

# Zu Hause pflegen – gesund bleiben!

Wo bekommen Sie Hilfe?

## Pflege im Verborgenen – wenn Minderjährige ihre Eltern pflegen

Häusliche Pflege schultern in den meisten Fällen Ehefrauen, gefolgt von Töchtern, dann Ehemännern und Söhnen. Fast immer sind die pflegenden Angehörigen Erwachsene. Es gibt aber auch Haushalte, in denen Minderjährige an der Pflege eines Elternteiles mitwirken. Die Gruppe der pflegenden Kinder und Jugendlichen ist bislang schlecht erforscht und wird nicht zuletzt deshalb bei der Organisation der Pflege-Hilfsstrukturen vernachlässigt.

„Betroffen sind die Kinder von Eltern mit einer körperlichen Behinderung wie Multipler Sklerose oder einer spastischen Lähmung, einer psychischen Behinderung oder einer Suchterkrankung“, beschreibt Patricia Dubler, Beraterin bei der VIF – Vereinigung Integrationsförderung e. V. in München. Belastbare Daten über die in Deutschland Betroffenen gibt es derzeit nicht. Untersuchungen aus England zeigen, dass dort 1,5 Prozent aller Minderjährigen regelmäßig für einen oder mehrere Angehörige sorgen, ihnen helfen und sie pflegen. Pflegewissenschaftler schätzen, dass die Zahlen in Deutschland in etwa vergleichbar sind. Das bedeutet: Hierzulande sind rund 225.000 Kinder und Jugendliche an der Pflege eines Elternteiles beteiligt.

### Minderjährige übernehmen unterschiedliche Pflegeaufgaben

Sabine Metzging, Juniorprofessorin an der Universität Witten/Herdecke, hat mehrere Studien zur Lebenssituation dieser Minderjährigen durchgeführt. „Wir gehen davon aus, dass überall da, wo ein Elternteil chronisch erkrankt ist, Kinder davon in der einen oder anderen Art berührt sind. Dabei geht es gar nicht zentral darum, dass Kinder die Pflege des Kranken übernehmen, sondern darum, dass sie den Familienalltag in einem erheblichen Maße mitgestalten und dafür Verantwortung tragen“, sagt die Pflegewissenschaftlerin. „Diese Lebenssituation hat für die Kinder durchaus

nicht nur nachteilige Auswirkungen. Sie sind früh selbstständig und bekommen viel Anerkennung. Das ist gut für ihr Selbstwertgefühl.“ Die Minderjährigen erfüllen zum Beispiel hauswirtschaftliche Aufgaben, die die erkrankte Person nicht mehr durchführen kann, kochen etwa für die Familie, räumen auf und entsorgen den Müll. Häufig übernehmen sie körperbezogene und medizinische Pflegetätigkeiten wie An- und Auskleiden, Körperhygiene, Hilfe bei der Nahrungsaufnahme oder das Bereitlegen von Medikamenten.

### „Es fehlt diesen Kindern, Kind zu sein“

Weniger sichtbar und gerade deshalb problematisch sind die emotionalen Anforderungen an die Kinder. Sie müssen Rücksicht nehmen und Trost spenden, Verständnis zeigen und immer da sein. „Es fehlt diesen Kindern, Kind zu sein. Sie können sich nicht darauf verlassen, dass sie geschützt und versorgt werden. Sie haben oft keine Freunde oder Hobbys und können sich nie einfach mal gehen lassen“, beschreibt Familienberaterin Dubler.

Wie stark und wie konkret die Pflegebedürftigkeit des Elternteils das Leben des Kindes beeinflusst, hängt von Art und Schwere der Beeinträchtigung des Erwachsenen ab. „Ein wesentlicher Faktor ist, auf wie viele Schultern im nächsten sozialen Umfeld die Arbeit verteilt wird“, erklärt Metzging. Besonders kritisch ist die Lage, so Patricia Dubler, in Haushalten mit einem alleinstehenden Elternteil, das chronisch erkrankt oder behindert ist. Dann konzentriert sich alles auf das Kind oder die Kinder. „Die Eltern-Kind-Rollenverteilung kippt, in extremen Situationen wird sie sogar auf den Kopf gestellt.“ Verschärfend können finanzielle Engpässe wirken. Je mehr einschränkende Faktoren zusammenkommen, desto stärker dominiert die Erkrankung das Leben der Familie.

### Not entwickelt sich oft im Verborgenen

„Schwierig wird es, wenn die Belastung und die Verantwortung zu viel werden, wenn Grenzen berührt oder auch überschritten werden“, sagt Pflegewissenschaftlerin Metzging. Dann reagieren die Kinder mit Erschöpfung, gesundheitlichen Problemen und Stress-Symptomen. Häufig ziehen die Kinder sich sozial immer weiter zurück. Sie haben schlicht keine Zeit für Freunde und Freizeit. Und sie schämen sich, fürchten Fragen und Unverständnis von Klassenkameraden, wollen nicht über ihren häuslichen Alltag reden. „Je größer die Not in der Familie ist, desto unsichtbarer wird sie meist. Der Grund dafür sind tief verwurzelte Trennungsängste, wenn Kinder und Eltern befürchten, dass das Jugendamt eingreift und die Kinder wegholt.“ Also bemühen sich die Minderjährigen immer weiter, die Lücke zu füllen, die die Krankheit oder Behinderung des Elternteils gerissen hat, und einen möglichst normalen Familienalltag aufrechtzuerhalten – oft über die eigenen Kräfte hinaus.

### Spezifische Hilfsangebote sind rar

Die Pflegekassen kennen bei Weitem nicht alle Fälle. „Viele der betroffenen Eltern haben keine Pflegestufe; andere wollen die Pflegestufe nicht, zum Beispiel aus Scham“, berichtet Metzging. Dabei bringt eine Pflegestufe zumindest eine spürbare finanzielle Entlastung. Zudem wird der Zugang zu praktischen Hilfen wie etwa einem ambulanten Dienst erleichtert. Allerdings ist der im 24-Stunden-Pflegealltag eines minderjährigen Kindes nur ein Tropfen auf den heißen Stein. Viele der betroffenen Familien bräuchten weit mehr unkomplizierte, wohnortnahe, zielgerichtete Unterstützung. Ein flächendeckendes, etabliertes Netzwerk für die Zielgruppe „Pflegerische Kinder und ihre Eltern“ gibt es nicht. Projekte wie die „Young Carers“ in Bad Segeberg, die Austausch und Beratung für pflegende Kinder organisieren, sind die Ausnahme.

Betroffene Familien müssen mühsam und oft in mehreren Etappen Hilfe suchen. „Kinder können sich immer an Vertrauenslehrer oder Sozialarbeiter in der Schule oder auch an den Kinderarzt wenden“, rät Dubler. Für Eltern, ob mit oder ohne Pflegestufe, sind die Pflegestützpunkte sowie Beratungsstellen zu Erziehungsfragen wichtige Anlaufpunkte. „Selbst wenn die Mitarbeiter dort nicht die richtigen Ansprechpartner sind, werden sie das Anliegen in die richtigen Bahnen leiten.“

#### Weitere Informationen

- Behinderte und chronisch kranke Eltern finden hier umfangreiche Informationen und eine Online-Beratung: [www.behinderte-eltern.de](http://www.behinderte-eltern.de)
- Kinder krebskranker Eltern finden hier viele Informationen und Anregungen: [www.kinder-krebskranker-eltern.de](http://www.kinder-krebskranker-eltern.de)
- Das Projekt „Young Carers“ betreibt die Seite [www.youngcarers.de](http://www.youngcarers.de)