

Was für Angehörige älterer Menschen in Corona-Zeiten wichtig ist

29.12.2020 |

Wenn Sie älteren Angehörigen im Alltag helfen, sie besuchen oder sogar die Pflege teilweise übernommen haben, gelten in Zeiten von Corona besondere Vorsichtsmaßnahmen, um sie nicht anzustecken. Wichtig: Achten Sie auch auf sich selbst und übernehmen Sie sich nicht.

Das Wichtigste in Kürze:

- **Hilfe für die Eltern und der Umgang mit pflegebedürftigen Menschen sind während der Corona-Krise eine besondere Herausforderung.**
- **Wer seine Angehörigen weiter besucht und / oder pflegt, sollte nun besonders umsichtig sein. Wir geben Tipps, worauf Sie achten können.**
- **Wenn bei der Betreuung und Pflege zuhause der Pflegedienst oder andere Menschen, wie zum Beispiel Nachbarschaftshilfen, mitwirken, sollte man darauf achten, dass die Hygienemaßnahmen eingehalten werden.**
- **Besuche in Pflegeheimen finden nun nach ausgewiesenen Hygienekonzepten statt. Erkundigen Sie sich nach den für Sie geltenden Regeln.**



Foto: auremar / stock.adobe.com

Inhaltsverzeichnis

- ↓ **Tipps für Hilfen und die Pflege zu Hause**
- ↓ **Die meisten Besuche im Pflegeheim sind derzeit nur eingeschränkt möglich**
- ↓ **In NRW gelten neue Vorschriften**
- ↓ **Nicht vergessen: Achten Sie auch auf sich selbst!**

Das Coronavirus stellt auch den Alltag von Angehörigen älterer Menschen auf den Kopf. Ob sie sich nun zum Beispiel um ihre Eltern kümmern und ihnen im Alltag helfen oder ob sie sogar die Pflege teilweise übernommen haben – das Virus sorgt für viele Unsicherheiten und offene Fragen. Das Wichtigste: Wer Angehörige besucht, versorgt oder sogar pflegt, sollte sich jetzt strikt an die Hygieneregeln halten und darauf achten, möglichst keine Erreger mit zu bringen.

Dazu gehört es, in der Öffentlichkeit so wenig wie möglich mit den Händen anzufassen sowie sich nach Kontakt mit anderen Personen oder Erledigungen außerhalb der eigenen vier Wände die Hände gründlich zu waschen.

Mehr Informationen zu Schutzmaßnahmen finden Sie auch in **unserem separaten Artikel zu Corona**.

Alle unsere Verbraucher-Informationen zu Corona finden Sie übrigens auf **unserer Übersichtsseite zum Thema**.

Tipps für Hilfen und die Pflege zu Hause

Grundsätzlich ist es besser, Angehörige erledigen Hilfsdienste wie einkaufen, kochen oder putzen als dass dies Fremde tun, die eventuell weniger vorsichtig sind und wesentlich mehr Sozialkontakte haben. Dies gilt jedenfalls solange die Angehörigen selber gesund sind und zu keiner positiv getesteten Person Kontakt hatten.

Wenn Sie also selber vorsichtig sind und soziale Kontakte sorgfältig auswählen, können Sie sich auch weiterhin um Ihre Angehörigen kümmern. Nach Betreten der Wohnung sollten Sie sich umgehend gründlich die Hände mit Seife waschen. Bei der Pflege von Haus und Garten können Sie Hilfe leisten, auch ohne dass Ihre Eltern dabei sind. Wenn Ihre Eltern Begleitung bei Arztbesuchen benötigen, sollten Sie auch hier so viel Abstand wie möglich einhalten: Sie selbst vorn im Auto und nur einer Ihrer Eltern auf dem Sitz hinten rechts.

Sie sollten aber folgende Aspekte beachten:

- Wenn bei Ihnen **Symptome für eine Atemwegserkrankung** auftreten, pflegen Sie Ihren Angehörigen erst einmal nicht mehr, organisieren Sie möglichst eine kurzfristige Vertretung und kontaktieren Sie sofort Ihren Hausarzt. Erinnern Sie ihn daran, dass Sie für die Pflege Ihres Angehörigen verantwortlich sind.
- Auch wenn Sie Ihren Angehörigen pflegen - halten Sie außerhalb der notwendigen Pflegemaßnahmen den **Sicherheitsabstand von ca. 2 Metern** ein. Vermeiden Sie Umarmungen oder zärtliche Berührungen, vor allem im Gesicht.
- Schränken Sie jetzt als Angehörige **Kontakt zu Dritten** ein, auf körperliche Kontakte wie Berührungen oder Umarmungen sollten Sie ganz verzichten. Das gilt leider auch für Kontakte in der eigenen Familie. Mehr Distanz kann helfen, das Infektionsrisiko zu senken und sich selbst und damit auch den Angehörigen zu schützen.
- Halten Sie **Kontakt per Telefon / Video zu Ihrer Familie, zu Freunden oder auch zu den Besuchsdiensten**. Nutzen Sie diese Möglichkeit sowohl für sich selbst als

auch für den Pflegebedürftigen. So erhalten Sie beide Zuspruch und fühlen sich nicht allein gelassen.

- Treffen Sie **im Voraus Verabredungen** für den Fall, dass Sie als Angehöriger wegen Krankheit oder Quarantäne ausfallen – wer könnte dann übernehmen?
- Wenn es sich anbietet, können Sie **die Pflege und Betreuung auch aufteilen** – zum Beispiel unter Geschwistern. Natürlich müssen sich dann alle an die bekannten Regeln halten.
- **Kochen Sie eventuell Essen vor**, so dass Ihre Vertretung darauf zurückgreifen kann oder recherchieren Sie, ob es vor Ort einen Lieferdienst gibt, der warmes Essen bringen könnte.
- Vor einer ganz besonderen Herausforderung stehen Angehörige von **Menschen mit Demenz**: Die besonderen Hygiene-Maßnahmen in der Corona-Epidemie sind Menschen mit einer Demenz je nach Stadium nicht zu vermitteln. Pflegende Angehörige sind deshalb noch mehr gefordert und benötigen verstärkt Entlastung, um nicht auszubrennen.
- Bitten Sie Freunde und Nachbarn einzukaufen und die Einkäufe vor der Haustür abzustellen. Teilen Sie sich z.B. als Paar oder unter den Geschwistern **die Betreuungszeiten stärker untereinander auf**, damit Sie Luft holen können.
- Suchen Sie **rechtzeitig Rat bei Profis**, wenn Sie unsicher sind, wie die Pflege Ihres Angehörigen künftig erfolgen soll: Pflegeberatungsstellen und Pflegestützpunkte der Bundesländer sind erste Ansprechpartner und derzeit wohl meist telefonisch und per E-Mail erreichbar. Eine Übersicht liefert eine bundesweite Datenbank mit Adressen der Pflegestützpunkte.
- Pflegedienste beachten die Hygienemaßnahmen in der Regel. Das Tragen eines **Mund-Nasenschutzes** ist hier selbstverständlich. Sie können davon ausgehen, dass die Mitarbeiter eines Pflegedienstes besonders vorsichtig sind.
- Besuchsdienste, wie zum Beispiel ehrenamtliche Nachbarschaftshilfen, sind in der aktuellen Lage ebenfalls wichtig. Sprechen Sie offen mit der betreuenden Person und fragen Sie, inwieweit sie **die Hygieneregeln einhält**. Im Zweifel sollten Sie auf diese Hilfe lieber vorübergehend verzichten.

Ausführliche Tipps erhalten Sie auch **beim Zentrum für Qualität in der Pflege**.

Die meisten Besuche im Pflegeheim sind derzeit nur eingeschränkt möglich

Die Menschen, die im Pflegeheim wohnen, freuen sich auf die Besuche von Kindern, Enkelkindern, Verwandten und Freunden besonders. Für sie ist der Kontakt zu ihren Lieben sehr wichtig. Da ist es schwer zu ertragen, dass genau diese Besuche zeitweise nicht stattfinden können. Die Besuchsbeschränkungen sind von Bundesland zu Bundesland unterschiedlich. Die Einrichtungen müssen Hygienekonzepte vorhalten und gestalten die Besuchsregelungen dementsprechend.

Erkundigen Sie sich aber in jedem Fall über die geltenden Regelungen in Ihrem Bundesland und nehmen Sie vor einem Besuch Kontakt zum Pflegeheim auf. Die Bundesvertretung für alte und pflegebetroffene Menschen, Pflegeschutzbund (BIVA) hat die **Regelungen der verschiedenen Bundesländer zusammengefasst**.

Auch die Menschen, die die Pflegebedürftigen pflegen und betreuen, bringen eine Ansteckungsgefahr mit ins Pflegeheim. Daher sind ausreichend Schutzvorkehrungen zu treffen. So wichtig es ist, die Besuche von außen zu reduzieren, so wichtig ist es auch, dieses Personal häufig zu testen und mit Schutzmasken zu versorgen. Weitere Maßnahmen zur Hygiene wie häufiges Händewaschen gelten hier natürlich auch.

In NRW gelten neue Vorschriften

Zum Schutze der Bewohner sind nach der Coronaschutzverordnung, die am 18. Dezember 2020 überarbeitet wurde, weiterhin viele Maßnahmen einzuhalten, die vor einer Erkrankung schützen sollen. Die Einrichtungen sind verpflichtet, Besuche möglichst ohne Ansteckungsrisiko zu organisieren. Also haben Sie Verständnis, wenn Sie in der Einrichtung weiterhin mit Einschränkungen rechnen müssen.

Hierzu zählt:

- Besucher sollten eine FFP2-Maske tragen.
- Vor dem Besuch wird ein Antigen-Schnelltest empfohlen und angeboten.
- Melden Sie Ihren Besuch an.
- Halten Sie Abstand und öffnen Sie die Fenster.
- Behalten Sie die Mund-Nasen-Maske auf.

Nicht vergessen: Achten Sie auch auf sich selbst!

So belastend die Situation für Ihre Angehörigen auch sein mag und sehr Sie helfen möchten: Nutzen Sie Hilfsangebote für Angehörige, wenn Sie bemerken, dass die Situation für Sie belastend ist! Informationen und Kontaktstellen finden Sie zum Beispiel in **unserem Artikel für pflegende Angehörige**.

*Dieser Inhalt wurde von der Gemeinschaftsredaktion in Zusammenarbeit mit den Verbraucherzentralen **Nordrhein-Westfalen** und **Rheinland-Pfalz** für das Netzwerk der Verbraucherzentralen in Deutschland erstellt.*