



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Pflege daheim – leicht(er) gemacht!
Kurse für pflegende Angehörige

KURS: 1 2 3 4 5 6



**NACH DEM SPITALSAUFENTHALT –
FORTSETZUNG DER PFLEGE ZU HAUSE**

Das Nachhausekommen vorbereiten

Die Entlassung aus dem Spital ist in der Regel mit Erleichterung verbunden (etwas ist geschafft). Nicht immer aber ist die Spitalsentlassung gleichbedeutend mit der vollständigen Wiederherstellung der Gesundheit. Oftmals ist auch im Anschluss daran pflegerische Unterstützung notwendig. Eventuell werden auch eine Anpassung der Wohnungsausstattung, die Bereitstellung entsprechender Hilfsmittel und so manche Umstellung in den Lebensgewohnheiten erforderlich sein.

Dies erfüllt Betroffene und Angehörige oft mit Besorgnis:

- Was kommt da auf uns zu?
- Wie werden wir das schaffen?
- Was sollte im Vorfeld geregelt sein?
- Was werden wir alles brauchen?
- Wer kann uns dabei helfen?

Pflege zu Hause ist eine Gemeinschaftsaufgabe

Pflege und Betreuung sind sehr anstrengende Tätigkeiten. Wenn absehbar ist, dass sich die Hilfs- oder Pflegebedürftigkeit über einen längeren Zeitraum erstrecken wird, sollten Sie sich rechtzeitig nach möglicher Unterstützung durch die übrigen Familienmitglieder oder andere nahe stehende Personen umsehen.

Auch die Inanspruchnahme externer Unterstützungsangebote z. B. des Roten Kreuzes, aber auch anderer Organisationen kann Ihnen vieles erleichtern.

Was das Österreichische Rote Kreuz anbietet

- Hauskrankenpflege
- Heimhilfe
- Essenszustellung
- Rufhilfe (Notruftelefon)
- Besuchsdienst
- Beratung und Kurse für pflegende Angehörige

Maßnahmen, die Ihnen die Pflege zu Hause erleichtern können

- Beseitigen Sie Barrieren in der Wohnung.
- Bringen Sie gegebenenfalls zusätzliche Haltegriffe an.
- Informieren Sie sich über typische Gefahrenquellen und Sicherheitsprodukte (z. B. über die Broschüre „Sicherheit zu Hause“ des Instituts Sicher Leben bzw. über die Homepage www.sicherleben.at).
- Besorgen Sie ein spezielles „Krankenbett“ und richten Sie dieses so aus, dass der Kranke die Tür im Blick hat.

- Bereiten Sie Ihrem Angehörigen ein freundliches Pflegezimmer vor.
- Getränke, Leselicht, Klingel, Bücher, Fernbedienung für TV und Radio und andere wichtige „Kleinigkeiten“ sollten vom Bett aus leicht erreichbar sein.
- Sorgen Sie für eine zusätzliche Ablagemöglichkeit für Pflegeutensilien in (für Sie) erreichbarer Nähe zum Bett.
- Informieren Sie sich über notwendige und weitere nützliche Hilfsmittel und besorgen Sie diese rechtzeitig.

Wie Sie sich ganz persönlich auf das Nachhausekommen Ihres Angehörigen vorbereiten können

Stellen Sie sich vor, Sie wären derjenige, der jetzt nach Hause kommt: Versuchen Sie sich in den anderen hineinzuversetzen, sich seinen voraussichtlichen körperlichen und seelischen Zustand vorzustellen:

- Wie lange war er im Spital, was hat er dort erlebt, in welche Stimmung hat ihn das dortige Milieu versetzt? Wie ist die Prognose?
- Was wissen Sie allgemein über seine persönlichen Vorlieben und Abneigungen?
- Wie mag sich das Heimkommen für ihn anfühlen, wie wirkt die Atmosphäre in der Wohnung?

- Was könnte er vermissen, was würde ihn stören? Worüber würde er sich freuen?
- Wer sollte möglichst zur Begrüßung anwesend sein, wer nicht?

Spezifische pflegerische Handgriffe, die auch den individuellen Zustand Ihres Angehörigen berücksichtigen, sollten Sie sich möglichst noch im Spital von den dortigen Pflegepersonen zeigen lassen und am besten in deren Gegenwart auch üben.

Darüber hinaus bietet das Österreichische Rote Kreuz in seinen Kursen für pflegende Angehörige die Möglichkeit, neben vielem anderen auch genau solche Handgriffe zu lernen.

