
Leitfaden für Beschäftigte, für die die Pflege einer / eines Angehörigen ein Thema ist.

Die demografische Entwicklung, mit einem steigenden Anteil älterer und alter Menschen lässt die Wahrscheinlichkeit steigen, dass viele Beschäftigte sich irgendwann mit der Frage konfrontiert sehen, wie sie die zunehmende Unterstützung eines älteren Familienmitgliedes mit der Berufstätigkeit in Einklang bringen können. Auch Kinder und junge Menschen erkranken und können pflegebedürftig werden.

Der Begriff „Work-Life-Balance“ macht sehr gut deutlich, wie die Waage zwischen Beruf und Familie plötzlich in Richtung Privatleben kippt, wenn eine Pflege- und Versorgungssituation eintritt. - Und die Dienstpflichten bleiben natürlich bestehen.

Dieser Leitfaden soll Ihnen in diesem Prozess eine Hilfestellung sein.

Wenn Angehörige pflegebedürftig werden, ist das immer eine schwierige Situation, die mit vielen Fragen und Unsicherheiten einhergeht. In der Regel lassen sich zwei Szenarien unterscheiden, die am Beginn einer Pflegebedürftigkeit stehen. Eine Situation verschlechtert sich langsam und der Bedarf an Unterstützung steigt schrittweise. Oder eine plötzliche Verschlechterung des Zustands erfordert sofortiges Handeln und dies beinhaltet in kürzester Zeit umwälzende und gravierende Maßnahmen.

1. Eine Pflege- und Versorgungssituation kündigt sich an.

Kleine Hilfeleistungen reichen nicht mehr aus. Körperliche Einschränkungen verstärken sich, vielleicht auch psychische Auffälligkeiten und die Kräfte lassen allgemein nach. Wege sind nicht mehr oder nur schwer zu bewältigen und die Haushaltsführung macht Probleme. Hier kann sehr individuell unterstützt werden, mit Rücksicht auf die Gewohnheiten und Vorlieben der / des zu Betreuenden, aber auch unter Berücksichtigung der Art und des Ausmaßes der Einschränkung. Die Möglichkeiten die zur Verfügung stehen, sind auch entsprechend vielfältig und lassen sich dem Bedarf gut anpassen.

Hinweis: Die Links im Text sind mit dem Befehl „Strg + Klick“ zu aktivieren.

Um sich in dem „Dschungel“ der Anbieter und der Hilfsmöglichkeiten zu recht zu finden, ist es vernünftig die Beratung durch Expertinnen und Experten in Anspruch zu nehmen. Sie sehen graduelle Unterschiede und können den Unterstützungsbedarf individuell einschätzen. Dazu wurden in den Bezirksämtern der Freien und Hansestadt Hamburg die sogenannten „Pflegestützpunkte“ eingerichtet.

Wenn eine Pflegesituation sich ankündigt, haben Sie in der Regel Zeit sich zu informieren, sich auszutauschen, zu besprechen und auszuprobieren. Und Sie können auch die nächste Stufe planen, „Wenn, dann . . .!“

Die Einbeziehung und Gewinnung des zu betreuenden Angehörigen ist eine Voraussetzung für die Bewältigung der neuen Lebenssituation und eine „gute“ Beziehung untereinander. Dies gelingt nicht immer, weil Krankheiten, persönliche Geschichten oder eine eigenwillige Persönlichkeit dies erschweren. Hilfe anzunehmen fällt jedem schwer, manchen sogar ganz besonders. Sich auf diese neue Situation mit Abhängigkeiten einzustellen, müssen beide Seiten bewältigen und brauchen dafür Zeit.

Es gibt eine Vielzahl an Hilfsmitteln, Unterstützungs- und Betreuungsmöglichkeiten – und nicht alle kosten Geld oder nicht sehr viel.

Die Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz (BGV) hat in ihren verschiedenen Fachbereichen zu Fragen der Pflege und Versorgung ein umfangreiches Material zusammengestellt und zur Verfügung gestellt¹. Diese Informationen sind verständlich, umfassend, fachlich korrekt und werden von den Expertinnen und Experten der Behörde ständig aktualisiert. Sie sind in folgende Themen gegliedert:

Informationen zum Thema Pflege im Überblick² - BGV im Internet

Beratung

¹ <http://www.hamburg.de/pflege/>

² Neben den hier genannten Informationsquellen, können Sie sich auch an die Krankenkasse Ihrer / Ihres Angehörigen wenden. Verlässliche Informationen bekommen Sie auch bei dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: <http://www.bmfsfj.de/BMFSFJ/aeltere-menschen.html>

Hinweis: Die Links im Text sind mit dem Befehl „Strg + Klick“ zu aktivieren.

Beratungsmöglichkeiten, Informationsangebote, Pflegestützpunkte [»](#)

Hilfe zu Hause

Hilfen im Haushalt, Besuchs- und Begleitdienste, Hilfen bei Krankheit, Essen auf Rädern, Wohnraumanpassung, Hausrufnotdienste und andere Unterstützungsleistungen [»](#)

Pflege zu Hause

Angehörigenpflege, Kurzzeitpflege, Tagespflege, Pflegedienste, Beschäftigung von Pflegekräften [»](#)

2. Die Pflegebedürftigkeit tritt plötzlich ein, nach einem Sturz, einer schweren Erkältung die zu einer Lungenentzündung wird. Solche Ereignisse führen oft zu einem Krankenhausaufenthalt. In dieser Situation werden andere Gebrechen und Krankheiten relevant. Die Folge ist oft die Pflegebedürftigkeit und die Feststellung, dass das Leben vor dem Krankenhausaufenthalt so nicht weitergeführt werden kann. Eine akute Verschlechterung des Zustands mit Pflege- und Versorgungsbedarfs kann natürlich auch ohne Krankenhausaufenthalt eintreten.

Hier geht es primär um die Organisation der Versorgung und Pflege des zu Betreuenden, vielleicht auch um die stationäre Unterbringung in einer Pflegeeinrichtung (u. U. verbunden mit einem Umzug, einer Wohnungsauflösung).

Das besondere in dieser Situation ist, dass die Entscheidung weitreichende Konsequenzen hat, emotional sehr belastend sein kann und unter Zeitdruck getroffen werden muss.

Wenn es möglich ist, dieses Thema vorher mit nahestehenden Menschen zu besprechen, kann das bei der Entscheidung sehr entlastend sein.

Eine **Kriterienliste** kann hier eine **Entscheidungshilfe** sein:

- die aus den eigenen Vorstellungen, (Wie, wo und in welchem Umfang möchte ich meine Angehörige / meinen Angehörigen untergebracht wissen.),
- den Wünschen der / des zu Betreuenden
- den Erfordernissen an den Pflege- und Versorgungsbedarf (Pflegestufe, Mobilität, u. ä.)
und
- unabhängigen Prüfkriterien für Einrichtungen z.B. von Krankenkassen oder Verbraucherverbänden, (Qualitätskriterien)

Hinweis: Die Links im Text sind mit dem Befehl „Strg + Klick“ zu aktivieren.

bestehen kann.

Die Mühe so eine Liste aufzustellen lohnt sich, um sicherzustellen, dass alle Interessen beachtet werden und um Angebote und Einrichtungen vergleichen zu können, was unter dem Druck schwer fällt.

Das Informationsangebot der BGV zum Angebot an Pflegeleistungen und Einrichtungen:

[Pflege zu Hause](#)

Angehörigenpflege, Kurzzeitpflege, Tagespflege, Pflegedienste, Beschäftigung von Pflegekräften [»](#)

[Pflege im Heim](#)

Adressen, Leistungsangebote, Kosten, Heimaufsicht [»](#)

[Hilfen bei Demenz](#)

Beratungsstellen, Wohngemeinschaften, besondere stationäre Angebote [»](#)

[Sterbebegleitung](#)

Beratungsstellen, ambulante Hospizdienste, stationäre Hospize, Palliativstationen [»](#)

[Rechtliche Betreuung](#)

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung Patientenverfügung [»](#)

Eine Angehörige / einen Angehörigen zu den sonstigen Pflichten zusätzlich zu pflegen und zu versorgen erfordert, viel Ausdauer, Geduld, Organisationstalent und eine sorgfältige Beobachtung der eigenen Kräfte und Grenzen.

3. Unterstützung der pflegenden Mitarbeiterin / des pflegenden Mitarbeiters seitens der Dienststelle

Wenn Sie in die Situation kommen, sich um die Pflege einer / eines nahen Angehörigen zu kümmern, ist Ihre erste Ansprechpartnerin / Ihr erster Ansprechpartner die Ihnen vorgesetzte Führungskraft. Um auszuloten, welche Möglichkeiten der Begleitung und Unterstützung es für Sie gibt, wenden Sie sich an das

Personalreferat / Personalsachbearbeitung

- Beurlaubung, Freistellung,

Hinweis: Die Links im Text sind mit dem Befehl „Strg + Klick“ zu aktivieren.

-
- Sonderurlaub,
 - Pflegezeit nach dem Pflegezeitgesetz (2008) und Familienzeitgesetz (2012)
 - flexiblere Arbeitszeit,

Referat Personalentwicklung und Personalservice, Team Personalentwicklung

- Telearbeit
- Informationsveranstaltungen und Seminare im Angebotskatalog des ZAF (work-life-balance, Gesundheitsförderung – Entspannung, Umgang mit Stress, o.ä.) unter folgendem Link [Personalportal / ZAF](#) (Verwaltungsnetz der FHH)

Arbeitsmedizinischer Dienst der FHH (AMD)

Es besteht die Möglichkeit einen Beratungstermin bei der zuständigen Betriebsärztin / dem zuständigen Betriebsarzt des AMD (Kategorie „Wunschuntersuchungen“) zu bekommen, wenn die Pflege belastend wird und sich gesundheitliche Probleme einstellen. Diese Beratung kann in Anspruch genommen werden, wenn die Belastung sich auf die Arbeit auszuwirken droht. Dieser Termin kann von den Beschäftigten selbst verabredet werden und muss nicht durch die Dienststelle genehmigt werden.

Weitere Informationen finden Sie im **Personalportal der FHH** (Verwaltungsnetz der UHH)

Unter dem Link [Hilfe meine Eltern werden alt](#) finden Sie unter dem Stichwort „Vereinbarkeit von Familie und Beruf“ weitere interessante Informationen.