

Checkliste “Reha für pflegende Angehörige”

Handlungsempfehlungen für Rehakliniken und ambulante Rehasentren zu Vorsorge und Rehabilitation pflegender Angehörige

18.04.2024



**DAS REHA
PORTAL**

VORWORT

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

die steigende Anzahl pflegebedürftiger Menschen in Deutschland stellt uns vor große Herausforderungen. Drei Viertel von ihnen werden liebevoll von ihren Angehörigen zu Hause betreut. Diese häusliche Pflege ist mit zahlreichen körperlichen und seelischen Belastungen verbunden, insbesondere angesichts des wachsenden Fachkräftemangels in der professionellen Pflege. Es wird daher immer wichtiger, dass pflegende Angehörige die Möglichkeit haben, diese verantwortungsvolle Aufgabe so lange wie möglich zu bewältigen.

Viele von Ihnen, insbesondere Frauen, kümmern sich um ihre pflegebedürftigen Angehörigen zu Hause. Ihr Engagement verdient höchsten Respekt. Entsprechend dürfen wir nicht übersehen, dass es sie selbst oft an ihre Grenzen bringt. Die zahlreichen Belastungen können zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen führen, von Erschöpfung bis hin zu Herz-Kreislauf-Beschwerden. Es ist daher von größter Bedeutung, dass wir pflegenden Angehörigen die notwendige Unterstützung und Entlastung bieten.

In diesem Zusammenhang möchten wir Ihnen unsere Checkliste "Reha für pflegende Angehörige" vorstellen. Unser Ziel ist es, vorsorge- oder rehabilitationsbedürftigen Pflegenden maßgeschneiderte stationäre und ambulante Maßnahmen anzubieten, die ihre Bedürfnisse in den Mittelpunkt stellen und ihnen ermöglichen, sich um ihre eigene Gesundheit und Selbstfürsorge zu kümmern.



Die Checkliste wurde entwickelt, um bestehende Behandlungsangebote besser auf die Bedürfnisse pflegender Angehöriger auszurichten.

Einrichtungen, die diese Kriterien erfüllen und aktiv bei www.dasreportal.de teilnehmen, erhalten das Siegel "Anerkannte Vorsorge- / Rehaklinik für pflegende Angehörige" und werden als solche im REHAPORTAL veröffentlicht.

Mit herzlichen Grüßen



Annabelle Neudam

Geschäftsführerin
DAS REHAPORTAL

Checkliste „Vorsorge und Rehabilitation für pflegende Angehörige“

Nr.	Indikatoren und Kriterien	Erläuterungen
1	Organisation	
1.1	Ein Konzept für ein Behandlungsprogramm für pflegende Angehörige ist vorhanden.	<p>Organisatorische Abläufe sind bedarfsgerecht angepasst, Informationen zum Angebot für pflegende Angehörige sind verfügbar, therapeutische Angebote sind an die Bedarfe angepasst (Zielgruppenausrichtung).</p> <p>Themen, die die Zielgruppe besonders betreffen, finden im Behandlungskonzept und der Therapieplanung Berücksichtigung (wie z. B. Selbstfürsorge, Stressmanagement, Vereinbarkeit Pflege und Beruf, Umgang mit Demenz).</p>
1.2	Eine ausreichende Gruppenstärke von pflegenden Angehörigen pro Maßnahme von mindestens 5 Personen ist sichergestellt.	Die Personenzahl ist relevant, damit ein entsprechendes, zielgruppengerechtes Therapieangebot erfolgen kann (z. B. Gesprächsgruppe).
1.3	Aufnahmeunterlagen sind um Fragen zur häuslichen Pflegesituation und zum Belastungserleben erweitert.	Z. B. Häusliche Pflege Skala (HPS) nach Gräßl oder die Kurzform HPS-k.
2	Weiterbildung	
2.1	Das Behandlungsteam und weiteres relevantes Klinikpersonal wird einmal pro Jahr zum Themenkomplex „Pflegende Angehörige“ geschult.	Das erforderliche Personal ist sensibilisiert für die Belastungen und Bedürfnisse von pflegenden Angehörigen und ist auf dem neuesten Stand im Themenfeld „Pflegende Angehörige“ (gesetzliche Änderungen, Pflegereformen etc.).
3	Therapieangebot	
3.1	Eine Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige ist etabliert.	Es gibt mindestens eine eigene Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige zu Themen wie beispielsweise Selbstfürsorge, Umgang mit Stress, Loslassen, Konflikte, Tod und Trauer.

Checkliste „Vorsorge und Rehabilitation für pflegende Angehörige“

Nr.	Indikatoren und Kriterien	Erläuterungen
3.2	Psychologische Einzelgespräche werden angeboten.	
3.3	Es gibt regelmäßig Vorträge zu gesunder Lebensführung.	Vorträge bzw. Vortragsreihen zu Themen wie Stressbewältigung, gesunder Schlaf, Ernährung und Bewegung werden angeboten.
3.4	Entspannungsverfahren/Achtsamkeitsübungen sind Teil des Therapieangebots.	Gezielter Abbau von inneren Spannungen durch Verfahren wie z. B. PMR nach Jacobson, Autogenes Training, Genusstraining und Achtsamkeitsübungen zur Stärkung der Selbstfürsorge.
4	Beratungsangebot	
4.1	Es gibt eine Sozialberatung speziell für pflegende Angehörige.	Eine spezifische Sozialberatung wird für pflegende Angehörige angeboten (rechtliche Ansprüche, Vereinbarkeit von Beruf und Pflege etc.).
5	Optionale Kriterien	
5.1	Ergonomieschulung für pflegende Angehörige.	Schulung zur Ergonomie in der häuslichen Pflege (gesundheitsgerechtes Arbeiten in der häuslichen Pflege).
5.2	Seminare zu relevanten Themen für pflegende Angehörige.	Wissensvermittlung inklusive praktischer Beispiele aus dem Pflegealltag/der Lebenswirklichkeit mit entsprechenden Übungen, z. B. Umgang mit Menschen mit Demenz und Konflikte im Pflegealltag meistern.
5.3	Rekreationsangebote für pflegende Angehörige.	Angebote zur Regeneration und Erholung zur Rückgewinnung verbrauchter Kräfte sind im Therapieangebot enthalten.

In Anlehnung an das Rahmenkonzept zur stationären Vorsorge und Rehabilitation für pflegende Angehörige (Modellprojekt 1, [PuRpA](#) der AW Kur und Erholungs GmbH und Hochschule Bielefeld - HSBI).

HERAUSGEBER

DAS REHAPORTAL
Friedrichstraße 60
10117 Berlin
E-Mail: info@qualitaetskliniken.de
Internet: www.qualitaetskliniken.de

Mitwirkende

Johanna Barbosa, AW Kur und Erholungs GmbH
Martina Böhler, AW Kur und Erholungs GmbH
Isabell Hiob, AW Kur und Erholungs GmbH
Alexander Mühlhause, DAS REHAPORTAL
Friederike Preuß, DAS REHAPORTAL

Urheber- und Nutzungsrechte

Eine kommerzielle Nutzung des Dokuments ist ausgeschlossen. Die Empfehlung sowie alle Inhalte sind urheberrechtlich geschützt. Text und Gestaltung dürfen nicht verändert werden.

Disclaimer

Die vorliegende Kriterienliste basiert auf der Arbeit von Expertengruppen. Ziel ist es, die Qualität in Vorsorge- und Rehakliniken zu fördern und einheitliche Standards zu definieren. Für die Vollständigkeit und die Umsetzung in den Einrichtungen kann keine Haftung übernommen werden.

Zitation

DAS REHAPORTAL (Hrsg., 2024): Checkliste Reha für pflegende Angehörige, Berlin.