Folgen der Pandemie für pflegende Angehörige aus psychosozialer Sicht

Chefarzt Dr. Georg Psota

10. Jahreskonferenz der Interessensgemeinschaft pflegender Angehöriger
11.5.2021/15.00 (Zoom)

PSD Für die Stadt Wien

Pflegende Angehörige in der Corona-Pandemie...

Pflegende Angehörige

"Wir werden in dem Corona-Wahnsinn doch ganz vergessen"

> **„Die Situation für pflegende Angehörige ist durch die Isolation extrem belastend.“**

Ich habe immer Angst, das Virus nach Hause zu bringen." Rebecca Beer.

„Die elf Wochen ohne Tagespflege war ich völlig auf mich alleine gestellt. Ich fühlte mich in die Ecke gedrängt. Da ging es mir sehr schlecht." Brigitte Braun

Pflengende Angehörige

Hilflose Heldinnen

11. Januar 2021, 16:02 Uhr Corona-Pandemie

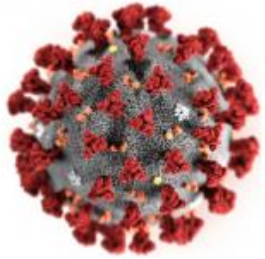
"Pflegende Angehörige bewundert niemand"

Pflege und Corona: Demenz in der Pandemie

Klosterneuburg: Die Betreuung von dementen Menschen ist immer herausfordernd. In den letzten Monaten wurde diese Situation durch Covid vor allem für Angehörige noch verschärft.

PSD Für die Stadt Wien

Psychosoziale Folgen der Corona-Pandemie



Maßnahmen zur Pandemie-Eindämmung

- **Angst vor Ansteckung / zu sterben;**
- **Sorge um Angehörige;**
- **Versterben naher Angehöriger**

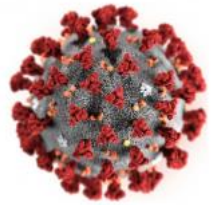
- insb. **Bedrohung / Verlust der Existenz**;
- **Einsamkeit und soziale Isolation**;
- fehlende Tagstruktur; neg. Lebensstil;
- **Einschränkungen in der Gesundheits- und Sozialversorgung**;
- **Mehrfachbelastung** & erhöhter **Stress**
- und daraus vermehrte **Konflikte und häusliche Gewalt**

Anstieg psychischer Erkrankungen (insb. akute Belastungsreaktionen, Nervosität, Irritabilität; Schlafstörungen, Angststörungen, Depressionen, Suizidalität; posttraumatische Belastungssyndrome, Substanzmissbrauch) und auch **körperlicher Erkrankungen** sowie **Verschlechterung bestehender psychischer und körperlicher Erkrankungen und Schmerzsyndrome**.

…die psychosozialen Folgen können auch bis nach der Krise anhalten und sich auch erst später zeigen…

PSD Für die Stadt Wien

Psychosoziale Folgen der Corona-Pandemie
Wer besonders betroffen ist...



Hohe und ansteigende psychosoziale Belastungen sind bei großen Teilen der Bevölkerung zu erwarten, insb.:

⇒ Ältere Menschen

⇒ Jüngere M.

⇒ Alleinstehende, vereinsamte M.

⇒ Frauen sowie Menschen mit Kindern bzw. deren Familien (v.a. in prekären Lebens-Verhältnissen)

⇒ Menschen mit körperlichen und/oder psych. Erkrankungen

⇒ direkt von der Virus-erkrankung Betroffene (PatientInnen, Angehörige, Hinterbliebene)

⇒ Menschen in Quarantäne

⇒ Gesundheits-personal und professionelle HelferInnen & pflegende Angehörige

⇒ Menschen in der Jugend-, Wohnungslosen-, Flüchtlings- und Behindertenhilfe

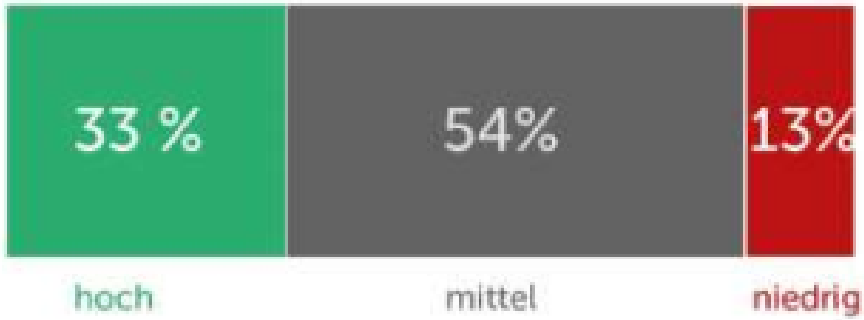
PSD Für die Stadt Wien

Umfrageergebnisse (1/3): Belastet, hilflos, allein gelassen – Situation von pflegenden Angehörigen armutsbetroffener Demenzerkrankter in der Corona-Krise (Volkshilfe 2020)

- 77 % mussten Familienalltag umstellen
- 78 % wurden zeitlich zusätzlich in Anspruch genommen
- 44 % verzichteten während der ersten Ausgangssperre auf die Unterstützung anderer Familienmitglieder
- 66 % fühlten sich überfordert
- 65 % mit 24-Stunden-BetreuerIn erlebten die geschlossenen Grenzen als sehr belastend

Auswirkungen der Corona-Krise auf die Pflegesituation

Bereits vor der Krise nur 1/3 mit hoher Lebensqualität

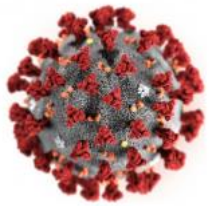


Umfrageergebnisse (2/3): Pflegende Angehörige in der Covid-19-Krise (ZQP 2020)

STUDIE

Pflegende Angehörige in der COVID-19-Krise
Ergebnisse einer bundesweiten Befragung

Autoren und Autorinnen
Simon Eggert*
Dr. Christian Teubner
Dr. Andrea Budnick
Prof. Dr. Paul Gellert
Prof. Dr. Adelheid Kuhlmey



Herausgeber
Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP)

Forschungspartner
Charité – Universitätsmedizin Berlin

Berlin, Juni 2020

- 32 % der Befragten gaben an, dass sich die **Pflegesituation verschlechtert** habe; von den Angehörigen von Demenzerkrankten gaben das sogar 41 % an
- Auch die Schutzmaßnahmen, insb. bei Demenzerkrankten, oft nur schwer durchführbar
- Bei rund 30 % habe **Gefühl von Hilflosigkeit** zugenommen (rund 40 % bei Demenz)
- Fast 40 % empfinden eine **Mehrbelastung**
- 25 % fühlen sich **überfordert**, 31 % sehen eine Überforderung bei der pflegebedürftigen Person
- Fast die Hälfte der Personen mit Haushaltsnettoeinkommen unter 2000 € **sorgt sich zumindest etwas um die finanzielle Zukunft**

PSD Für die Stadt Wien

Budnick et al 2020

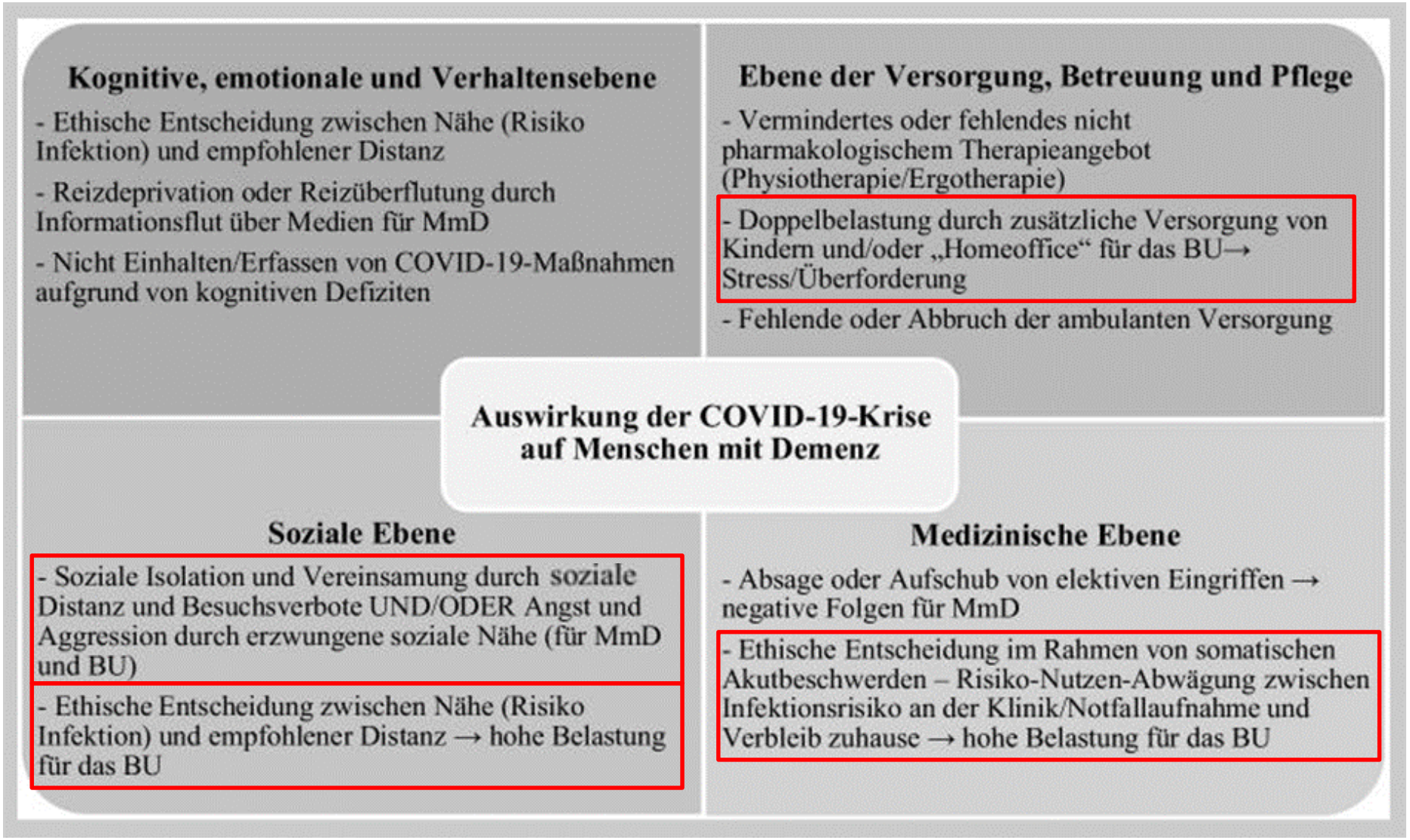
Umfrageergebnisse (3/3): Häusliche Altenpflege in Zeiten von Corona (Horn & Schweppe 2020)

- 52 % der Befragten empfinden die **Pflege als belastende als vor der Corona-Krise**
- 54 % **zeitliche Belastung** durch die Pflege aufgrund von Corona zugenommen
- 60 % Pflege seit Beginn der Corona-Krise **mehr von ihrer eigenen Kraft kostet**
- 38 % in der derzeitigen Pflegesituation **überfordert**
- 44 % durch die derzeitige Pflegesituation höhere **finanzielle Belastungen** zu tragen
- Jede/r Fünfte (22 %) sieht **Gefahr für berufliche Situation**
- 75 % **Beziehung** zwischen pflegender und zu pflegender Person gelitten
- 29 % **weniger Geduld** mit zu pflegender Person als vor der Krise
- 34 % **häufiger Konflikte** seit Pandemie

JG|U
JOHANNES GUTENBERG UNIVERSITÄT MAINZ

PSD Für die Stadt Wien

ÖAG (2020): Covid-19-bez. Belastungen für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz



BU = Betreuungsumfeld (Defrancesco et al 2020)

Pflegende Angehörige und häusliche Gewalt

…im Zusammenhang mit **weiteren Risikofaktoren** können **Belastungen** zu **Problemen in der häuslichen Versorgung** führen — insbesondere **in Form von Gewalt** zwischen Pflegenden und Gepflegten…

„Zu Hause kann es größte Zuwendung geben,
aber auch vielschichtige Formen von Gewalt."

(Prof. Hirsch 2015; Initiative gegen Gewalt im Alter „Handeln statt Misshandeln")

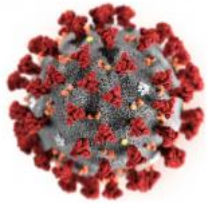
Risikofaktoren für Probleme, insb. Gewalt, in der häuslichen Versorgung

- Belastung (psychisch, körperlich, sozial, finanziell, zeitlich) der pflegenden Angehörigen wird zur Überlastung
- problematische und konfliktreiche/gewalttätige Beziehung(sgeschichte)
- starke wechselseitige Abhängigkeiten in der Beziehung
- zusätzliche, insb. unbehandelte Krankheiten (körperlich, psychisch) und/oder Suchtproblematik der pflegenden Angehörigen
- Soziale Isolation
- problematische Wohn-/Arbeits-/finanzielle Verhältnisse
- mangelndes Wissen über Krankheitssymptome/-verläufe d. Angehörigen
- fehlende Informationen & Unterstützungsmöglichkeiten

(ZQP 2015; Nägele et al 2010)

PSD Für die Stadt Wien

Pflegende Angehörige in der Corona-Pandemie
…und die „ganz normal“-Grundsätze (nach Dantendorfer)



Derzeit ist JEDE/R ungewöhnlichem Stress ausgesetzt = ganz normal

Auf Stress reagiert JEDE/R mit Veränderungen ihres/seines Zustandes = ganz normal

Stress kann positive und auch negative Auswirkungen auf Zustand haben = ganz normal

Stress kann JEDE/R besser BEWÄLTIGEN im sozialen Kontakt mit ANDEREN = ganz normal

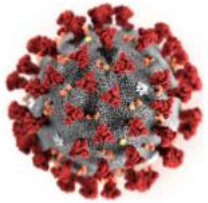
Sozialer Kontakt mit anderen ist der BESTE WEG um Stress zu BEWÄLTIGEN

ES IST NORMAL, ZUR BEWÄLTIGUNG VON STRESS UNTERSTÜTZUNG ZU GEBEN — UND ZU HOLEN

Wenn das persönliche Umfeld nicht ausreicht → **IST ES NORMAL, SICH HILFE ZU SUCHEN**

PSD Für die Stadt Wien

Pflegende Angehörige in der Corona-Pandemie
… und bleiben Sie gesund!



1. Achten Sie auf Ihre **körperliche Gesundheit**.
2. Achten Sie auf **ausreichend Schlaf**,
   der i.d.R. vor Mitternacht beginnen sollte.
3. Achten Sie auf das Einhalten von **Tagesstrukturen**.
4. Achten Sie darauf, **freundlich und respektvoll**
   mit sich selbst und Anderen umzugehen.
5. Vermeiden Sie Chaos; **ordnen** Sie die Dinge Ihres Lebens.
6. **Schieben** Sie wichtige Dinge **nicht unnötig auf**.
7. Achten Sie auf Ihre **Beziehungen und Beziehungsmenschen**.
8. Halten Sie sich an die „**6 L**“:
   Lachen, Lieben, Lernen, Laufen, Lustvoll Leben.
9. Achten Sie darauf, Ihrem Leben einen **Sinn** zu geben.
10. Wenn all das trotzdem nicht reicht, um gesund zu bleiben,
    suchen Sie **Hilfe**. Je früher Sie Hilfe suchen, desto besser.

(Psota & Horowitz 2016)

PSD Für die Stadt Wien

Pflegende Angehörige in der Corona-Pandemie: SCHÜTZEN – TESTEN – IMPFEN

„2. Halbzeit: Wir gegen das Virus“— Was es vor allem jetzt braucht

Schützen | Testen | Impfen

plus: psychosoziale Maßnahmen und entspr. Priorisierung, damit diese Trilogie <u>für alle</u> möglich wird

PSD Für die Stadt Wien

Pflegende Angehörige in der Corona-Pandemie: HILFE SUCHEN

PSD Für die Stadt Wien

Danke.

Psychische Erkrankungen
betreffen uns alle.
#darüberredenwir

Starte das Gespräch mit uns:
facebook.com/darüberredenwir
@darüberredenwir
darüberredenwir.at

Chefarzt Dr. Georg Psota

Büro Chefarzt
Modecenterstraße 14/A/2. OG
A-1030 Wien

Bitte beachten Sie, dass diese Präsentation urheberrechtlich geschützt ist und nicht ohne ausdrückliche Zustimmung des Autors vervielfältigt oder unter einem anderen Namen veröffentlicht werden darf.

www.psd-wien.at

PSD Für die Stadt Wien