

Vitalität im Alter und Lebensqualität trotz Pflegebedürftigkeit – Wie kann das gehen?

Lebensqualität trotz Pflegebedürftigkeit



Prof. Dr. S. Bensch
Katholische
Hochschule Mainz (GER)

Definition Lebensqualität

Die *eine* Lebensqualität existiert nicht. Sie ist individuell und vom Lebensalter und den jeweiligen Lebensumständen geprägt. (Lexa 2014)

Hier bin ich gebor'n, hier werd' ich begraben.
Hab' taube Ohr'n, 'nen weißen Bart und sitz' im Garten.
Meine 100 Enkel spielen Cricket auf'm Rasen.
Wenn ich so daran denke, kann ich's eigentlich kaum erwarten.
(Auszug: Songtext „Haus am See“ Peter Fox)

„Gute“ Lebensqualität misst sich an:

- Umwelt (räumlich, sozial, funktional)
- Gesundheit (u. a. medizinisch-funktional, Kognition)
- Verhaltenskompetenzen (u. a. Selbständigkeit, Mobilität, Problemlösungs- und Urteilsfähigkeit)
- Individualität (u. a. Selbstwert, Lebenshaltung, Spiritualität)
- subjektives Erleben (Zugehörigkeitsgefühl)
- emotionale Befindlichkeit (Beurteilung finanzieller Situation) (Oppikofer 2008)

Definition Pflegebedürftigkeit (sozialversicherungsrechtlich [bestehend])

Pflegebedürftig (...) sind Personen, die wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung (...) auf Dauer (...) der Hilfe bedürfen.

Gewöhnliche und regelmäßig wiederkehrende Verrichtungen (...) sind:

- (...) Waschen, (...) die Darm- oder Blasenentleerung,
- (...) das mundgerechte Zubereiten oder die Aufnahme der Nahrung,
- (...) das selbständige Aufstehen (...), An- und Auskleiden (...),
- (...) Einkaufen (...), Wechseln und Waschen der Wäsche (...). (§14 SGB XI)

Für die Gewährung von Leistungen (...) sind pflegebedürftige Personen (§ 14) einer der (...) drei Pflegestufen zuzuordnen[.]

Der Zeitaufwand (...) muß wöchentlich im Tagesdurchschnitt

- in der Pflegestufe I mindestens 90 Minuten betragen (...),
- in der Pflegestufe II mindestens drei Stunden betragen (...),
- in der Pflegestufe III mindestens fünf Stunden betragen (...). (§15 SGB XI)

Definition Pflegebedürftigkeit (sozialversicherungsrechtlich [angestrebt])

[E]ine Person [ist] als pflegebedürftig zu bezeichnen, wenn sie

- infolge fehlender personaler Ressourcen (...)
- zu selbständigen Aktivitäten im Lebensalltag (...)
- nicht in der Lage und daher auf personelle Hilfe angewiesen ist. (Wingenfeld et al. 2007)

Mobilität

Kognitive und kommunikative Fähigkeiten

Verhaltensweisen und psychische Problemlagen

Selbstversorgung

Umgang mit krankheits- und therapiebedingten Anforderungen und Belastungen

Gestaltung des Alltagslebens und soziale Kontakte

Pflegebedürftigkeit

- Stufe P1: geringe Beeinträchtigung der Selbständigkeit
 - Stufe P2: erhebliche Beeinträchtigung der Selbständigkeit
 - Stufe P3: schwere Beeinträchtigung der Selbständigkeit
 - Stufe P4: schwerste Beeinträchtigung der Selbständigkeit
 - Stufe P5: besondere Bedarfskonstellation.
- Wingenfeld et al. 2008

Definition Pflegequalität

- Unterschied zwischen Soll und Ist
- Soll widerspiegelt sich in Effektivität und Effizienz

Professionelle Pflegequalität hat ein anderes Niveau, andere Ziele und andere Umsetzungsstrategien als Laienpflege.

Personen-, Berufs- und Interessensgruppen formulieren Sollvorstellungen hinsichtlich der Pflegequalität interessenengeleitet! (Elsbernd & Wolke 2009)

Pflegequalitätssicherung

Strategien, um Pflegequalität weiterzuentwickeln:

- den Pflegenden kontinuierlich Bildung anbieten
- wissensbasierte Instrumente entwickeln und einführen, um Qualitätsprobleme der Pflegepraxis systematisch zu identifizieren, zu lösen und zu verhindern

Qualitätsinstrumente für

- den Pflegeprozess
- das Leistungsniveau in einer Pflegeeinheit und/oder Pflegeeinrichtung (Standards)
- Betreuungsabläufe und die Zusammenarbeit von Personen- und Berufsgruppen. (ebd.)



= Instrumente zur nationalen
Qualitätsentwicklung setting- bzw.
betriebsübergreifender Themen



Selbständigkeit zu Hause fördern (Studienergebnisse für Pflegebedürftige, Angehörige und Alltagshelfende)



Arnsberger „Lern-Werkstadt“ Demenz
Handbuch für Kommunen

- BeWiTa - Wohlfühlen in einer aktiven Gruppe auch bei Gedächtniseinbußen: Förderung von Motorik, Kognition und Lebensqualität (Angehörigenberatung e. V. Nürnberg & Uniklinik Erlangen)
- ANAA+Koo - Aktivierung von Menschen mit Demenz im häuslichen Bereich: Förderung alltagspraktischer und kognitiver Aktivierung (Kath. Hochschule Mainz)
 - ✓ multimodal fördern
 - ✓ in Interaktion mit Bezugspersonen einbinden
 - ✓ alltagsnah gestalten

- ⊕ Balance- und Kräftigungsübungen (Clemson et al. 2012, Vreudgenhill et al. 2011)
- ⊕ Ausdauer-, Tempo- und Orientierungsübungen, Steig- und Aufstehstrategien (Blank et al. 2011, Vaughan et al. 2014)
- ⊕ Denken beim Gehen (Theill et al. 2011, McGough et al. 2011)

Achtsamer Umgang mit sich selbst

The effects of a *mindfulness-based lifestyle programme* for adults with Parkinson's disease (Advocat et al. 2013)

EMPFEHLUNGEN FÜR KOMMUNEN



Biographiebezogene
Interventionen einsetzen
Belastungen der Angehörigen
wahr- und ernstnehmen
Wissen vermitteln
Beratungen recovery- und
empowermentorientiert
gestalten



Literaturverzeichnis (1)

- Advocat, J., Russell, G., Enticott, J. (2013).** The effects of a mindfulness-based lifestyle programme for adults with Parkinson's disease: protocol for a mixed methods, randomised two-group control study. *British Medicine Journal* 3, published online
- Blank, W. A ., Freiberger, E., Siegrist, M. et al. (2011).** An interdisciplinary intervention to prevent falls in community-dwelling elderly persons: protocol of a cluster-randomized trial [PreFalls]. *BioMed Central Geriatrics* (7) 11, published online
- Clemson, L., Fiatarone, M. A., Bundy, A. et al. (2012).** Integration of balance and strength training into daily life activity to reduce rate of falls in older people (the LIFE study): randomized parallel trial. *British Medicine Journal* 345, published online
- Elsbernd, A. & Wolke, R. (Hrsg.) (2009).** Qualität entwickeln in der Pflege. Pflege optimieren. CNE.Fortbildung, Heft 4, Lerneinheit 13.
- Lexa, N. (2014).** Das subjektive Empfinden spielt eine zentrale Rolle. *Pflegezeitschrift* 67 (10): 586-589.
- McGough, E.L., Kelly ,V.E., Logsdon, R.G. et al. (2011).** Associations Between Physical Performance and Executive Function in Older Adults With Mild Cognitive Impairment: Gait Speed and the Timed "Up & Go" Test. *Physical Therapy* 91 (8): 1198-1207
- Oppikofer, S. (2008).** Lebensqualität bei Demenz. Eine Bestandsaufnahme. Zürcher Schriften. Eigenverlag: Zürich

Literaturverzeichnis (2)

- Theill, N., Martin, M., Schumacher, V. et al. (2011). Simultaneously Measuring Gait and Cognitive Performance in Cognitive Healthy and Cognitively Impaired Older Adults: The Basel Motor-Cognition Dual-Task Paradigm. *Journal of American Geriatrics Society* 59 (6): 1012-1018
- Vaughan, S., Wallis, M., Polit, D. et al. (2014). The effects of multimodal exercise on cognitive and physical functioning and brain-derived neurotrophic factor in older women: a randomised controlled trial. *Age Ageing* 43 (5): 623-629.
- Vreudgenhill, A., Cannell, J., Davies, A. et al. (2011). A community-based exercise programme to improve functional ability in people with Alzheimer's disease: a randomized controlled trial. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 26 (1): 12-19
- Wingenfeld, K., Büscher, A., Schaeffer, D. (2007). Recherche und Analyse von Pflegebedürftigkeitsbegriffen und Einschätzungsinstrumenten. Institut für Pflegewissenschaft an der Universität Bielefeld. (2007) Online verfügbar unter http://www.uni-bielefeld.de/gesundhw/ag6/downloads/ipw_bericht_20070323.pdf, zuletzt geprüft am 23.10.2014
- Wingenfeld, K., Büscher, A., Gansweid, B. (2008). Das neue Begutachtungsassessment zur Feststellung von Pflegebedürftigkeit. Projekt: Maßnahmen zur Schaffung eines neuen Pflegebedürftigkeitsbegriffs und eines neuen bundesweit einheitlichen und reliablen Begutachtungsinstruments zur Feststellung der Pflegebedürftigkeit nach dem SGB XI. Abschlussbericht zur Hauptphase 1: Entwicklung eines neuen Begutachtungsinstruments. Institut für Pflegewissenschaft an der Universität Bielefeld; Medizinischer Dienst der Krankenversicherung Westfalen-Lippe. Online verfügbar unter http://www.uni-bielefeld.de/gesundhw/ag6/downloads/Abschlussbericht_IPW_MDKWL_25.03.08.pdf, zuletzt geprüft am 23.10.2014