

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1996-1997)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Pflegende Angehörige - ihr Alltag  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-843345>

### **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:** 14.02.2026

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



## Pflegende Angehörige – ihr Alltag

Die Pflege kranker Menschen – vorwiegend Betagter – gehört seit je zu den Aufgaben der Familie. Entgegen der weitverbreiteten Ansicht, dass sich die Familie von ihren Betagten abwendet, werden sehr viele von ihnen bis ins hohe Alter zu Hause gepflegt. Das Vorurteil etwa, dass Kinder ihre Eltern in ein Heim abschieben, sobald sie «Umstände machen», ist weit verbreitet. Tatsächlich aber wird – so schätzt man – 90% der Pflege zuhause geleistet, wobei nur 15% der pflegenden Angehörigen dabei Fremdhilfe in Anspruch nehmen.

Pflegende Angehörige gibt es überall unter uns. Es sind all diejenigen, die Partner, Eltern, Verwandte oder Bekannte pflegen, weil diese nicht mehr in der Lage sind, sich selbstständig zu versorgen. Sie sind unterschiedlichsten Anforderungen und Ansprüchen ausgesetzt, die bis zu körperlichen und psychischen Erschöpfungszuständen führen können.

Hält man sich die Aufgaben vor Augen, welche neben der Pflege erfüllt werden müssen, so erstaunt dies nicht: Berufstätigkeit, Partnerschaft, Haushaltsführung, evtl. die Erziehung der eigenen Kinder kommen zur Pflege hinzu und führen nicht selten zu zusätzlichen innerfamiliären Spannungen. In den seltensten Fällen helfen andere Familienmitglieder oder Verwandte mit. Wenn die erforderliche Pflege und Betreuung ein bestimmtes Ausmass erreicht, dann geben Frauen, welche Angehörige pflegen, oft ihre eigene Berufstätigkeit auf oder schränken sie zumindest ein. Schon im Vorfeld jedoch stellen sie notgedrungen Hobbies und Sozialkontakte hinten an. Bekannte und Verwandte ziehen sich zurück, sei es aus mangelndem Verständnis, Schuldgefühlen, nicht selber Mitpacken zu können oder aufgrund eigener Schwierigkeiten, mit der veränderten Situation umzugehen. Denn die Konfrontation mit dem zu Pflegenden wirft viele Fragen auf und weckt Ängste.

Die Redaktion von **Akzent** ging der Frage nach, wie denn der Alltag, das völlig unspektakuläre, für ein Ehepaar aussieht, in dem die Frau auf die Hilfe ihres Mannes angewiesen ist.

**Akzent:** Herr Müller\*, können Sie kurz die Vorgeschichte schildern, welche zur Pflegesituation Ihrer Frau geführt hat?



Gemeinsam Essen im Senioren-Treffpunkt Kaserne.

**Herr Müller:** Ja, vor 12 Jahren geschah es, das für uns völlig unfassbare, mit dem keines von uns gerechnet hatte. Wir waren in unserem Ferienhaus im Bündnerland, ziemlich abgeschieden, als meine Frau eine Hirnblutung erlitt. Mit Müh und Not konnte ich mitten in der Nacht einen Arzt erreichen. Er veranlasste den Transport meiner Frau ins nächste Spital, von dort aus wurde sie nach Basel geflogen. Wertvolle Zeit ging verloren, bis sie operiert werden konnte.

Nach der Operation kam die niederschmetternde Diagnose: rechtsseitig gelähmt, das Sprachzentrum praktisch völlig zerstört.

**Frau Müller:** Ich konnte gerade noch zwei bis drei Wörter sprechen. Es war wirklich schrecklich, sich nicht mehr mitteilen zu können, fast noch schlimmer als die Tatsache, dass ich mich nicht mehr frei bewegen konnte. Dank einer sehr intensiven Therapie habe ich mich nun soweit erholt, dass

ich zwar im Rollstuhl sitze, meine sprachlichen Fähigkeiten hingegen habe ich wieder vollumfänglich erlangt – zum Glück.

**Herr Müller:** ...und dank dem äusserst starken Willen meiner Frau

**Frau Müller** (unterbricht ihren Mann) und dank der riesigen Unterstützung meines Mannes.

**Akzent:** Wie sieht Ihr Alltag aus, wie organisieren Sie sich?

**Herr Müller:** Seit knapp einem Jahr bin ich nun pensioniert und widme meine Zeit fast ausschliesslich der Unterstützung und Pflege meiner Frau sowie der gesamten Haushaltsführung. Vor meiner Pensionierung stand ich jeweils um 5 Uhr morgens auf, damit ich meiner Frau beim Aufstehen, Waschen und Anziehen helfen konnte, bevor ich zur Arbeit musste. Tagsüber hatten wir eine Hauspflegerin engagiert. Sie blieb jeweils bis nach dem



Mittagessen. Am Nachmittag musste meine Frau allein zurechtkommen, was oft sehr schwierig war, kann sie doch beispielsweise nicht ohne fremde Hilfe auf die Toilette. Nach der Arbeit rannte ich nach Hause, um nach dem rechten zu schauen.

Seit ich pensioniert bin, hat sich viel verändert. Einerseits konnten wir die Wohnung wechseln, was manches erleichtert hat. Die neue Wohnung ist rollstuhlgängig und auf die Bedürfnisse meiner Frau ausgebaut (z.B. spezielle Handgriffe im WC und Bad usw.). Wir können uns zum Glück die Wohnung leisten. Was finanziell für uns hingegen nicht mehr tragbar ist, ist die Hilfe einer Hauspflege in Anspruch zu nehmen, vor allem seit die Krankenkasse keine Beiträge mehr daran entrichtet.

**Frau Müller:** Zweimal in der Woche habe ich Therapie. Obwohl ich erst um 11 Uhr dort sein muss, heisst dies für uns beide früh aufstehen. Denn wissen Sie, allein das Aufstehen, Waschen und Anziehen benötigt ungeheuer viel Zeit. Mit vielen Tricks und der Hilfe meines Mannes schaffe ich dies in sage und schreibe 1½ Stunden.

**Herr Müller:** Manchmal wird meine Frau auch heute noch richtig ungeduldig. Nichts geht ihr mehr schnell und selbstverständlich von der Hand. Alles müssen wir genau planen und sehr viel Zeit einberechnen. An den Tagen, an denen meine Frau keine Therapie hat, muss sie aus medizinischen Gründen den ganzen Morgen im Bett verbringen.

Die Nachmittage geniessen wir deshalb umso mehr. Obwohl meine Frau im Rollstuhl ist, sind wir viel unterwegs, gehen zusammen «spazieren», treffen vielleicht auch einmal Bekannte.

**Akzent:** Werden Sie von Verwandten und Bekannten in der Pflege unterstützt?

**Frau Müller:** Unser Sohn lebt im gleichen Haus. Wir wollen ihn aber nicht mit unseren Problemen belasten, zudem hat er ein Recht, seine Freizeit mit seiner Familie zu verbringen. Unsere Schwiegertochter ist auch berufstätig, so dass wir wirklich nur im äussersten Notfall um Hilfe bitten.

**Herr Müller:** Mit der Erkrankung meiner Frau hat sich unser Bekanntenkreis verändert. Viele haben sich zurückgezogen und sich nicht mehr gemeldet. Ich denke, sie waren einfach mit unserer Situation überfordert. Ein

paar sind uns geblieben, zudem lernten wir auch wieder neue Leute kennen. Aber es ist schon so: erst wenn man auf Hilfe und vor allem auf moralische Unterstützung angewiesen ist, lernt man seine echten Freunde kennen. Und die lassen sich dann plötzlich an einer Hand abzählen.

**Akzent:** Kennen Sie das Wort Ferien und Freizeit überhaupt noch?

**Herr Müller:** Für mich hat die Pensionierung in der Tat keine Freiheiten gebracht. Nein, ich bin viel eingeschränkter als vorher. Während meiner Berufstätigkeit war ich tagsüber mit meinen Arbeitskollegen zusammen, war unter Leuten, konnte mich mit ihnen austauschen. Jetzt ist ein freier Nachmittag oder Abend für mich kaum mehr möglich, weil meine Frau auf meine Hilfe angewiesen ist.

**Frau Müller:** In die Ferien fahren wir noch einmal im Jahr, wobei ich manchmal nahe daran bin, die Übung abzubrechen, denn der Aufwand erscheint mir manchmal fast zu gross im Vergleich zum Erholungswert. Obwohl das Hotel rollstuhlgängig ist, fehlen viele Hilfsmittel, welche mir das Leben zuhause doch sehr erleichtern. Und trotzdem, so lange es geht, fahren wir bestimmt in die Ferien. Denn ein Tapetenwechsel tut allemal gut. Letztes Mal fuhr sogar eine Bekannte mit, so dass mein Mann tatsächlich auch einmal ein paar Stunden allein unterwegs sein konnte. Ein kleines Vergnügen, wenn ich denke, was ohne meine Erkrankung noch alles möglich wäre. Aber, ändern können wir die Situation nun einmal nicht, also versuchen wir, das Beste daraus zu machen.

**Akzent:** Frau Müller, Herr Müller, wir bedanken uns fürs Gespräch.

Pflegende Angehörige sind oft auf sich selber gestellt und finden für ihren enormen Einsatz kaum Anerkennung – weder im privaten Bereich noch von gesellschaftlicher Seite her. Neben der fehlenden Anerkennung machen ihnen vor allem emotionale – weit mehr als körperliche – Belastungen zu



Foto: Martin Klotz

schaffen. Pflegeprobleme innerhalb der Familie sind, vielleicht überspitzt ausgedrückt, Beziehungsprobleme. Pflegende Angehörige haben – im Gegensatz zu fremden Helferinnen und Helfern – mit dem zu Pflegenden einen Teil des Lebens verbracht. Die Rollen geraten durcheinander, familiäre Spannungen und ungeklärte Beziehungen tauchen in der akuten Pflegesituation neu auf.

So unterschiedlich die Pflegesituationen auch sein mögen, so wird doch sehr deutlich, dass sie oft bis an die Grenzen der Belastbarkeit von pflegenden Angehörigen gehen. Doch mit den eigenen Ressourcen zu haushalten ist entscheidend, um selber gesund zu bleiben und ungünstige Pflegesituationen, sofern beeinflussbar, aktiv zu verändern. Wichtig ist, dass pflegende Angehörige wissen, wo sie Beratung und Informationen einholen und sich entlasten können. Es ist unerlässlich, dass Entlastungs- und Hilfsangebote bereit stehen, damit die Pflegenden in ihrer verantwortungsvollen Aufgabe nicht allein gelassen und überfordert werden. Es gilt den Helfenden zu helfen, um wiederum deren Hilfe zu sichern.

\*Name und persönliche Daten wurden von der Redaktion geändert.

Pro Senectute Basel-Stadt führt jedes Jahr ein Seminar für pflegende Angehörige durch. Rufen Sie uns unter Tel. 272 30 71 an und verlangen Sie Frau Schweigler. Sie gibt Ihnen gerne nähere Auskunft.