

**Zeitschrift:** Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau

**Herausgeber:** Spitex Verband Kanton Zürich

**Band:** - (2010)

**Heft:** 5: Spitex am Puls der Zeit

**Artikel:** Kaum Entlastung

**Autor:** Spring, Kathrin

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-822110>

### **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:** 11.01.2026

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

# Kaum Entlastung

Im Zentrum des Nationalen Spitex-Kongresses vom 9./10. September in Biel stand – als besonders aktuelles Thema – die Situation von Menschen, die Angehörige pflegen und betreuen. Vorgestellt wurden die Resultate einer Forschungsarbeit, die der Spitex Verband Schweiz unter dem Titel «SwissAgeCare-2010» in Auftrag gegeben hatte. Die wichtigsten Resultate: Pflegende Angehörige investieren in die Betreuung fast doppelt so viel Zeit, als sie eigentlich möchten. Wer einen Partner oder eine Partnerin pflegt, ist physisch und psychisch besonders stark belastet. Gemäss Einschätzungen von Spitex-Mitarbeitenden haben z.B. etwa 60% der pflegenden Partnerinnen eine Auszeit nötig. Diese Einschätzung steht in Kontrast zu den realen Möglichkeiten. Denn rund die Hälfte dieser Angehörigen gibt an, keine solchen Entlastungsmöglichkeiten zu haben. Und rund ein Viertel erklärt, dass selbst im Notfall, wenn sie selber krank würden, niemand die Betreuung übernehmen könnte.





Bild: Marius Schären

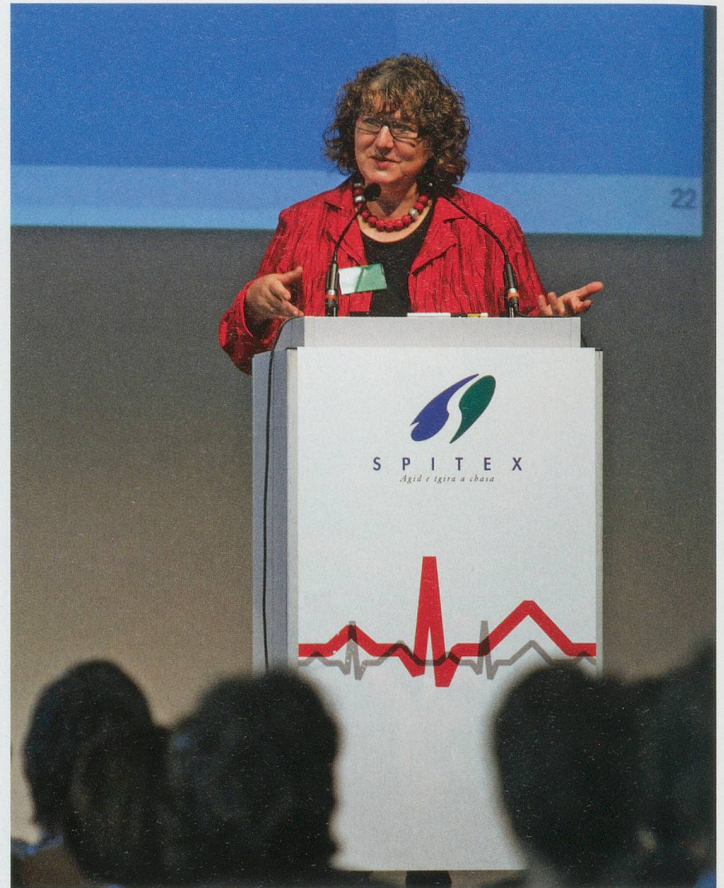
**Kathrin Spring** // «Das Trio Perrig, Schnegg und Höpflinger», antwortete fast im Chor eine Gruppe von Spitex-Mitarbeiterinnen in der Pause vor dem Schlusspodium auf die Frage nach dem Höhepunkt des Kongresses. Und warum? «Weil uns die drei auf eine gute, teils sogar humorvolle Art klar gemacht haben, wie wichtig das Thema «Pflegende Angehörige» in Zukunft für die Spitex werden wird», sagte eine der Frauen. Im Vorfeld allerdings war sie in Bezug auf die Präsentation der drei Fachleute skeptisch gewesen. Drei Referierende von Universitäten? Eine Studie mit dem unmöglichen Namen »SwissAgeCare-2010«?

Bereits bei der Kongress-Eröffnung am Donnerstagsmorgen wurde indessen klar, dass es in Biel beim

Thema «Angehörige» um Handfestes geht und nicht um Abgehobenes. Prof. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello vom Institut für Psychologie der Universität Bern, fasste – als Leiterin der Studie – die Ausgangslage und die wichtigsten Forschungsergebnisse zusammen. Vertieft wurde das Thema dann in der «Parallelveranstaltung L». Neben Perrig referierten dort Dr. Brigitte Schnegg, Leiterin des Interdisziplinären Zentrums für Geschlechterforschung an der Universität Bern, und Prof. Dr. François Höpflinger vom Soziologischen Institut der Universität Zürich.

Für das Forschungsprojekt analysierte das Team einerseits vorhandene Daten zu Pflegebedürftigkeit und zu pflegenden Angehörigen. Andererseits wurden





Dr. Brigitte Schnegg von der Universität Bern analysierte Interviews, die mit pflegenden Angehörigen gemacht worden waren (oben rechts). Aber auch informative Ausstellungsstände regten zum Zuhören an (oben links). Und zwischenhinein wurden die Kongress-TeilnehmerInnen motiviert, sich zu bewegen.



mit Fragebogen und Interviews die Befindlichkeit, Probleme und Ressourcen von pflegenden Angehörigen erhoben. Befragt wurden neben Direktbetroffenen auch Spitex-Mitarbeitende.

Zu Beginn ihres Referates machte Pasqualina Perrig auf unsere privilegierte Lage aufmerksam: «Die Schweiz gehört weltweit zu den Top Ten-Ländern mit der längsten Lebensdauer. Männer können heute mit einer Lebenserwartung von 79 Jahren rechnen, für Frauen beträgt sie sogar 84 Jahre. Wobei die Lebenserwartung «in guter Gesundheit» für Männer bei 71 Jahren und für Frauen bei 75 Jahren liegt. Anders gesagt: «Die lange Lebensdauer ist zwar eine Errungenschaft, aber auch eine Herausforderung – auf gesellschaftlicher wie auf privater Ebene.»

Einerseits wird die Zahl hochaltriger Frauen und Männer in unserem Land stark zunehmen. Andererseits nimmt auch generell die Zahl der alten Menschen in der Schweiz zu, weil die geburtenstarken Jahrgänge, die Baby-Boomer, ins Alter kommen. Perrigs Fazit: «Die Spitex wird – auch weil alte Menschen immer länger zu Hause verbleiben (wollen) – mit einem raschen Nachfrageschub zu rechnen haben.»

### Wichtige Trends

Francois Höpflinger ging näher auf demographische Entwicklungen und gesellschaftliche Trends ein, die für die Spitex relevant sind. Frauen und Männer werden zwar oft später pflegebedürftig, aber sie bleiben nicht unbedingt länger beschwerdefrei. Ambulante Leistungen sind gefragt – auch um zu verhindern, dass Beschwerden zu Pflegebedürftigkeit führen.

Der Trend zu ambulanter Pflege wird nach Ansicht von Höpflinger noch verstärkt werden durch den Ausbau von Wohnformen mit Serviceleistungen, durch den Bau von hindernisfreien Wohnungen und durch die Entwicklung zur Tele-Medizin.

Einen für die Spitex wichtigen Trend sieht Höpflinger bei der Kundschaft selber: Die «Fusionsehe» – Ehepaare, die sehr eng aufeinander bezogen sind und sich zur gegenseitigen Pflege verpflichtet fühlen – wird mehr und mehr abgelöst werden von offeneren Partnerschaften. Auch im Alter. Das werde die Rolle der Spitex verändern, erklärte der Soziologe: «Dieser Trend führt in Richtung Co-Pflege von Spitex und PartnerIn.» Als weitere wichtige Trends erwähnte François Höpflinger:

- Wegen niedriger Geburtenzahlen wird sich die informelle Pflege und Betreuung oft auf lediglich eine Tochter oder einen Sohn «verteilen».
- Angehörige sind vermehrt erwerbsorientiert und leben oft nicht in der Nähe.
- Familiäre Beziehungen werden mit Beziehungen ausserhalb der Familie ergänzt (Freundschaften, Nachbarschaften). Sogenannte Wahlverwandtschaften werden wichtiger.

Pasqualina Perrig skizzierte anschliessend konkrete Ergebnisse des Forschungsprojektes. Nicht überrascht hat: Das Pflegen von Angehörigen ist immer noch vorwiegend Frauensache: Zwei Drittel der Pflegenden sind Frauen, ein Drittel Männer. Der grösste Anteil der Pflege kommt EhepartnerInnen zugute, gefolgt von Eltern und Schwiegereltern.

«Was uns aber total überrascht hat, ist der hohe Zeitaufwand», stellte Perrig fest. Gemäss der repräsentativen Fragebogenerhebung investieren Partnerinnen und Partner im Schnitt rund 60 Stunden pro Woche in die Pflege. Und sie befinden sich durchschnittlich sechs Jahre in dieser Situation. Bei pflegenden Töchtern und Söhnen sind es im Schnitt etwa 25 Stunden pro Woche. Und sie befinden sich durchschnittlich seit rund fünf Jahren in der Pflegesituation.

### Realität und Wunsch

Was die Forschungsgruppe auch überrascht hat: Alle Pflegenden investieren nach eigenen Aussagen sehr viel mehr Zeit in diese Arbeit, als sie eigentlich wünschten. Partnerinnen investieren ziemlich genau doppelt so viel Zeit in die Pflege, als sie möchten. Das Wort «Pflege» muss jedoch in diesem Zusammenhang umfassend verstanden werden. Die Angehörigen stehen den Pflegebedürftigen in erster Linie im Alltag bei. Rein pflegerische Aufgaben wie Körper- und Behandlungspflege stehen an zweiter Stelle.

Nicht überrascht hat die Forschungsgruppe, dass die Befindlichkeit von pflegenden Angehörigen im Schnitt schlechter ist als bei der Durchschnittsbevölkerung: «Das war angesichts der hohen psychischen und gesundheitlichen Belastung zu erwarten», erklärte Perrig. Bemerkenswert sei aber, dass Spitex-Mitarbeitende in den ausführlichen Interviews die Befindlichkeit von pflegenden Angehörigen noch negativer einschätzten als die Betroffenen selber.

Für die psychische und/oder körperliche Belastung von Angehörigen gibt es zahlreiche Gründe. Neben dem Alter der zu pflegenden Person und der lan-

### Die Spitex könnte ...

- ihr Angebot Richtung Fallmanagement ausweiten, d.h. vermehrt Vermittlungs- und Koordinationsaufgaben zwischen allen Beteiligten übernehmen;
  - pflegerisch-betreutes Wohnen und flexible Entlastungsmöglichkeiten anbieten;
  - sich als Organisation stärker mit Ärzten, Spitälern und Hauswirtschafts-Organisationen vernetzen;
  - idealerweise in der Prävention aktiv werden; sich stärker in der Gesundheitsförderung engagieren.
- (Auszug aus der Zusammenfassung der Forschungsarbeit SwissAgeCare-2010)



gen Dauer des Pflegeverhältnisses sind es vor allem hohe chronische Besorgnis und Stress, soziale Isolation, mangelnde psychische oder körperliche Ressourcen, Überlastung, negative Folgen auf das eigene Leben, geringe Zufriedenheit mit der Spitex und Wunsch nach weniger Zeitaufwand. Die Belastung führt bei diesen Pflegenden teils zu hohem Medikamentenkonsum (insbesondere Schmerz- und Schlafmittel). Und aus Sicht der Spitex-Mitarbeitenden sind viele dieser Angehörigen deprimiert.

Die Frage nach möglicher Unterstützung ist nicht so einfach zu beantworten. Es gebe – je nach «Pflegesetting» und Wohnort – zwar durchaus Unterstützungsmöglichkeiten, doch diese würden offensichtlich dem Bedürfnis nach Entlastung und der Notwendigkeit in akuten Situationen nicht genügen, stellte Pasqualina Perrig fest. Möglich auch, dass die Betroffenen diese Angebote schlicht und einfach nicht kennen. So gab mehr ein Drittel der befragten pflegenden Personen an, im Krankheitsfall keinen Ersatz zu haben. Und nicht wenige Pflegende erklärten, sie würden keinen Ersatz für eine Auszeit finden.

Als komplex stellte sich im Forschungsprojekt auch die Frage nach der Motivation der Pflegenden heraus. Sowohl bei Partnerinnen und Partnern wie auch bei Töchtern und Söhnen stehen «Verpflichtung» und «Liebe» an erster Stelle, gefolgt von «Notwendigkeit» und «finanziellen Überlegungen», wobei das Gewicht der Finanzen überraschend hoch ist.

Klar wurde aber auch, dass Pflegebedürftigkeit alter Eltern oft zu ambivalent erlebten Rollenumkehrungen führen: Alte Eltern müssen von ihren «Kindern» gepflegt werden. Diese Rollenumkehr erhöht das Gefühl der Verpflichtung, den Eltern zu helfen. Gleichzeitig erklärte jedoch eine Mehrheit der Befragten, die Eltern würden zu viel Hilfe erwarten und die Hilfe zu wenig schätzen.

### Beruf und Pflege vereinbaren

In einer besonderen Situation sind oft pflegende Töchter, vor allem Familienfrauen zwischen 40 und 60 Jahren: Sie erleben gemäss Studie «einen zweiten beruflich-familialen Vereinbarkeitskonflikt». Nachdem sie zuvor Beruf und Kinder unter einen Hut bringen mussten, geht es nun um die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege alter Eltern. Die betroffenen Frauen leiden nicht selten unter hoher moralischer Verpflichtung, geringer Unterstützung und Wertschätzung sowie unter schwindenden beruflichen Optionen. «Zwei Drittel der befragten pflegenden Töchter gaben an, ihr berufliches Arbeitspensum reduziert zu haben», sagte Perrig, «16% gaben gar den Job auf.»

Das Forschungsprojekt enthielt auch Fragen zur Spitex, zum Beispiel konnten pflegende Angehörige die für sie wichtigsten Kriterien für ambulante Hilfe nennen. An oberster Stelle stehen: «Spitex ist verfü-

bar, wenn notwenig» und «Spitex behandelt Klientinnen und Klienten mit Würde und Respekt». Generell ergab die Befragung eine hohe Zufriedenheit mit der Spitex. Kritisiert wurde, wie so oft, die häufigen Wechsel der Spitex-Mitarbeitenden und die fehlende Zeit seitens der Spitex.

### Kraft für Eigeninitiative fehlt

Dr. Brigitte Schnegg, Leiterin des Institutes für Geschlechterforschung an der Universität Bern, ging detailliert auf die Resultate der Interviews ein, die mit pflegenden Angehörigen geführt wurden. In diesen Interviews bestätigten sich die generell hohe Belastung und die gesundheitlichen Probleme von pflegenden Angehörigen. Brigitte Schnegg erwähnte aber noch weitere wichtige Punkte:

- Die Beziehungsnetze von pflegenden Angehörigen sind oft unverbindlich und wenig belastbar. Pflegende Angehörige zögern, andere Familienmitglieder zu belasten.
- Männer erfahren tendenziell mehr Unterstützung durch ihr Umfeld als Frauen. Und es gelingt Männern tendenziell besser, Distanz aufzubauen und sich punktuell aus dem Pflegesetting zurückzuziehen.
- Es besteht ein Bedürfnis nach hauswirtschaftlichen Leistungen, sie werden aber selten bei der Spitex nachgefragt. Auch Nachtwachen oder Ferienablösungen würden pflegende Angehörige wesentlich entlasten, sie werden aber ebenfalls selten nachgefragt.
- Pflegende Angehörige zeigen – wegen fehlender Kraft – wenig Eigeninitiative zur Optimierung des Pflegesettings. Es besteht ein erheblicher Bedarf nach Information, Beratung und Case-Management.

Zum Schluss zogen Pasqualina Perrig und François Höpfinger folgendes Fazit aus der Studie: Die Spitex wird für eine sekundäre Gesundheitsvorsorge im Alter immer wichtiger. Es geht darum zu verhindern, dass sich Beschwerden zu Behinderungen auswachsen. Neue Familienformen und veränderte Werte werden dazu führen, dass die Bedürfnisse an die Spitex stark variieren. Es wird nach wie vor den subsidiären Einsatz in traditionellen Familien geben, daneben aber die Co-Pflege zusammen mit gut informierten Angehörigen. Und als Drittes den Trend zur vollen Delegation der Pflege an die Spitex, aber unter klaren Leistungsanforderungen anspruchsvoller Angehöriger. Mit Blick auf pflegende Angehörige forderten sie:

- Bereitstellung von mehr und flexibleren Entlastungsmöglichkeiten.
- Weitere Professionalisierung, Erweiterung und Flexibilisierung des Spitex-Angebotes.
- Bessere Information und Stärkung der Kompetenzen von pflegenden Angehörigen.