

Den Stress bewältigen

Präventionsangebot für pflegende Angehörige von Demenzkranken

MARSBERG. „Mein Mann hat es anfangs nicht verstanden, dass ich jeden Tag so viel Zeit in die Betreuung meiner demenzkranken Mutter investiert habe. Die ist doch körperlich topfit und braucht so viel Unterstützung doch gar nicht“, waren seine Kommentare, wenn Regina Giese abends erschöpft nach Hause kam. Erst als ihr Partner mit ihr zusammen das Präventionsangebot zur Stressbewältigung für Angehörige von Demenzkranken der LWL-Klinik Marsberg besucht hat, konnte er Verständnis für das Engagement seiner Frau aufbringen.

„Es ist für das familiäre Miteinander enorm wichtig, dass der Partner versteht, was man macht“, so Regina Giese. Ihr hat das Präventionsangebot zur Stressbewältigung gut getan. „Reden über Probleme schafft Probleme. Reden über Lösungen schafft Lösungen.“ Dieses Präventionsangebot ist ein Beitrag zur Unterstützung von betreuenden Angehörigen, die durch den chronischen Verlauf der Demenzerkrankten hohen psychischen und physischen Belastungen ausgesetzt sind.



Kursleiter und Ansprechpartner Annette Scholz, Benjamin Stoop und Johanna Stute.

Regina Giese rät jedem, der demenzkranke Angehörige pflegt, frühzeitig ein solches Kursangebot wahrzunehmen. Man lernt dabei den Menschen, den man pflegt, zu verstehen. „Es ist immer noch die eigene Mutter, oder der eigene Vater. Auch wenn er sich verändert.“ Gerade die Veränderungen geschehen oft so unauffällig, dass sie von der Umwelt erst sehr spät wahrgenommen werden. So überspielte auch ihre Mutter lange Zeit die fortschreitenden Defi-

zite und wahrte nach außen „eine gute Fassade“. Die Erschöpfung zeigte sich meistens erst allein in der häuslichen Umgebung. Der Austausch in der Gruppe war für Regina Giese deshalb besonders wichtig. Hier hat sie gelernt, dass sie mit ihrer Situation nicht alleine ist.

Das nächste Seminar beginnt im Februar und findet über 12 Wochen alle 14 Tage statt. Infos in der gerontopsychiatrischen Station der Klinik, ☎ 02992 601-1540.