

Pflegende stärken

Neues Angebot »Kinaesthetics« am BZG Singen

Singen (swb). Ein schmerzender Rücken gehört für viele Menschen, die ihre Angehörigen zu Hause pflegen, zum Alltag. Das Umbetten, Aufrichten oder in den Stuhl setzen des Gepflegten ist schwere körperliche Arbeit. Kein Wunder, dass in den Pflegeberufen schon lange mit den Erkenntnissen aus der Kinaesthetics gearbeitet wird, um körperliche Folgeschäden beim Personal durch das schwere Heben zu vermeiden.

Damit auch Privatpersonen von diesem Wissen profitieren können, bietet das Bildungszentrum für Gesundheitsberufe (BZG) Singen in Zusammenarbeit mit der Barmer Ersatzkasse erstmals einen Kurs »Kinaesthetics für pflegende Angehörige« an. Unter der Leitung von Ulla Schüllli-Pohl, Dozentin für Fort- und Weiterbildung am BZG und ausgebildete Kinaesthetics-Trainerin, können Menschen, die ihre Angehörigen pflegen, im Januar und Februar 2009 einen Grundkurs absolvieren, der einerseits der positiven Gesundheitsentwicklung des Kranken, andererseits der nachhaltigen Gesunderhaltung des pflegenden Angehörigen dient. Die Teilnehmer lernen durch die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung, sich dieser Bewegungen bewusst zu werden und diese an die neue Pflegesituation anzupassen. Ziel ist ein rücken-schonendes Stützen, Heben und Betten des Gepflegten, das nicht auf die Bandscheibe des pflegenden Angehörigen geht.

Das Angebot ist in der Region bislang einzigartig. Neben Ulla Schüllli-Pohl hat im Großraum Bodensee



Trainerin Ulla Schüllli-Pohl erklärt mit Hilfe von Azubi Esther Hofmann wie Kinaesthetics in der Praxis funktioniert - das ist Hilfe zur Selbsthilfe.

Bild: aj

lediglich noch Irene Skowronek vom Herzzentrum Konstanz die Befähigung »Kinaesthetics für pflegende Angehörige« zu unterrichten.

Die Kosten für den Kurs werden von der Barmer Ersatzkasse übernommen, ebenso die Kosten für die Verhinderungspflege. Lediglich das Unterrichtsmaterial (25 Euro) muss vom Kursteilnehmer selber bezahlt werden. Anlass für das Engagement der Barmer, die bislang als einzige Krankenkasse mit dem Verband Kinaesthetic Deutschland kooperiert, ist die hohe Zahl an Pflegefällen, welche zu Hause gepflegt werden. Von den 198.000 Barmer-Versicherten, die als Pflegefälle Leistungen beziehen, werden 128.000 zu Hause gepflegt. Man wolle die Unterstützung der

pflegenden Angehörigen weiter ausbauen, damit diese nicht die Gepflegten von morgen werden, erklärt Uwe Sicken, Bezirksgeschäftsführer der Barmer. Er erklärt: Umfragen hätten gezeigt, dass über 50 Prozent der Pflegenden körperliche Beschwerden haben.

»Kinaesthetics für pflegende Angehörige« findet am BZG im Schulungsraum UI statt. Die Termine für den ersten Grundkurs sind 12./19./26. Januar und 2./9. und 25. Februar, jeweils von 17 bis 20 Uhr. Anmeldung bei Ulla Schüllli-Pohl, Tel. 07731/89-1234 oder - 1245, E-Mail: bzg@hbh-kliniken.de. Der nächste Kurs findet im März in Konstanz statt, Anmeldung unter Te. 07531/367754 oder ingeskowronek@yahoo.de