

# Das Ratzeburger Modell – Rehabilitation und Prävention für pflegende Angehörige

AMEOS Reha Klinikum Ratzeburg  
Synan Al-Hashimy,  
Chefarzt Rehabilitationsklinik für pflegende Angehörige



Menschen, die einen Demenzbetroffenen pflegen, sind dauerhaft so belastet, dass sie selbst krank werden...

### Seelisch krank macht pflegende Angehörige

- die (vermeintliche) Undankbarkeit des Pflegebedürftigen
- die fehlende Anerkennung durch die Umwelt
- der Verlust aller sozialen Aktivitäten, Einsamkeit
- der „uneindeutige“ Verlust (z.B. aus dem Partner wird Patient)
- die Vernachlässigung ihrer eigenen Bedürfnisse



## Pflegende Angehörige quälen widerstreitende Gefühle: Wut, Enttäuschung, Trauer, Scham, Sorgen, Schuldgefühle, Ängste

### Körperliche Symptome:

- Immunsystem ist stark herabgesetzt
- mindestens eine Krankheit: z.B. Magen-, Glieder-, Herzbeschwerden
- verbunden mit einem erhöhten Medikamentenkonsum: Schlaf- und Beruhigungsmittel, Schmerzmittel, Psychopharmaka

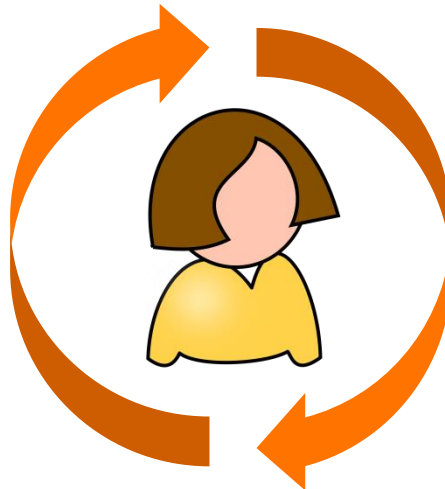


## Das Dilemma pflegender Angehöriger

Pflegen Sie weiterhin Ihre Kontakte und Hobbys!  
Nehmen Sie regelmäßig Auszeiten!

1. Pflegende Angehörige sind zu erschöpft, um sich mit Freunden zu treffen oder Hobbys zu pflegen

4. Sie haben keine Zeit, sich eine Vertretung zu organisieren



2. Pflegende Angehörige kennen, finden oder suchen kaum Entlastungsangebote

3. Sie können sich Auszeiten finanziell nicht leisten und wissen nichts über Finanzierungsmöglichkeiten

## Die Rehabilitationsklinik für pflegende Angehörige bietet medizinische **Vorsorge** gemäß § 23 Absatz 4 SGB V für psychosomatische/psychovegetative Erkrankungen

### Was bedeutet **Vorsorge**?

- Rechtzeitig lernen, wie man das tägliche Leben mit einem demenz-betroffenen Familienmitglied bewältigt, ohne dabei krank zu werden

### Wer sollte sie in Anspruch nehmen?

- Pflegende Angehörige, sobald bei ihrem Familienmitglied eine Demenz diagnostiziert ist und sie sich entschlossen haben, den Betroffenen zu Hause zu betreuen

## Die Rehabilitationsklinik für pflegende Angehörige bietet psychosomatische **Rehabilitation** gemäß § 111 SGB V

### Was bedeutet **Rehabilitation**?

- Psychische und körperliche Stärkung und Stabilisierung
- Entlastung durch die Mitnahme des Demenzbetroffenen
- Motivation, ambulante Entlastungsangebote anzunehmen
- Poststationäres Weiterbehandlungskonzept, das auch Versorgungsaspekte des demenzbetroffenen Angehörigen beinhaltet

### Wer sollte sie in Anspruch nehmen?

- Alle Angehörigen, die einen Demenzbetroffenen versorgen

## Fähigkeiten, Methoden und Mittel für eine angemessene Selbstpflege können pflegende Angehörige erlernen!

### Das Ratzeburger Modell

- schafft die Voraussetzungen für ein Nachdenken über sich selbst, die aktuelle Situation und die eigene Zukunft.
- bietet räumliche Nähe zum demenzbetroffenen Angehörigen, aber ohne jede Versorgungsverantwortung
- sorgt für ausreichend Schlaf, Ruhe, Erholung und Entspannung
- behandelt körperliche Beschwerden
- bietet positive Erlebnisse und neue Erfahrungen



## Demenzbetroffene Begleitpersonen von Rehabilitanden erhalten im Rahmen der Tagesbetreuung die MAKs-Therapie

- **M**otorische, **A**lltagspraktische, **K**ognitive Aktivierung, die **S**oziale/spirituelle Bedürfnisse anspricht
- MAKs wurde am UK Erlangen entwickelt und wurde/wird in zwei großen Studien evaluiert
- Gedächtnis- und Denkfähigkeit sowie der alltagspraktischen Fähigkeiten bei Menschen mit leichter- und mittelgradiger Demenz blieben für die Dauer des Studienzeitraums von 12 Monaten erhalten.
- MAKs wirkt somit besser als die derzeit effektivsten Medikamente gegen Demenz





## Pflegende Angehörige erhalten in unserer Rehabilitationsklinik eine psychosomatische Rehabilitation, die

- sie wieder zu Kräften kommen lässt
- ihnen neuen Lebensmut schenkt durch psychotherapeutische Gespräche, Ergo-, Physio-, Kunst-, Musiktherapie
- durch Schulung den Umgang mit dem Demenzbetroffenen erleichtert
- im Rahmen der Sozialberatung auch berufliche Problemlagen identifiziert und behandelt
- durch MAKS-Therapie des Demenzbetroffenen nachhaltig Entlastung und Auszeit schafft



## Beobachtungsstudie „Rehabilitation pflegender Angehöriger“, Institut für Sozialmedizin/Epidemiologie, Universität zu Lübeck

- Ergebnisse

Signifikante gesundheitliche Verbesserungen nach der Rehabilitation. Sechs Monate nach der Rehabilitation gehen die Effekte zurück, erreichen jedoch bei keinem der erfassten Merkmale den Ausgangswert vor der Reha

- Schlussfolgerungen

Das multimodale Rehabilitationskonzept zeigt in Teilbereichen nachhaltige Effekte. Diese sowie die hohe Zufriedenheit der Teilnehmer sprechen dafür, dass sich das Reha-Konzept bewährt und mit einem hohen gesundheitlichen Gewinn verbunden ist

## Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Fordern Sie unser Informationsmaterial an:

- Broschüre „Wie geht es Ihnen“ mit Selbsttest
- Informationsflyer „Sich stärken“
- Arzt-Informationsmappe

