



Pflege für Menschen mit Parkinson. Mit dem Leben zurecht kommen.

Erholung – Pausen von der Pflege.

“Ein paar Stunden Freizeit bringen wirklich viel.”

- Die Pflege eines anderen Menschen kann einem viel abverlangen. Von Zeit zu Zeit werden sie da eine Pause brauchen, nicht nur von den täglichen Hausarbeiten sondern auch von der Person, um die sie sich kümmern.

- Pflegerische Angehörige fühlen sich oft schuldig, wenn sie eine Erholungspause machen. Aber Pausen sind wichtig, um Stress zu verringern und die körperliche und seelische Gesundheit aufrecht zu erhalten. Sie werden sehen, dass sich so auch die Beziehung zwischen Pflegendem und Gepflegtem verbessert, da Abwechslung und Stimulation entsteht und sichergestellt wird, dass weder der Pfleger noch der Gepflegte sozial isoliert wird.

- Erholungspausen von der Pflege können sehr verschieden aussehen: Es könnte hin- und wieder jemand vorbeikommen, der sich zu dem Gepflegten setzt und sich einige Zeit um ihn kümmert oder der Gepflegte könnte tagsüber regelmäßig ein Tageszentrum oder eine andere Einrichtung besuchen. Es ist auch möglich, dass der Gepflegte für einen kurzen Aufenthalt ein Pflegeheim aufsucht

This information was prepared by
professional and lay members of
the Infopark Project

Last updated : 07/02/04



This study is funded by the
European Commission under the
Fifth Framework Quality of Life
Programme, Contract Number
QLK6 2000-00303

•Freunde und Familie helfen in der Regel gern, vorausgesetzt sie haben nicht das Gefühl, dass die Ansprüche an sie unzumutbar sind. Sie könnten zum Beispiel regelmäßig einige Stunden mit der zu pflegenden Person verbringen oder die hin- und wieder übers Wochenende bei sich aufnehmen. Hilfe bei Haushaltstätigkeiten wie Bügeln, Wäschewaschen, Saugen, Einkaufen oder der Abholung von Medikamenten, kann indirekt die Pflegeperson entlasten.

•Tageszentren bieten für einige Stunden eine sichere Umgebung außerhalb des Zuhauses. Meistens werden Transportmöglichkeiten und Mittagessen gestellt und manchmal sind sogar Serviceleistungen wie Friseur, medizinische Fußpflege und Baden möglich. In einigen Tageszentren könnte es allerdings sein, dass sie für wenig selbstständige Personen nicht geeignet sind.

•In einigen Orten kann es sein, dass eine Tagesklinik für die Patienten regelmäßige Rehabilitationmaßnahmen sowie die Versorgung in medizinischen und pflegebedingten Belangen anbietet, während die Pflegeperson sich eine Auszeit nehmen kann.

•Nachbarschaftshilfen, Besuchsdienste und Freiwillige können allgemeine Pflege- und Aufsichtstätigkeiten für einige Stunden übernehmen, oder auch einmal über Nacht. Einige Organisationen organisieren möglicherweise auch Ausflüge oder andere Aktivitäten in Abhängigkeit von den Bedürfnissen der Person, um die sie sich kümmern.

•Auch Urlaubsreisen mit speziellem Service, der an die Bedürfnisse der Person angepasst ist, können organisiert werden, entweder nur für die zu pflegende Person oder für beide gemeinsam.



This study is funded by the European Commission under the Fifth Framework Quality of Life Programme, Contract Number QLK6 2000-00303