



Zu Hause pflegen – gesund bleiben!

Veränderungen meistern

Pflegekurse – Vorbereitung und Begleitung im Pflegealltag

Häusliche Pflege ist keine einfache Angelegenheit – und gute Pflege schon gar nicht. Viele Angehörige werden mit dieser Situation von heute auf morgen konfrontiert und sind entsprechend hilflos.

Die Angst, etwas falsch zu machen, ist groß. Deshalb bieten die Pflegekassen zusammen mit Vertragspartnern vor Ort wie Wohlfahrtsverbänden, Kirchen oder privaten Anbietern kostenlose Pflegekurse an. Die gesetzliche Grundlage dafür ist das Sozialgesetzbuch XI, Paragraph 45.

Der erste Ansprechpartner in Sachen Pflegekurs ist die Pflegekasse, die einen Überblick über die Angebote ihrer Vertragspartner vorhält. Eine gute Basis bietet ein Grundkurs.

Grundkurs vermittelt Fachkompetenz

Seine Schwerpunkte sind die Vermittlung von fachlichen Kenntnissen (Beispiel: typische Krankheitsbilder), Fragen der Ernährung, Vermeidung des Wundliegens („Dekubitus“), Transfer vom Bett in den Sessel sowie die Unterstützung der optimalen Körperposition. Hilfsmittel werden vorgestellt, praktische Übungen durchgeführt. Die Inhalte sind bei den Anbietern in etwa gleich. Pflegenden Angehörige entscheiden sich daher eher für einen wohnortnahen Kurs, der von den Terminen her passt. „Ein allgemeiner Pflegekurs umfasst in der Regel 24 Unterrichtseinheiten, also 18 Zeitstunden“, sagt Bettina Tews-Harms, die für den Berufsverband privater Anbieter sozialer Dienste (bpa) in Berlin Fortbildungen anbietet. Sie finden entweder mehrere Wochen lang an einem bestimmten Wochentag oder in Blockform an einem Wochenende statt.

Die Zahl der Teilnehmer liegt meist zwischen 6 und 12, manchmal auch bei 15 Personen.

Spezielle Schulungen nach dem Grundkurs

Dieser Grundkurs ist meist nur der erste Schritt. Die ideale Ergänzung ist eine Schulung zu Hause. Dort kann der Kursleiter individuell auf Bedürfnisse und die jeweilige Wohnsituation eingehen. Darüber hinaus gibt es Spezialkurse, etwa zu Themen wie die Pflege von Demenzkranken, zu Therapien, die auf die Linderung von Schmerzen ausgerichtet sind, und Angebote mit dem Schwerpunkt „rückengerechtes Pflegen“.

Auch für Personen, die bereits pflegerisch tätig sind, können Pflegekurse wertvoll sein, nicht zuletzt unter psychologischen Gesichtspunkten: Sie können sich selbst und ihre täglichen Handgriffe überprüfen und Sicherheit gewinnen. Sie bekommen aber auch eine Wertschätzung für die Leistung, die sie Tag für Tag erbringen. Hilfreich und tröstlich ist oft auch der Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen.

Kurse meistens kostenfrei

Grundkurse, Spezialkurse und Schulungen im häuslichen Umfeld sind unabhängig voneinander und können ohne Begrenzung nacheinander kostenfrei wahrgenommen werden, auch wenn es noch keine Leistungen der Pflegeversicherung gibt. Wer den Kurs eines Dienstleisters besuchen möchte, der nicht Vertragspartner der eigenen Kasse ist, sollte im Vorfeld klären, ob die Kasse den Kurs dennoch anerkennt und die Kosten übernimmt.