

Hilfe aus der Ferne



Von **Claudia Füzler**
Sa, 16. Mai 2020
Liebe & Familie

BZ-Plus | Wenn die alten Eltern weit weg wohnen, werden Kinder zu Distant Care Givers /.



Tkach Foto: LIGHTFIELD STUDIOS - stock.adobe.com

Alexander König* sitzt wie auf Kohlen. Er hört im 10-Uhr-Meeting nur mit halbem Ohr zu, checkt sein Handy alle paar Minuten und geht mittags nicht in die Kantine, weil dort der Empfang so lausig ist. Gegen 17 Uhr endlich ruft der Hausarzt zurück. Und verspricht, noch am gleichen Abend bei Königs Mutter Margarethe vorbeizufahren. "Am liebsten hätte ich sie selbst einfach ins Auto gepackt und zum Arzt gebracht", erinnert sich König.

Doch genau das ist das Problem: Der 48-Jährige wohnt in Freiburg, seine Mutter in Bremen. Und als sie ihm fast widerwillig von dem "kleinen Sturz" und "nur einer Prellung irgendwie an der linken Seite" berichtet, sind dem

Informatiker die Hände gebunden. "Sie hat sich geweigert, mit dem Taxi zum Arzt zu fahren, das sei nichts weiter", erzählt König, "also habe ich von hier aus versucht, mich so gut es geht zu kümmern." Er hat den Arzt vorbeigeschickt und eine Nachbarin, die nach der 79-Jährigen geschaut hat, eine Freundin hat zudem versprochen, in den folgenden Tagen die Einkäufe zu erledigen. "Das große Glück", sagt Alexander König, "ist das gute Netz, das meine Mutter und ich vor Ort haben, ohne das würde es nicht funktionieren."

Seit fünf Jahren orchestriert Alexander König, Einzelkind, zunehmend das Leben seiner Mutter aus der Ferne. Margarethe König ist nicht pflegebedürftig, aber ganz ohne Unterstützung kann sie ihren Alltag nicht mehr bewältigen. Nach einem hartnäckigen Infekt war sie lange schwach, ihr Sohn organisierte gegen ihren Protest für drei Wochen Essen auf Rädern, das sie dann doch dankbar annahm. Sie muss an wichtige Termine erinnert werden und kann den Antrag für einen Treppenlift nicht alleine ausfüllen. Es gibt Phasen, in denen ihr Sohn ein ungutes Gefühl hat, dann klingelt die Nachbarin öfter.

Alexander König gehört zu einer stetig größer werdenden Zahl von Menschen in Deutschland, die sich aus räumlicher Distanz um ihre Eltern kümmern. Ein Phänomen, das in den USA und Kanada, Ländern mit großen Entfernungen, schon länger bekannt ist, daher stammt auch der Begriff "Distance Caregiving", also Pflege oder Fürsorge über Distanz. Kliniken, Pflegeheime und Arztpraxen veröffentlichen dort eigene Ratgeber und Handzettel für "Distance Caregivers", wissenschaftliche Studien haben sich mit dem Thema beschäftigt. In Deutschland beginnt man gerade damit.

"Es handelt sich um eine Personengruppe, die nicht unsichtbar bleiben sollte", sagt Annette Franke von der Evangelischen Hochschule Ludwigsburg. Die Professorin für Gesundheitswissenschaften, Soziale Gerontologie und Methoden und Konzepte der Sozialen Arbeit beschäftigt sich seit einigen Jahren mit Pflege- und Hilfefpotenzialen über Distanzen und Grenzen hinweg.

Genau Zahlen über Distance Caregivers in Deutschland fehlen bislang, doch, da ist sich Franke sicher, das Phänomen nehme definitiv zu. Sie sieht dafür zwei Gründe: "Distance Caregivers sind häufig gut ausgebildet und arbeiten weit weg von der Herkunftsfamilie." Zum anderen habe die steigende Zahl von Patchworkfamilien dazu geführt, dass immer mehr Familienmitglieder alleine wohnen, etwa weil die alten Eltern geschieden sind.

Hinzu kommt eine ganz neue Gruppe von Distance Caregivers: Diejenigen, die jetzt in Corona-Zeiten zum Schutz ihrer älteren Familienmitglieder auf Abstand gehen und aus der Ferne Lieferdienste für den Wocheneinkauf, Enkelgrüße per Videoschleife und Masken für den Arztbesuch organisieren.

Laut dem europäischen Survey of Health, Aging and Retirement in Europe unterstützen in den involvierten europäischen Ländern 12 Prozent der Befragten die eigenen Eltern über eine Entfernung von 25 bis 100 Kilometern, weitere 11 Prozent über 100 Kilometer. "Auch in Deutschland können wir davon ausgehen, dass ungefähr 25 Prozent über eine weitere Distanz regelmäßig Angehörige unterstützen", sagt Franke.

Allerdings, das haben sie und ihr Team in Interviews festgestellt, sehen sich viele gar nicht als pflegende Angehörige. Mit dem Begriff der Pflege verbinden die meisten Aufgaben wie Kochen, Hilfe im Haushalt und bei der Körperpflege. Wer per Mail und Telefon Hilfe organisiert, Termine managt, Dokumente an Ämter schickt und mit Anrufen auch emotionale Unterstützung sichert, bucht das selbst nicht als Pflege ab.

Ein Problem, das sich Franke zufolge auch darin zeigt, wie Distance Caregivers gesellschaftlich wahrgenommen und wertgeschätzt werden. Nämlich kaum. Deshalb sei es nötig, den Pflegebegriff auszuweiten. Viele Menschen hätten Eltern über 60 Jahre, die unterstützungs- aber nicht unbedingt pflegebedürftig seien. Denn je höher der Grad der Pflegebedürftigkeit, umso höher die Wahrscheinlichkeit, dass man näher zusammenrückt – die Distance Caregivers versuchen dann, den betroffenen Elternteil zu sich zu holen oder zu ihm zu ziehen.

So wie Manuela Larrain Lagos. Die 50-jährige Designerin stammt aus Freiburg und lebt mit ihrer Familie in Köln. Als ihre Mutter vor gut sechs Jahren die Diagnose Alzheimer bekam, ist sie zunächst gependelt: zehn Tage Köln, vier Tage Freiburg. "Das habe ich ein Jahr lang gemacht, dann war mir klar: Das schaffe ich nicht auf Dauer", erzählt Larrain Lagos. Sie holte ihre Mutter nach Köln in ein betreutes Wohnen.

Doch die über 80-Jährige fühlte sich nicht wohl, alles war ihr fremd in dieser Stadt. Da half es auch nicht, dass Tochter und Enkel in der Nähe und häufiger zu Besuch waren. Das Sprichwort vom alten Baum, den man nicht verpflanzt, habe wohl seine Berechtigung, sagt Larrain Lagos. Sie entschied sich, die Mutter in deren geliebter Heimat in ein Pflegeheim zu geben. Das Emmi-See-Heim liegt direkt an der Dreisam, an diesem Fluss hat die Mutter lange gewohnt. Jetzt telefonieren sie ein- bis zweimal am Tag, einmal im Monat fährt die Tochter nach Freiburg. Das Loslassen sei nicht leicht gewesen, "aber ich weiß, dass sie dort in besten Händen ist, es geht ihr so gut wie lange nicht".

Theoretisch könnten Manuela Larrain Lagos ihre beiden Geschwister unterstützen. Praktisch jedoch lebt ihre Schwester in Mexiko und das Verhältnis zu ihrem Bruder ist durch die Krankheit der Mutter und die notwendige Betreuung schwierig geworden. Eine Entwicklung, die oft zu beobachten ist. "Gerade dann, wenn Geschwister sich die Unterstützung der Eltern nicht gleich aufteilen können, weil einer näher dran oder auch vor Ort wohnt, entsteht schnell ein Ungleichgewicht, bei dem der eine das Gefühl hat, er mache alles, und der andere, es werde über ihn hinweg entschieden", sagt Annette Franke. Sie vermisst entsprechende Beratungsangebote, die erwachsenen Kindern zeigen, wie sie eine solche Situation gemeinsam meistern können.

Das Vertrauen, das Distance Caregivers wie Manuela Larrain Lagos in die Helfenden vor Ort haben müssen, ist essentiell. "Das braucht anfangs Zeit, die Angehörigen und wir müssen uns erst bisschen beschnuppern", sagt Rolf Schulz, Pflegedienstleiter im Freiburger Emmi-See-Heim. Und dann funktioniert es meist über Bande: Wenn ein Heimbewohner eine intensive Beziehung zum Pflegepersonal aufgebaut hat, fühlt er sich wohl. Das spüren die Angehörigen, sie können die Aufgaben leichter abgeben. Und selbst Hilfe annehmen. "Wir werden oft gebeten, etwas für den Vater oder die Mutter zu organisieren, eine Geburtstagsüberraschung zum Beispiel oder eine bestimmte Zeitschrift", sagt Schulz. Eine Bewohnerin wird zur Spargelzeit vom Pflegepersonal in ein nahegelegenes Restaurant ausgeführt – auf Wunsch der Kinder, die nicht persönlich mit am Tisch sitzen können.

Selbst nicht da sein zu können, der Mutter oder dem Vater nicht in die Augen schauen und sehen zu können, wie es ihnen wirklich geht, wenn sie am Telefon "Ja, ja, alles bestens" sagen – das ist für viele Menschen eine enorme Belastung. Schuldgefühle, Zeitdruck und das Gefühl des Kontrollverlustes wiegen häufig schwer.

Geht es dem Elternteil in der Ferne plötzlich schlecht, sind Distance Caregivers schnell emotional und logistisch gefordert. Kann man hinfahren, muss man? "Hier ist ein gutes, verlässliches Netzwerk vor Ort sehr wichtig, ansonsten macht man sich viele Sorgen", sagt auch Annette Franke. Doch das Distance Caregiving hat auch eine zweite Seite: Der eigene Aufwand ist deutlich geringer als bei pflegenden Angehörigen, die im selben Haushalt wohnen. Das Gefühl, das eigene Leben müsse hinten anstehen, ist weniger ausgeprägt. Nicht immer vor Ort sein zu müssen, kann eine Entlastung sein.

Experten gehen davon aus, dass es immer mehr Distance Caregivers geben wird. Und: Sie werden jünger. "Derzeit sind die Distance Caregivers im Schnitt Mitte 50, doch dadurch, dass die Familienplanung immer weiter nach hinten verschoben worden ist, wird sich das verlagern auf Mitte 40", prophezeit Annette Franke. Das mache zwingend notwendig, dass das Thema mehr in den Fokus genommen werden müsse. "Wir sind zwar damit überall offene Türen eingerannt, egal ob bei Betrieben, Angehörigen oder dem Familienministerium, die Resonanz war überall hoch" – doch aktuell fehlen eben noch Konzepte, wie man betroffene Angehörige beraten und unterstützen kann.

*Name von der Redaktion geändert

Ressort: **Liebe & Familie**

Veröffentlicht in der gedruckten Ausgabe der BZ vom Sa, 16. Mai 2020:

» Zeitungsartikel im Zeitungslayout: [PDF-Version herunterladen](#)

Kommentare

Bitte legen Sie zunächst ein Kommentarprofil an, um Artikel auf BZ-Online kommentieren zu können.

Jetzt Profil anlegen
