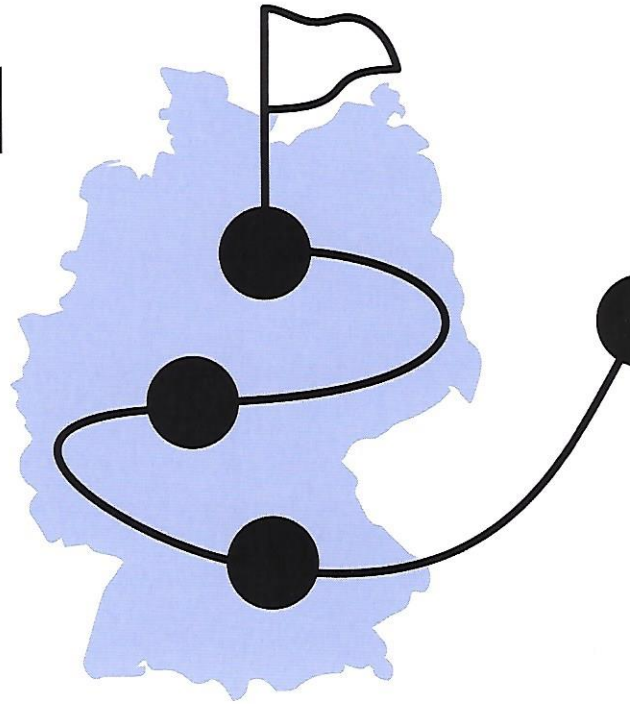


Serie

# Pflege Reise durch Deutschland

Seit vier Jahren kümmert sich Maria Westphal um ihren Mann Peter – 24 Stunden täglich. Eine Aufgabe, die viel Kraft und deshalb auch Auszeiten erfordert. Was die meisten pflegenden Angehörigen gar nicht wissen: Sie haben Anspruch auf Urlaub von der Pflege und bekommen dafür Unterstützung aus der Pflegepflichtversicherung.



**Auf dem Meer tanzen kleine Schaumkronen dem Strand entgegen. Mit einem tosenden Geräusch brechen die Wellen vor der Küste. Die Brandung ist heute stärker als sonst. Ein heftiger Wind fegt durch die Dünen. Peter Westphal zieht seine Jacke eng um seinen Körper. „Es ist ein ungewöhnlich kalter Tag für einen Sommer auf Norderney“, stellt seine Begleiterin Ingrid Kraus fest. Die Pflegerin ist heute als Urlaubsvertretung für Westphals Frau eingesprungen und betreut das Ehepaar auf ihrer Reise. Fröstelnd löst sie ihre Hände von seinem Rollstuhl und reibt sie aneinander. Doch der 77-Jährige scheint zufrieden. Mit einem Lächeln auf den Lippen lässt er den Blick über das Wasser schweifen.**

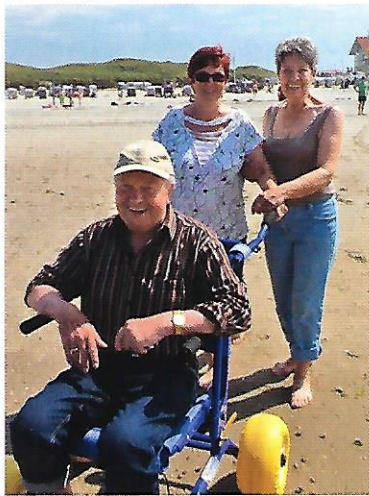
2012 erkrankte Peter Westphal an Demenz. Heute leidet er zusätzlich an Parkinson. In der Fachsprache gehört er damit der „Pflegestufe 1“ an – erheblich pflegebedürftig. In seiner Heimat Sassenberg im Münsterland kümmert sich seine Frau Maria um ihn. So wie der 68-Jährigen geht es etwa 4,7 Millionen Menschen in Deutschland. Laut dem Robert-Koch-Institut betreuen knapp sieben Prozent aller Erwachsenen regelmäßig eine pflegebedürftige Person. Angehörige übernehmen den größten Teil der Pflegeleistungen: Sie kaufen ein, kochen, putzen, kümmern sich

um Körperpflege, Abwechslung und pflegerische Tätigkeiten – und das rund um die Uhr. „Etwa 70 Prozent unserer Pflegebedürftigen werden zu Hause versorgt. Ohne den Einsatz der vielen pflegenden Angehörigen wäre das nicht möglich. Umso wichtiger ist es, diese Menschen zu entlasten und zu unterstützen, so gut es nur geht“, sagt Staatssekretär Karl-Josef Laumann, Beauftragter der Bundesregierung für die Belange der Patientinnen und Patienten sowie Bevollmächtigter für Pflege.

Wer sich gleichzeitig um sein eigenes Leben und um das eines anderen kümmert, braucht Unterstützung. „Die Versorgung und Betreuung von pflegebedürftigen Angehörigen ist eine sehr anspruchsvolle Tätigkeit“, bestätigt Laumann. Viele pflegende Angehörige merken erst spät, dass sie von ihrer Aufgabe erschöpft sind. Studien belegen, dass eine pflegerische Tätigkeit Auswirkungen auf die körperliche und psychische Gesundheit haben kann. „Der häusliche Alltag ist oft von Stress geprägt“, weiß Susanne Hanowell, Geschäftsführerin von „Urlaub & Pflege e.V.“ – einem gemeinnützigen Verein, der Reisen für Pflegebedürftige und Pflegepersonen organisiert. „50 Jahre“, sagt Maria Westphal und streichelt ihrem Peter liebevoll über die Hand, „seit 50 Jahren sind wir verheiratet. Dieses Jahr feiern wir goldene Hochzeit. Wir



# 5. STATION NORDERNEY



Endlich Zeit zum Durchatmen: Peter und Maria Westphal (rechts) schnuppern mit der ehrenamtlichen Helferin Ingrid Kraus (links) Nordseeluft.

sind unzertrennlich. Ich begleite meinen Mann auf Schritt und Tritt, helfe morgens beim Waschen, Rasieren und Anziehen, bringe ihn mittags zur Krankengymnastik und abends wieder ins Bett. Nur hier an der Nordsee sind wir ausnahmsweise mal getrennt.“ Mit „Urlaub & Pflege e.V.“ sind die beiden in einer kleinen Gruppe für 14 Tage an die Nordsee gereist. „Die Westphals kamen zwar gemeinsam nach Norderney, doch Maria Westphal muss ihren Mann hier nicht pflegen. Sie kann sich Zeit für sich nehmen. Andere Pflegebedürftige treten ihre Reise sogar alleine an, während ihre Angehörigen anderswo Urlaub machen“, sagt Hanowell. Jeder Pflegebedürftige wird beim Verein von einer eigenen, ehrenamtlichen Helferin betreut. „Während ich einen Spaziergang mache, kümmert sich Ingrid Kraus um meinen Mann“, erzählt Maria Westphal. „Die beiden verstehen sich gut und lachen viel. Ich bin das erste Mal nicht unruhig oder habe ein schlechtes Gewissen, weil ich Zeit ohne meinen Mann verbringe.“

„Es ist äußerst wichtig, sich eine Auszeit vom Pflegealltag zu nehmen“, so Laumann. „Das geht natürlich einfacher, wenn man den Pflegebedürftigen durch die Entlastungsangebote in guten Händen weiß.“ Möchte eine pflegende Privatperson alleine Urlaub machen, übernimmt die gesetzliche oder die private Pflegepflichtversicherung

die nachgewiesenen Kosten für die Ersatzpflege – unabhängig von der festgestellten Pflegestufe. Bei der sogenannten Verhinderungspflege erledigt eine andere Person – zum Beispiel ein Nachbar, ein Verwandter oder ein ambulanter Pflegedienst die Aufgaben. Jährlich können am Stück oder über das Jahr verteilt bis zu sechs Wochen Verhinderungspflege in Anspruch genommen werden. Eine andere Möglichkeit der Versorgung bietet die sogenannte Kurzzeitpflege: Hier kann der Pflegebedürftige bis zu acht Wochen in einer vollstationären Kurzzeitpflege-Einrichtung medizinisch und sozial betreut werden. Während der Dauer der Ersatzpflege wird das Pflegegeld zur Hälfte weitergezahlt. Findet im Urlaub nur stundenweise eine Verhinderungspflege statt – zum Beispiel weil die Pflegeperson an einem Halbtagesausflug teilnimmt, sie an diesem Tag aber dennoch selbst an der Pflege beteiligt ist –, wird das Pflegegeld sogar zu 100 Prozent weitergezahlt.

Gesetzliche Regelungen haben die Möglichkeiten für pflegende Angehörige 2015 und 2016 noch einmal aufgestockt. Staatssekretär Laumann erklärt: „Zum einen wurden die Leistungsbeträge der Verhinderungs- und der Kurzzeitpflege auf jeweils bis zu 1.612 Euro pro Jahr erhöht. Zum anderen können beide Leistungen flexibler kombiniert werden.“ Konkret heißt das: Bis zu 806 Euro, die bei der Kurzzeitpflege nicht in Anspruch genommen werden, können jährlich zusätzlich für die Verhinderungspflege eingesetzt werden. „Andersherum ist es möglich, den kompletten Leistungsbetrag der Verhinderungspflege auch für die Kurzzeitpflege einzusetzen – sofern er bei der Verhinderungspflege nicht in Anspruch genommen wird“, sagt Laumann. Dadurch steigen die für die Kurzzeitpflege zur Verfügung stehenden Mittel auf bis zu 3.224 Euro pro Jahr.

„Heute spazieren wir alle zusammen noch ein letztes Mal über den Strand“, sagt Ingrid Kraus. Peter und Maria Westphal strahlen. Endlich ist es draußen richtig schön sommerlich warm geworden. Doch die Koffer sind bereits gepackt. Es ist Abreisetag. Die Westphals sind trotzdem nicht traurig, dass sie Norderney verlassen müssen. Sie haben die nächste Reise schon geplant: Es geht an die Ostsee – zurück ans Meer. ■

Lesen Sie in der nächsten Folge, welche Änderungen durch das Pflegestärkungsgesetz II ab 2017 in Kraft treten. Unsere Pflege-Reise macht dafür Station im Gesundheitsministerium in Berlin.



### Auszeit vom Pflegealltag – so geht's:

Ob große Reise oder kleine Auszeit – wer als pflegender Angehöriger eine Pause braucht, möchte viel wissen: Was ist, wenn ich zwei Wochen lang alleine in den Urlaub fahren will oder nur mal einen Tag frei brauche? Wie viel Geld steht mir zu? Wir verraten Ihnen alles, was Sie dazu wissen müssen. Jetzt online vorbeischauen: [www.versicherungskammer-bayern.de/pflege-urlaub](http://www.versicherungskammer-bayern.de/pflege-urlaub)