

"Wann Sorge ich für Entlastung?"

Autor(en): **Gossweiler, René / Robmann, Eva**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera**

Band (Jahr): - **(2018)**

Heft 129: **Angehörige : Entlastungsangebote nutzen = Proches : profiter des services de relève = Congiunti : usufruire delle possibilità di sgravio**

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-842581>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

«Wann Sorge ich für Entlastung?»

Je länger die Parkinsonkrankheit dauert, desto mehr sind die Angehörigen gefordert. Irgendwann kann es zu viel sein. Ratsam ist es, wenn Angehörige früh genug Unterstützung suchen und diese annehmen. Parkinson Schweiz bietet kostenlose Beratung schriftlich, per Telefon oder im persönlichen Gespräch nach Vereinbarung.



René Gossweiler leitet das Beratungsteam von Parkinson Schweiz.
Foto: Kurt Heuberger

Mit René Gossweiler, Leiter Beratung und Bildung von Parkinson Schweiz, sprach Eva Robmann

Angehörige von Parkinsonbetroffenen können sich bei Bedarf an das Beratungsteam von Parkinson Schweiz wenden.

Welche Anzeichen deuten darauf hin, dass Angehörige Unterstützung brauchen?

Wenn ein Angehöriger feststellt, dass er keine Zeit mehr für die eigenen Bedürfnisse hat. Oft kommt es auch vor, dass ein Angehöriger bzw. eine Angehörige vor Erschöpfung ungeduldig mit der Partnerin bzw. dem Partner wird, was zu Konflikten führen kann. Auf die fehlende Geduld folgt dann auch noch das schlechte Gewissen. Dieses Muster soll als Warnzeichen dienen, Hilfe von aussen zu holen.

Wie kann jemand aus dem Umfeld unterstützend wirken?

Meiden Sie es, Angehörigen Ratschläge zu erteilen. Das könnte sie unter Druck setzen. Sagen Sie vielmehr, dass Sie sehen, wie viel der Angehörige leistet. Als erwachsener Sohn oder erwachsene Tochter können Sie konkrete Hilfe anbieten, etwa die Fenster zu putzen oder die nötigen Handwerkerarbeiten zu organisieren. Sie können dem angehörigen Partner auch mal einen halben Tag Ruhe ermöglichen, und einen Termin vorschlagen, an dem Sie mit dem Betroffenen etwas unternehmen.

Wäre ein Handbuch für Angehörige von Parkinsonbetroffenen sinnvoll?

Kaum. Die Adressen von Entlastungsdiensten alleine helfen noch nicht. Zuerst muss die individuelle Situation angesehen werden, um konkrete Massnahmen vorzuschlagen. Wir ermuntern die Angehörigen mittels Fragen, nach Entlastungsmöglichkeiten zu suchen.

1. Wie kann ich mich erholen? Gibt es Zeitinseln für mich?
2. Was belastet mich am meisten? Das fehlende Durchschlafen? Immer auf Abruf zu sein? Die Steuererklärung auszufüllen? Das Putzen? Das Kochen?
3. Was könnte für mich entlastend sein?

Was sind die häufigsten Massnahmen, die schliesslich gefunden werden?

In einem Fall geht das Paar mehrmals wöchentlich auswärts essen, um den Aufwand für Einkauf und Küchenarbeit zu verringern. Jemand leistet sich einmal wöchentlich eine Putzhilfe. Ein Betroffener nutzt an zwei halben Tagen pro Woche den Entlastungsdienst, um der Partnerin etwas Luft zu verschaffen.

Mich beeindruckt in den Beratungen jeweils, wie Angehörige, die schon längst in der Erschöpfungsfalle sind, kreativ nach Lösungen suchen. Eine funktionierende Partnerschaft ist ihnen sehr wichtig.