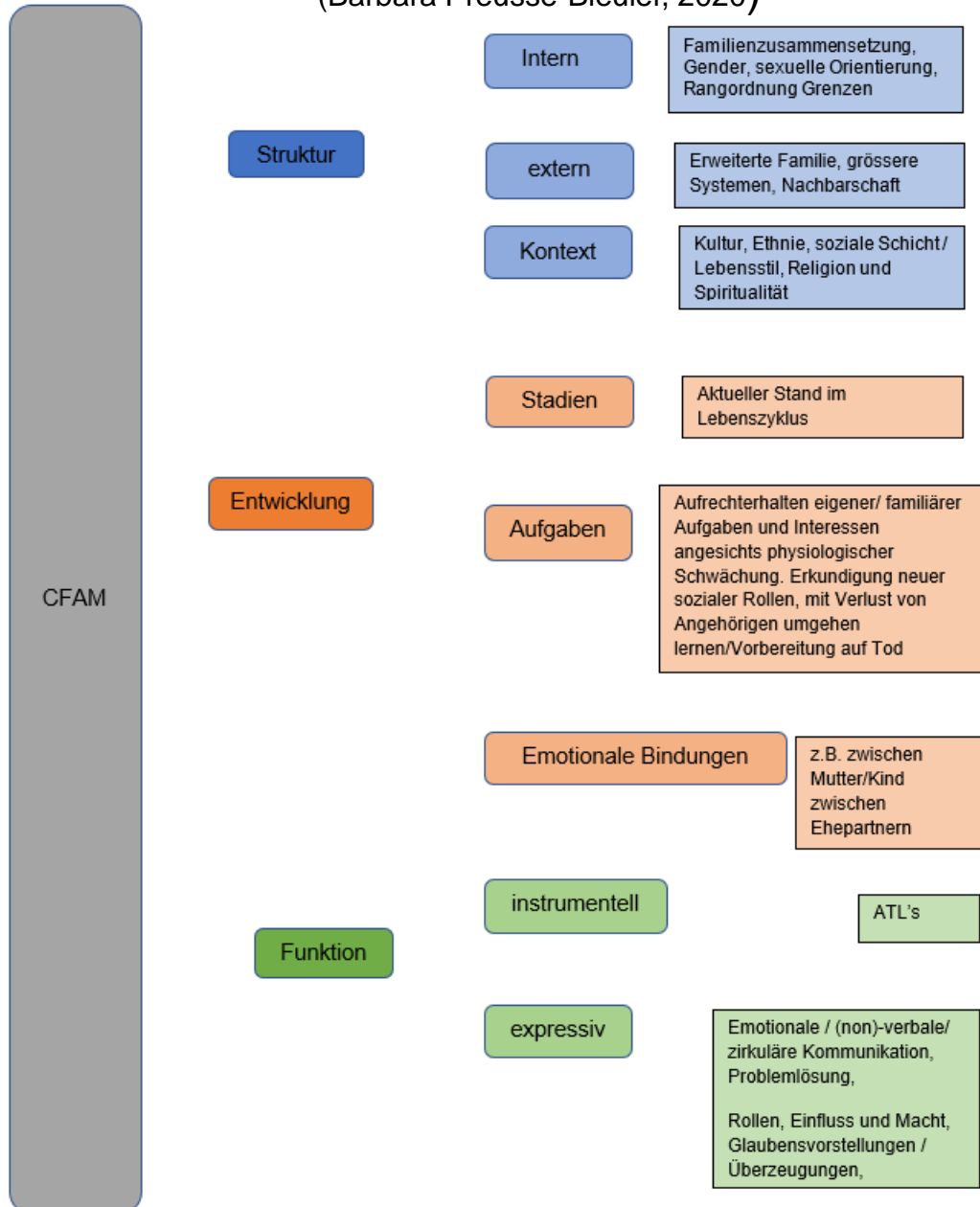
- **Familie verstehen**
- **Belastungen erfassen**
- **Unterstützende Strategien**
- **Abschluss**



Gesundheit und Krankheit ist Familiensache

- In der Schweiz leistet rund ein Sechstel der Bevölkerung zwischen 25 und 80 Jahren mindestens 1x wöchentlich Unterstützung für gesundheitlich eingeschränkte Personen aus ihrem Umfeld (BFS, 2021).
- Familie wird durch Erkrankung von Familienmitglied(er) beeinflusst und Familien gelten als Einflussfaktor auf den Gesundheitszustand des Individuums (Harmon Hanson, 2005)
- Förderung, Unterstützung und Wiederherstellung der Gesundheit von Familien ist gesellschaftlich relevant (Harmon Hanson, 2005)
- Die Effektivität von Gesundheitsleistungen steigt an, wenn diese die Familie fokussieren anstatt sich nur an die erkrankte Person zu richten (Harmon Hanson, 2005)

(Barbara Preusse-Bleuler, 2020)



Familie verstehen

Wer gehört zur Familie und wo ist diese eingebettet (Struktur)?

Die Familie ist grösser als die Summe seiner Teile (mit den Augen des jeweiligen anderen betrachten)

Die Familie beeinflusst sich gegenseitig (Beziehungen erfragen, erkennen, nutzen, wertschätzen)

Die Familie findet zwischen Veränderungen eine Stabilität

(Wright, et. al, 2021)

Wann mit der Familie arbeiten, wann eher nicht?

- Die Familie meldet sich zum Gespräch an und erzählt von sich
 - Die Familie konnte Vertrauen und eine Beziehung zur beratenden Person, zum Gesprächspartner aufbauen
 - Die soziale, gesundheitliche Situation zeigt Auswirkungen auf die Familie
 - Die Familie ist offen für einen Austausch und für Veränderung, sonst
- mit der betroffenen Person alleine arbeiten aber systemisch denken!
- zu einem späteren Zeitpunkt erneut anfragen!

(Wright, et. al, 2021)

Wichtig

Anerkennung und Wertschätzung

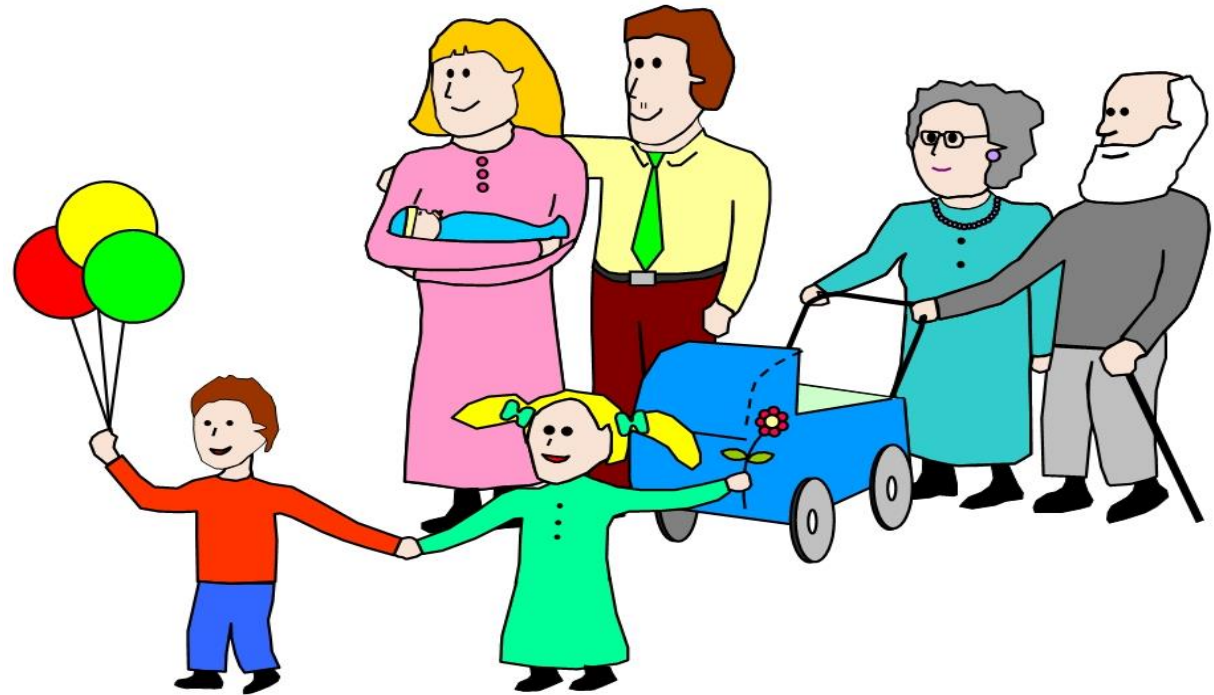
**Allparteilichkeit und Neutralität
(Wohlwollende Neugier)**

Geschichten erzählen lassen

Zirkuläre Fragen (die erklären) **stellen**, z.
B. was tun sie, wenn.... oder wer hat am
meisten Angst, wenn die Situation sich
verschlechtert....

Gemeinsamer Nenner finden

**Ziel: Leiden lindern,
Familienressourcen stärken,
Prozesse anregen und/oder erhalten**



Belastung erfassen: Burden Scale for Family Caregivers

- Validierter Fragebogen
- In 20 Sprachen
- Auf deutsch: Häusliche Pflege-Skala

https://www.psychiatrie.uk-erlangen.de/fileadmin/einrichtungen/psychiatrie/dateien/graesel/BSFC_germano.pdf, Zugriff am 22.02.2023



Häusliche Pflege-Skala HPS

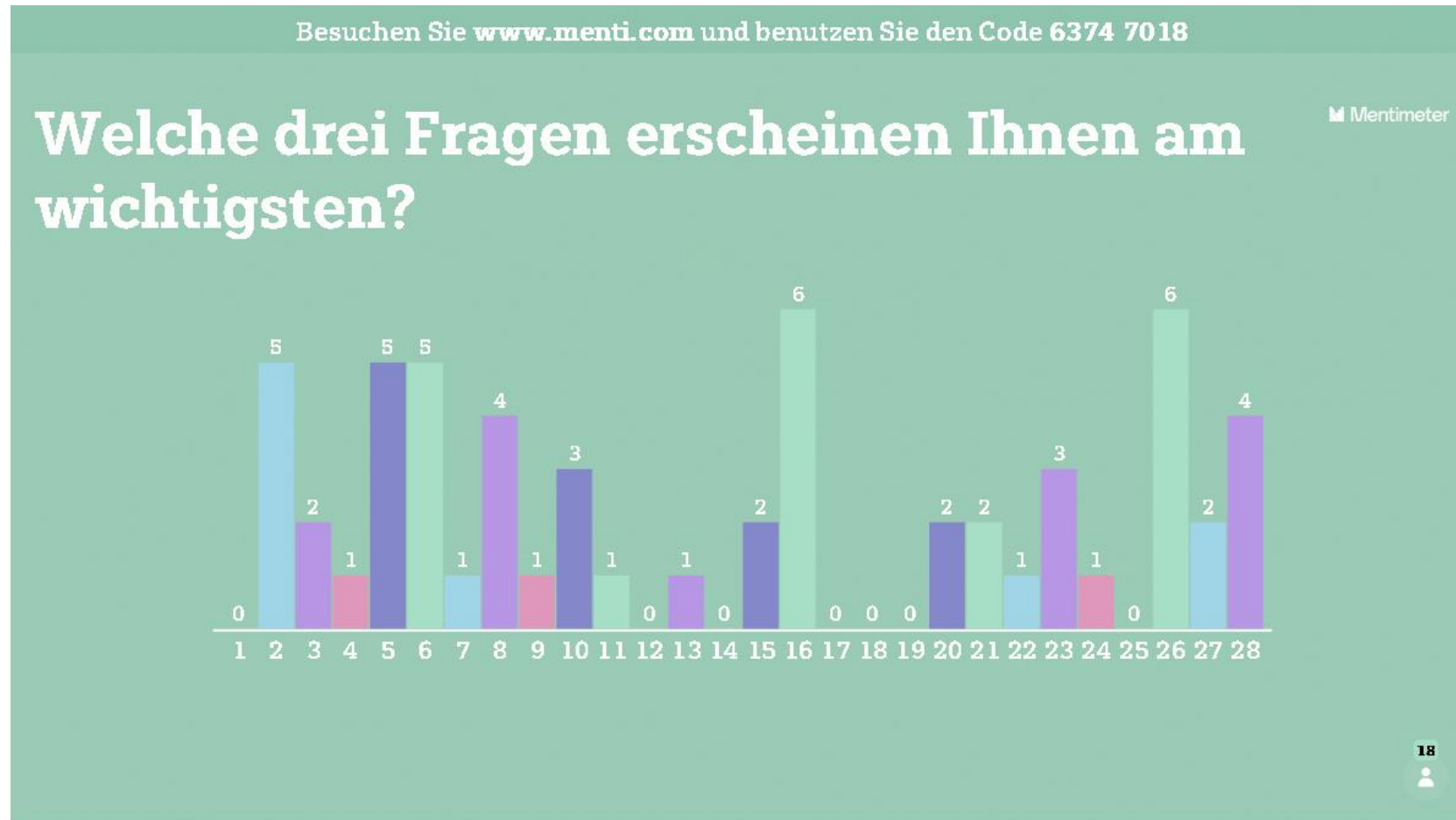
Bitte lesen den HPS-Fragebogen durch und wählen Sie drei Fragen aus, die Ihnen besonders wichtig erscheinen.

Geben Sie anschliessend die Nummern der Fragen auf dem Mentimeter an.

Gehen Sie dafür auf **www.menti.com** und geben Sie **82 31 58 1** ein oder verwenden Sie den QR Code.



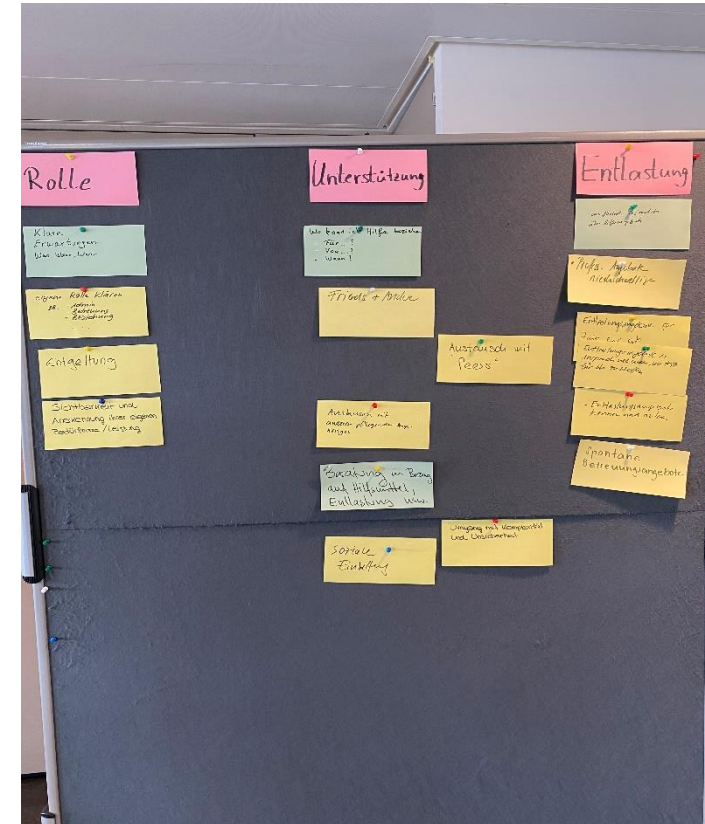
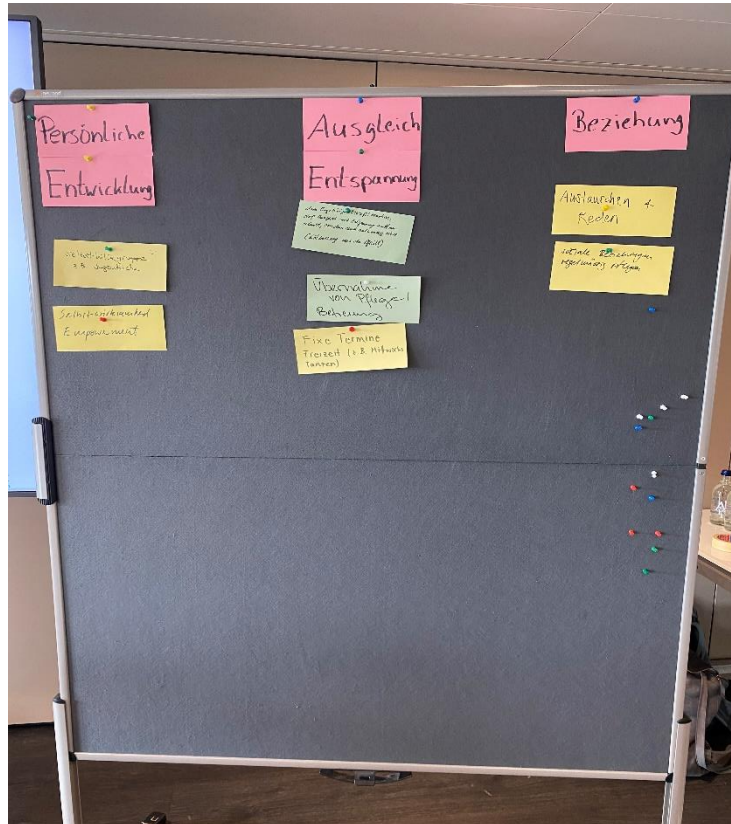
Ergebnis Mentimeter



Strategien zur Stärkung der psychischen Gesundheit von pflegenden Angehörigen



Schwerpunkte/Gesammelte Strategien



Quellen

- Auth, D., Discher, K., Kaiser, P., Leiber, S., Leitner, S., Varnholt, A. (2018) *Sorgende Angehörige als Adressat_innen einer vorbeugenden Pflegepolitik*, http://www.fgw-nrw.de/fileadmin/images/pdf/FGW-Studie-VSP-15-PflegeIntersek-Leitner_et_al.-2018_11_08-komplett-web.pdf, Zugriff am 28.02.2023
- Brügger, S., Jaquier, A., Sottas, B. (2015) *Die Strategien der pflegenden Angehörigen*. *Krankenpflege* 10/2015, S. 27-29
- Domröse, J., Lichte, T. (2018) *DEGAM Leitlinie Pflegende Angehörige* https://www.degam.de/files/Inhalte/Leitlinien-Inhalte/Dokumente/DEGAM-S3-Leitlinien/053-006_Pflegende%20Angehoeerige/053-006I_DEGAM%20LL%20Pflegende%20Angeh%C3%B6rige_4-3-2019.pdf, Zugriff am 28.02.2023
- Harmon Hanson Sh. M., Vivian G. D. & Rowe Kaakinnen, J. (2005). *Family Health Care Nursing Theory, Practice, and Research 3rd edition*. Philadelphia: F. A. Davis.
- Häusliche Pflege Skala HPS: https://www.psychiatrie.uk-erlangen.de/fileadmin/einrichtungen/psychiatrie/dateien/graesel/BSFC_german_o.pdf, Zugriff am 20.02.2023
- Scheidegger, A., Müller, M., Arrer, E., Fringer, A. (2019) *Das dynamische Modell der Angehörigenpflege und -betreuung*. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, <https://doi.org/10.1007/s00391-019-01574-8>
- Wright, L. M., Leahey, M., Shajani, Z. & Snell, D. (2021). *Familienzentrierte Pflege – Lehrbuch für Familien-Assessment und Intervention*. Bern: Hogrefe.



Ihre Fragen beantworten wir gerne ...

Ursula Klein, Pflegeexpertin APN
Ursula.klein@spitex-zuerich.ch

Christine Reichart, Pflegeexpertin APN
christine.reichart@spitex-zuerich.ch