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

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2018)

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

Artikel: "Wann sorge ich für Entlastung?"

Autor: Gossweiler, René / Robmann, Eva

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-842581

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: 14.07.2025

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

«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.