

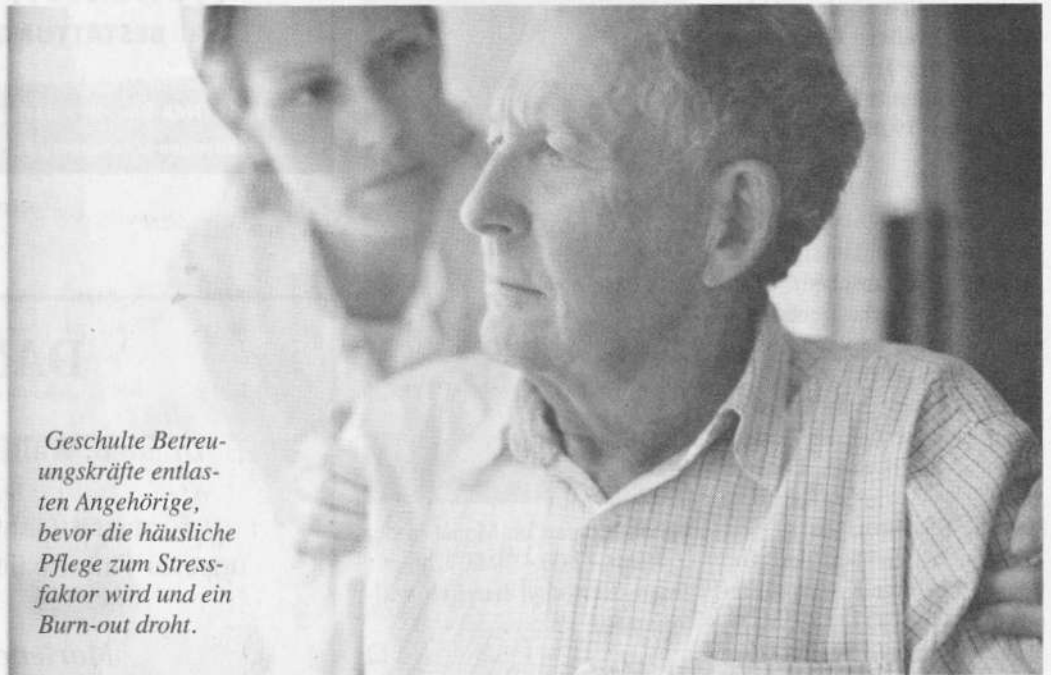
## Stressfaktor Pflege: Angehörige besonders Burn-out-gefährdet Geschulte Betreuungskräfte von PROMEDICA PLUS entlasten in der häuslichen Pflege und Betreuung

Niederkassel 21. Juli 2017 (Fi)  
Immer mehr Menschen in Deutschland leiden an stressbedingten Erkrankungen.

Die bekannteste und gleichzeitig drastischste Form ist das Burn-out. In einer Studie hat die Techniker Krankenkasse die Ursachen unter die Lupe genommen. Das Ergebnis: Jeder siebte Erwachsene klagt über massiven Stress durch die Pflege eines Angehörigen. PROMEDICA PLUS entlastet Betroffene und vermittelt häusliche Betreuungskräfte.

### Pflege als Stressfaktor der Generation 60plus

Die Lebensumstände bestimmen die Stressfaktoren. Mit zunehmendem Alter wird für viele Menschen die Betreuung eines Angehörigen, häufig der eigenen Eltern, unweigerlich zum bestimmenden Thema. Das belegt auch die TK-Stressstudie 2016. Darin nannte die Generation 60plus die Angehörigenpflege als häufigsten Stress-



*Geschulte Betreuungskräfte entlasten Angehörige, bevor die häusliche Pflege zum Stressfaktor wird und ein Burn-out droht.*

faktor (28 Prozent). Das verwundert kaum. „Einen hilfsbedürftigen Menschen zu betreuen ist ein Fulltime-Job. Und der ist nicht nur körperlich, sondern auch seelisch extrem anstrengend“, sagt Stefan Bandurowski, Geschäftsführer bei PROMEDICA PLUS.

### Pflegende Angehörige gehen über ihre Grenzen

Wenn Senioren Hilfe im Alltag benötigen, verändert sich auch das Leben der Angehörigen. Denn viele entscheiden sich dazu, die Betreuung zunächst selbst zu übernehmen – neben dem Beruf und der eigenen Familie. Kleinere Hilfestellungen, Besorgungen oder Botengänge lassen sich in den Alltag integrieren. Doch dabei bleibt es selten. Lässt die körperliche Leistungsfähigkeit der Senioren weiter nach oder treten Krankheiten wie Demenz auf, kommen weitere Aufgaben hinzu: Kochen, Essen, Waschen, Putzen. „Um die Pflege irgendwie zu stemmen, gehen viele Angehörige weit über ihre Grenzen“, so Stefan Bandurowski. Das Stresslevel steigt – und mit ihm das Risiko, an einem Burn-out zu erkranken. Doch die Betroffenen ignorieren oft die Warnsignale.

### Pflichtgefühl überwiegt die Vernunft

Das Pflichtgefühl überwiegt nicht selten die Vernunft. „Vie-

len Angehörigen fällt es unglaublich schwer, loszulassen. Sicherlich schwingt da auch die Angst mit, einen geliebten Mensch im Stich zu lassen. Sich professionelle Unterstützung zu suchen, ist jedoch kein Zeichen von Schwäche, sondern von Verantwortungsbewusstsein“, weiß Bandurowski. Denn ein häusliches Betreuungsmodell kann Angehörige gezielt entlasten. PROMEDICA PLUS vermittelt geschulte Betreuungskräfte aus Osteuropa. Sie leben mit den Senioren unter einem Dach und unterstützen diese in allen Lebensbereichen: Haushalt, Körperpflege, Ernährung und Mobilität.

So können Angehörige sich auf die schönen Momente mit dem pflegebedürftigen Familienmitglied konzentrieren.

PROMEDICA PLUS ist im rechtsrheinischen Rhein-Sieg-Kreis ist durch den Partner Hans-Martin Fischer in Niederkassel vertreten, der Senioren und Angehörige individuell und zuhause berät und über die Möglichkeiten der häuslichen Rund-um-Betreuung informiert. □

## Pflege daheim statt Pflegeheim

24h Betreuung zuhause durch legale Pflegekräfte.

Vermittlung, Beratung und Betreuung durch **PROMEDICA PLUS** Rhein Sieg Nord.

H.-M. Fischer in Niederkassel

Info Tel.: 02208 - 5065834