

# Pflege von Angehörigen: Unterstützen statt Heben und Tragen

VON BRIGITTE JUDEX-WENZEL

**BAD OLDESLOE** – Wer einen Angehörigen pflegt, leistet täglich physisch und psychisch Enormes. In einem neuartigen Kursus in Stormarn können diese Pflegepersonen jetzt lernen, wie sie durch gezielte Bewegungsabläufe die eigene körperliche Belastung vermindern – um nicht selbst auch noch zu erkranken – und zugleich die Mobilität des

Patienten erhalten oder sogar verbessern.

In einem Grundkursus „Kinaesthetics“ an der Asklepios Klinik Bad Oldesloe geht es nicht um das komplette Feld der Pflege; sondern um gezielte Schulung in Sachen schonende, unterstützende Bewegung. Zunächst muss die eigene Bewegung bewusst wahrgenommen werden. Ziel ist es, die Bewegungen des Pflegenden mit der Mobilität des

Pflegebedürftigen zu koordinieren. „Wir wollen weg vom Heben und Tragen“, sagt Anke Püttjer. Schon Mitte der 90er Jahre bildete sich die Fachkrankenschwester für Pflege persönlich in Kinaesthetics, der Lehre von der Bewegungswahrnehmung, fort. Die 44-Jährige gibt dieses Wissen als Praxisanleiterin in der Oldesloer Klinik an Nachwuchskräfte weiter und ist jetzt auch Kinaesthetics-Trainerin.

Der Kursus wird in Zusammenarbeit von Asklepios, der Barmer Pflegekasse und Kinaesthetics Deutschland kostenlos angeboten. Die Teilnehmer zahlen unabhängig davon, welcher Krankenkasse sie angehören, lediglich 25 Euro für Unterlagen und das abschließende Zertifikat. Kursusbeginn ist am kommenden Dienstag, 2. September. Bis 7. Oktober und noch einmal am 28. Oktober können die Teilnehmer sieben

Mal von 14 bis 17 Uhr in Ruhe lernen, an sich demonstrieren lassen und an anderen (die Patienten sind als Begleitpersonen willkommen) üben. „Das Angebot richtet sich auch an Angehörige von hilfebedürftigen Personen, die noch nicht die Voraussetzungen für eine Pflegestufe erfüllen“, betont Ralf Klesch, Barmer-Chef in Bad Oldesloe. Anmeldungen unter Tel. 04531/68 10 40 bei Asklepios.