

# Bevor die Helfenden selber hilflos sind

**THALHEIM.** Im Zentrum von Medizin und Pflege stehen in erster Linie Patienten, nicht betreuende Angehörige. Ihnen bietet die Stiftung Orbetan Hilfe und Entlastung für ihre Aufgabe.

MARKUS BRUPBACHER

Die moderne Medizin macht es möglich, dass die Menschen immer älter werden. Zugleich wollen sie ihr Leben selbstbestimmt führen, wobei sie möglichst lange in den eigenen, vertrauten vier Wänden leben möchten. Doch mit steigendem Alter steigt auch die Wahrscheinlichkeit, zu erkranken. Angehörige, die ihren Partner, den Vater oder die Mutter selber betreuen und pflegen möchten, sind dann besonders gefordert. Dass die schwierige Situation sie nicht überfordert, das hat sich die Stif-



«Meinem Patienten geht es nur gut, wenn es auch mir gut geht»

Liselotte Vogt

tung Orbetan in Thalheim zum Ziel gesetzt (siehe Kasten).

«Viele pflegende Angehörige tun dies oft so lange ohne fremde Hilfe, bis es nicht mehr geht», sagt Liselotte Vogt, welche die Organisation für betreuende Angehörige (Orbetan) im Mai 2011 ins Leben gerufen hat. Wenn solche Personen lange keine Unterstützung zulassen, bestehe die Gefahr, dass sie sich erschöpfen und ausbrennen. Die helfenden Angehörigen sind rund um die Uhr für ihre Patienten in der Familie da, denken dabei aber kaum noch an sich selber, an die eigene Gesundheit. «Viele haben oft gar keine Kraft mehr, sich von aussen helfen zu lassen», sagt Vogt. Und plötzlich eskaliert die Lage: Der Gesundheitszustand der gepflegten Person verschlechtert sich womöglich, die Angehörigen sind selber am



So lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben: Viele pflegende Angehörige lassen lange Zeit keine Unterstützung zu – bis sie erschöpft und ausgebrannt sind. Bild: Joker

Anschlag – und die Einweisung in ein Pflegeheim oder ein Spital wird unausweichlich. Die meisten machen sich dann ein schlechtes Gewissen mit dem Gefühl, versagt zu haben. Immer wieder hört Liselotte Vogt den Satz: «So lange es geht, mache ich es.» Wenn es dann aber nicht mehr geht, fallen viele in ein Loch und sind physisch und psychisch oft angeschlagen.

## Sich helfen lassen, Kraft tanken

Die Stiftung Orbetan bietet daher ganz bewusst frühzeitige Unterstützung und Entlastungsmöglichkeiten an, bevor die helfende Person an ihre Grenzen stösst, selber hilflos wird. Das sei auch ganz im Sinne der Patienten, so Vogt. «Dem Patienten geht es nur gut, wenn es mir als Angehörige gut geht.» In Ergänzung zur Spitex bietet Orbetan zum Beispiel Nachtwachen an, damit die be-

treuenden Angehörigen wieder einmal durchschlafen und Kraft tanken können. Wenn sich alles nur noch um die Krankheit des Patienten dreht und sie sich immer stärker zurückziehen, besteht laut Vogt die Gefahr der sozialen Isolation – der Freundeskreis wird immer kleiner. Weitere Angebote von Orbetan sind Einzel- und Familiengespräch-

che sowie eine seit vier Jahren bestehende Angehörigengruppe, in der sich die Teilnehmenden austauschen und sich mit ihrer Situation nicht alleine fühlen.

In der Pflege und Medizin steht in erster Linie der Patient im Mittelpunkt, wobei die betreuenden Angehörigen drohen vergessen zu werden. «Sie ha-

ben noch keine Lobby», so Vogt. Daher will die Stiftung Orbetan diesen Angehörigen die Lebensqualität erhalten – und Wertschätzung entgegenbringen.

## Säule im Gesundheitswesen

«Viele machen ihre Betreuungsaufgabe so gut, dass sie sich gleich als Pflegenden anstellen lassen könnten», sagt die gelernte Pflegefachfrau Liselotte Vogt anerkennend. Mehr noch: Als Angehörige wüssten sie am besten, was ihren Patienten wichtig ist. «Sie tun viel Gutes. Ohne sie würde unser Gesundheitssystem ins Wanken geraten.»

Einst war es selbstverständlich, ein Familienmitglied zu Hause zu pflegen. Meist taten das die Ehefrau oder eine Tochter. Doch mit der häufigeren Berufstätigkeit ist es schwieriger geworden, alles unter einen Hut zu bringen – dies erst recht, ohne Hilfe zuzulassen.

## ORGANISATION FÜR BETREUENDE ANGEHÖRIGE

Die Organisation für betreuende Angehörige (Orbetan) ist eine Stiftung mit einem 15-köpfigen Team, das in Ergänzung zur öffentlichen Spitex die Zeiten von 22 Uhr bis 7 Uhr abdeckt. Die Stiftung unterstützt Angehörige in ihrem Wunsch und ihrer Aufgabe, ein krankes oder unheilbar erkranktes Familienmitglied zu Hause zu pflegen. Ab Januar hat Orbetan ein

erweitertes Angebot für die frühzeitige Unterstützung betreuender Angehöriger. Die drei Informationsabende finden am **21. und 29. Januar** sowie am **5. Februar** im Pfarreizentrum St. Martin in Seuzach statt. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Detaillierte Informationen zu diesem Angebot und Orbetan: [www.orbetan.ch](http://www.orbetan.ch).