



- Denkanstöße
- Lösungsansätze
- Entlastungsangebote

# Gemeinsam pflegende Angehörige unterstützen



Pflegende Angehörige sind eine wichtige Ressource für unser Gesundheitswesen, sie stellen zudem eine enorme finanzielle Entlastung für das Gemeinwesen und die Versicherungen dar.

Frauen und Männer, die zu Hause kranke Kinder, den verunfallten Partner, die bettlägerige Mutter oder den dementen Vater pflegen, vollbringen grossartige und bewundernswerte Leistungen. Täglich sind sie mit dieser Aufgabe physisch und psychisch gefordert. Oft fehlt ihnen die nötige und wichtige Zeit zur Erholung.

Um diese Ressource möglichst lange erhalten zu können, muss einer Überlastung und eventuellen Überforderung der pflegenden

Angehörigen rechtzeitig entgegen gewirkt werden.

Die vorliegende Broschüre wirft Fragen zur Pflege zu Hause auf. Gerne hilft die Spitex Horw mit, Antworten zu finden und Lösungen zu entwickeln.

*Lucia Schwab-Dubacher  
Präsidentin  
Spitex Horw*

# Spitex-Wissen für pflegende Angehörige



In der Schweiz pflegen im Moment ca. 250 000 Menschen ihre Angehörigen. Rund 75 % der pflegebedürftigen alten Menschen werden zu Hause von ihren Angehörigen betreut und gepflegt. Dies entspricht einem wirtschaftlichen Wert von 10 bis 12 Milliarden Franken. Diese Zahlen sind nicht neu – aber erwähnenswert!

Jede Pflegesituation ist individuell und einmalig. Die Spitex Horw hat seit vielen Jahren Erfahrungen im Bereich Hilfe und Pflege zu Hause gesammelt. Unser Fachpersonal hat schon in verschiedensten Pflegesituationen in Zusammenarbeit mit den Angehörigen individuell angepasste Pflegelösungen gefunden.

Gerne stellen wir auch Ihnen dieses Wissen zur Verfügung und beraten Sie gerne in aktuellen oder bevorstehenden Pflegesituationen. Nutzen Sie unser Angebot für eine professionelle Pflegeanleitung oder gönnen Sie sich einen Entlastungstag.

*Theres Bieri  
Geschäftsleiterin  
Spitex Horw*

# Denkanstösse für die Pflege zu Hause

Vorabklärungen bei der zu pflegenden Person

## Es lohnt sich, die Pflegebedürftigkeit genau abzuklären

- Welche Art von Begleitung ist erwünscht?
- Ist sie vollständig auf Hilfe angewiesen?
- Kann sie noch aufstehen, gehen, essen, trinken und Medikamente einnehmen?
- Kann sie sich waschen, ankleiden?
- Braucht sie einen Katheter oder Inkontinenzmaterial?
- Leidet sie an Schmerzen?
- Ist die Kommunikation eingeschränkt?
- Ist der Tag-Nacht-Rhythmus gestört?
- Was ist zu regeln?

## Es lohnt sich, klare schriftliche Regelungen zu treffen

- Wie ist die Finanzierung der Pflege geregelt?
- Welche Einkünfte stehen zur Verfügung?
- Welche finanziellen Beiträge können von AHV, IV, EL, HL, Krankenkasse erwartet werden?
- Wie weit wollen Sie finanziell entschädigt werden?
- Trägt Ihre Familie Ihr Vorhaben mit?
- Wie sind Freizeit und Ferien geregelt?
- Wann und wofür soll die Spitex oder andere Unterstützung beigezogen werden?

# Denkanstösse für die Pflege zu Hause

Vorabklärungen bei sich selber

## Was sind meine persönlichen Möglichkeiten

- Wo sind meine Grenzen: körperlich, seelisch, zeitlich?
- Welchen eigenen Bedürfnissen will ich Rechnung tragen?
- Was macht das Helfen und Pflegen für mich schwierig oder einfach?
- Mit wem kann ich über meine Schwierigkeiten, Gefühle reden?
- Wie gehe ich mit Schmerzen um?
- Wie denke ich über Sterben und Tod?
- Was macht mir Angst?

## Wie sind meine organisatorischen Möglichkeiten

- Habe ich genügend Platz in der Wohnung?
- Bekomme ich genügend Schlaf, Freizeit und Erholung?
- Muss ich nachts aufstehen?
- Wer ist ausser mir an der Pflege und Betreuung beteiligt?
- Welche weiteren Entlastungen wären möglich?
- Bekomme ich Unterstützung vom Hausarzt?
- Welche technischen Hilfsmittel gibt es? Welche kann ich wo beschaffen?

# Denkanstösse für die Pflege zu Hause

Vorabklärungen bei sich selber

## Was ist die Motivation?

- Zuneigung oder Freundschaft
- Verantwortungs- oder Pflichtgefühl
- Um Schuldgefühle zu vermeiden
- Um einen sinnvollen Lebensinhalt zu haben
- Aufgrund einer Tradition in Ihrer Familie
- Aus religiösen Gründen
- Weil Sie es sich zutrauen und die Herausforderung gerne annehmen wollen
- Weil Sie gerne jemanden pflegen oder begleiten

## Was kann eine Pflege belasten?

- Wenn Sie sich kräftemässig überfordern
- Wenn andere Verpflichtungen sie stark beanspruchen
- Wenn finanzielle Interessen (Erbe) im Spiel sind
- Wenn die Beziehung zu Pflegenden schwierig oder belastet ist
- Wenn Sie von Verwandten oder Freunden dazu gedrängt werden
- Wenn Sie ein Versprechen gegenüber Angehörigen einlösen müssen

# Gutschein

**Sie pflegen eine Angehörige oder einen Angehörigen. Täglich sind Sie mit dieser Aufgabe physisch und psychisch gefordert. Oftmals fehlt Ihnen die Erholungszeit, die Zeit für soziale Kontakte oder die Musse fürs Nichtstun.**

Die Spitex Horw unterstützt pflegende Angehörige.  
Dieser Gutschein berechtigt Sie für:

- eine professionelle Pflegeanleitung durch unsere dipl. Pflegefachfrauen
- einen Entlastungstag durch unsere dipl. Hauspflegerinnen und Haushelferinnen

Senden Sie diesen Gutschein an die Spitex Horw oder rufen Sie uns an.

Gerne vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin.

Spitex Horw  
Kantonsstrasse 67  
6048 Horw  
Telefon 041 340 40 70  
E-mail: [info@spitex-horw.ch](mailto:info@spitex-horw.ch)  
[www.spitex-horw.ch](http://www.spitex-horw.ch)

Absender:

---

---

---

Bitte  
frankieren

Spitex Horw  
Kantonsstrasse 67  
6048 Horw