Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 89 (2011)
Heft: 9

Artikel: "Hilfe anzunehmen, ist wichtig - und schwierig"
Autor: Arnold Reichlin, Barbara
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-725154

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«Hilfe anzunehmen, ist wichtig – und schwierig»

Zu Ihren Aufgaben gehört die Vermittlung von Ferienbetten in den Pflegezentren der Stadt Zürich. Wer wendet sich an Sie? Hausärzte, die finden, dass ein pflegender Ehepartner unbedingt eine Entlastung braucht; Söhne und Töchter, die dem betreuenden Elternteil Ferien ermöglichen möchten, oder Betroffene selber, die spüren, dass sie eine Auszeit brauchen. Es kommt auch vor, dass ein pflegender Angehöriger selber ins Spital muss und seinen Partner in dieser Zeit gut aufgehoben wissen will.

Bekommt man immer ein Ferienbett? Ferienbetten kann man bei uns buchen wie in einem Hotel. Viele tun das bereits Monate im Voraus, wenn sie eigene Ferien planen. Während der Sommermonate sind die Ferienzimmer gut belegt. Schwieriger wird es bei einem Notfall. Dann gibt es eventuell in der Langzeitpflege noch einen Platz. In der Regel finden wir eine Möglichkeit.

Was tun, damit solche Ferien für den betreuenden Angehörigen auch tatsächlich gelingen? Meiner Erfahrung nach gelingen Ferien eher, wenn man sie gut plant und zum Beispiel mit einer Freundin für zwei Wochen nach Italien fährt, als wenn man mit tausend Gedanken und Schuldgefühlen in den eigenen vier Wänden bleibt.

Warum haben Angehörige oft so viel Mühe, ihren Patienten auch nur für zwei oder drei Wochen loszulassen? Ein solches Paar hat ein Leben lang zusammen gewohnt und alles zusammen gemacht. Es hat sich versprochen, immer füreinander da zu sein – bis zum Tod. Da fällt jede Trennung schwer. Das Gefühl herrscht vor, man würde seinen Partner im Stich lassen. Ferien machen wird als Egoismus empfunden. Bestimmt schwingt auch Angst mit: Es könnte ja sein, dass etwas passiert oder der kranke Angehörige während dieser Zeit zu sehr leidet.

Und – leidet er? Das gibt es schon. Für einige Feriengäste ist eine Veränderung schwierig. Kommen diese Patienten regelmässig, versuchen wir, immer das gleiche Zimmer zur Verfügung zu stellen. Manchmal ist es aber auch umgekehrt. Kommunikative, gesellige Menschen sind zu Hause oft isoliert, auch wenn ihr Partner gut für sie sorgt. Hier blühen sie auf, weil etwas läuft; es hat viele Leute, es ist nie langweilig.

Was, wenn der kranke Partner absolut nicht in die Ferien will? Das geschieht recht häufig. Dann gibt es andere Möglichkeiten: Lassen sich zwei Wochen eventuell mit Hilfe der Spitex überbrücken? Können Verwandte oder Freunde die Betreuung übernehmen? Meine Erfahrung zeigt aber, dass Betroffene für einmalige Ferien eher zu überzeugen sind als für ein regelmässiges Entlastungsangebot wie Tages- oder Nachtaufenthalte.

Bild: Markus Forte

Barbara Arnold Reichlin

ist Sozialberaterin und Pflegefachfrau mit langjähriger Erfahrung in der Akut- und Langzeitpflege. Bei der gerontologischen Beratungsstelle der Stadt Zürich ist sie zuständig für die ergänzenden Angebote zur Betreuung und Pflege zu Hause; dazu gehört auch die Vermittlung von Ferienbetten.
Adresse: Gerontologische Beratungsstelle, Paradiesstrasse 45, 8038 Zürich, Telefon 043 495 18 18, Fax 043 495 18 19.

Welches sind die Vorteile von Ferienangeboten, die für den gesunden und kranken Partner gemeinsam sind? Für Patienten ist es meist einfacher, wenn ihr vertrauter Ankerpunkt aus dem Alltag auch in den Ferien anwesend ist. Die wichtigste Voraussetzung ist aber, dass die Gesunden auch tatsächlich entlastet werden. Die Pflege muss abgedeckt sein, sodass sie miteinander etwas unternehmen und sich austauschen können. Wenn sie dann noch Tipps und Informationen zum Umgang mit der Krankheit bekommen, sind solche Ferien schon sehr wertvoll.

Wie findet man das richtige Ferienangebot für seinen Partner? Das ist wirklich nicht einfach, denn es gibt schweizweit keine Liste mit möglichen Ferienangeboten. Eine gute erste Anlaufstelle ist das Pflegeheim in der Nähe. Entweder bietet dieses selber Kurzzeitaufenthalte an oder kann zumindest mit weiterführenden Adressen auch von privaten Anbietern helfen. Manchmal ergibt dann ein Telefon das andere, und plötzlich tut sich eine Möglichkeit auf. Ich gebe zu: Das braucht Zeit, Geduld und eine gewisse Beharrlichkeit und ist schwierig, wenn man mit seinen Kräften bereits am Ende ist.

Wie rettet man ein bisschen Ferienstimmung in den Alltag hinüber? Ganz wichtig finde ich eine regelmässige Entlastung auch nach den Ferien. Für pflegende Angehörige ist es zwingend notwendig, dass sie kleine Inseln und Freiräume für sich selber haben – auch wenn es sich dabei nur um einen halben Tag in der Woche handelt. Wir haben in der Stadt Zürich ein sehr breites Entlastungsangebot – gemessen an der Zahl der betreuungsbedürftigen Personen müsste es allerdings noch viel besser genutzt werden. In solchen Situationen Hilfe anzunehmen, ist unglaublich wichtig – und unglaublich schwierig! Doch nur wer auch zu sich selber schaut, kann seinen kranken Angehörigen möglichst lange zu Hause betreuen.