

## **Teilnehmerinformation 15 zu Modul 4**

### **Eigene Bedürfnisse erkennen, Grenzen setzen und akzeptieren**

#### **1 Die Situation pflegender Angehöriger in Deutschland**

In Deutschland gibt es – schauen wir auf die Menschen über 65 Jahre – schätzungsweise 1,1 Millionen Menschen mit Demenz.

Die meisten von ihnen (ca. 60%) werden zu Hause von ihren Angehörigen versorgt.

80% der pflegenden Angehörigen sind Frauen.

70% der pflegenden Angehörigen fühlen sich „ab und zu“ oder „fast immer“ überlastet.



#### **2 Motivation**

Die grundsätzliche Motivation zur Übernahme der Pflege spielt eine Rolle für das Belastungsempfinden der pflegenden Angehörigen. In der Schulungsreihe wurden zu dieser Thematik folgende oder ähnliche Fragen angestoßen:

Wie hat das Pflegeverhältnis begonnen?

Wie waren die Zeiten vor der Erkrankung?

Welche gemeinsame Lebensgeschichte verbindet Sie und den Erkrankten?

#### **3 Belastung**

Die hohen körperlichen und seelischen Anstrengungen beeinflussen oftmals die Gesundheit der Pflegenden.

Im Verhältnis zur Gesamtbevölkerung haben pflegende Angehörige auffällig mehr oder ausgeprägtere körperliche Beschwerden. „Krankheitsbedroht sind vor allem emotional abhängige Angehörige“.