

**Fünf vor acht / Pflege****Immer da und nie***Eine Kolumne von Judith Luig**[[https://www.zeit.de/autoren/L/Judith\\_Luig/index](https://www.zeit.de/autoren/L/Judith_Luig/index)]*

Die Eltern werden alt und brauchen Hilfe, die Kinder leben weit entfernt. Also organisieren und pflegen sie aus der Ferne, so gut es geht. Oft am Rande der Verzweiflung.

18. Oktober 2019, 7:22 Uhr / [177 Kommentare](#)

Der Anruf kann immer kommen. Wenn ich in der Konferenz sitze, beim Mittagessen, beim Abholen meiner Tochter aus der Kita, auf dem Spielplatz. Ich sehe die Kölner Vorwahl und weiß, da muss ich drangehen. Das ist dringend. Ja, bitte? "Guten Tag, Frau Luig? Wir haben hier Ihre Mutter."

Meine Eltern brauchen Hilfe. Beide. Extrem viel Hilfe. Mehr, als ich ihnen mit Job und Familie und anderen Interessen geben kann und will. Noch dazu, weil ich knapp sechshundert Kilometer von ihnen entfernt wohne. Genau wie meine Geschwister. Deswegen müssen wir ihr Leben fernsteuern.

Nicht nur die ständig anfallenden Arztbesuche, die medizinischen Notfälle, wenn einer fällt oder Fieber hat, nein, auch die Steuererklärung und neue Socken kaufen und die Post beantworten und die zahlreichen Rechnungen überweisen und die Mahnungen, weil doch immer Rechnungen verloren gehen, und dafür sorgen, dass Wasser im Haus ist und mehr als alles andere jemand, der sich um sie kümmert. Und wenn man dann denkt, dass man alles erledigt hat, dann ruft der Nachbar an. "Bei deinen Eltern ist gerade ein Ziegel vom Dach gefallen." Gruppenchat mit den Schwestern: "Wie heißt noch mal der, der letztes Jahr das Dach bei Mama und Papa gemacht hat?"

Pflegende Angehörige, also die, die ihre Eltern zu Hause pflegen, leisten Unglaubliches und bekommen dafür viel zu wenig Unterstützung. Noch weniger sprechen wir über ein Modell, das im Vergleich einfacher ist, aber dennoch eine große Belastung: die Pflege auf räumlicher Distanz.

In den USA und Kanada weiß man mehr über diese Dimension der Pflege, in Deutschland ist die Forschung bislang noch sehr zögerlich, auch Politik und Wirtschaft haben das Thema noch kaum entdeckt. Wer macht schon gerne auf weitere Probleme in einem ohnehin schon problematischen Feld aufmerksam?

Die wenigen Untersuchungen, die es gibt, gehen oft von unterschiedlichen Zahlen aus. Was genau bedeutet Distanz zu den Eltern? Einige Studien messen sie in Kilometern, andere in Zeit, die es vom Wohnort zu den Eltern braucht. Was genau meinen wir, wenn wir über Pflege reden? Auch da gibt es keine Einigkeit.



**JUDITH LUIG**

*Redakteurin im Ressort  
Politik, Wirtschaft,  
Gesellschaft von ZEIT  
ONLINE*

Noch vor zwei Jahren hätte ich mir gar nicht vorstellen können, dass das gehen würde. Aus der Entfernung heraus sich doch irgendwie kümmern. Und so richtig geht es auch nicht, weil alles ständig improvisiert ist. Mit Vollmachten, die oft nicht ausreichen und Nachsendeaufträgen, die die Post immer wieder vergisst, und einem sehr kleinen Netzwerk von großartigen Menschen, die für uns da sind.

Ich fahre oft zu meinen Eltern. In den schlimmsten Zeiten einmal pro Woche, sonst einmal im Monat. Ich bin gerne bei ihnen. Und es gibt immer etwas zu erledigen. Warum ich das mache, verstehen die wenigsten.

Eine Anleitung für unser Lebensmodell, für diese Fernsteuerung, gibt es nicht. Keine Organisation, keine offizielle Stelle. Am Anfang habe ich mich durch die Kirchengemeinden, die Caritas-Stellen und Pflegeberatungen durchtelefoniert. Wie organisiert man das Leben eines anderen Menschen? Wo findet man jemanden, der mal vorliest, einen Hausarzt, der Hausbesuche macht, eine Pflegerin? Wie finanziere ich einen Treppenlift? Wie bereitet man sich auf die ständigen Veränderungen vor?

Schnell habe ich verstanden, dass es im Grunde niemanden gibt, der einem das abnehmen kann. Man bräuchte so etwas wie einen Wedding-Planner für die Pflege.

Wir wurschteln uns so durch, manchmal in ruhigem Fahrwasser, meist am Rande der Verzweiflung. Immer wieder mal nennt jemand eine Anlaufstelle, eine Pflegeberatung, einen Service. Immer wieder schöpfe ich Hoffnung und rufe an. Aber es ist meist sinnlos. Wir brauchen keine Beratung, wo man barrierefreie Badewannen kauft. Wir brauchen jemanden, der uns in all den Tausenden von Unterlagen und Anträgen den Weg weist. Der den Arzt dazu bringt, zurückzurufen.

## **Wenn eine Sache einen Namen hat, wird sie fassbar**

Vor Kurzem gab es dann doch etwas, was mir geholfen hat. Es war der Kontakt zur Evangelischen Hochschule Ludwigsburg. Das, was wir machen, so erklärte mir Annette Franke, hat einen Namen. Es heißt "Distance Caregiving". Wenn eine Sache einen Namen hat, dann wird sie fassbar, dann kann man sie begreifen. Dann ist man auf einmal nicht mehr nur der Einzige, der sie sieht.

Die *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie* [<https://link.springer.com/journal/391/52/6>] widmet sich im Oktober als eine der ersten umfänglich dem Distance Caregiving in Deutschland. Einer der spannendsten Punkte daraus sind die Interviews mit pflegenden Angehörigen, die über ihre Probleme sprechen. Zum Beispiel dass man normalerweise eben nicht darüber spricht. Wie eine Befragte es ausdrückt: "Das Thema Pflege ist nicht so sexy." Besonders beeindruckt hat mich noch ein anderes Statement: Ein Befragter sagt im Interview, dass er eigentlich gar nicht der Meinung war, dass er seine Angehörigen pflege. Erst durch die Befragung, durch seine eigenen Antworten wurde ihm klar, was er macht.

Viele der Probleme, die man als Mensch hat, der sich um seine Eltern sorgt, wird niemand lösen können. Diese ständige Schuld, die einen begleitet, wenn man nicht bei ihnen ist, die nicht aufhören wollenden Gedanken, die man sich macht, darum, wie es ihnen geht. Aber es gibt, auch das zeigt der Schwerpunkt in der Zeitschrift, doch etwas, was man tun kann: Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie sollte auch in diese Richtung besser geregelt werden.

Wer sich auf Distanz um jemanden kümmert, stößt damit kaum auf Verständnis. Viele fragen sich, warum man das überhaupt macht, das sind noch die Netteren. Die meisten finden, dass es unnötiger Stress ist. Es gebe doch heute so tolle Seniorenheime.

Ich finde das nicht. Unser Modell ist eine Katastrophe, und doch ist es mir unendlich lieber, weil ich so viel mehr Zeit mit meinen Eltern verbringen kann. In einem Heim käme ich immer nur für ein paar Stunden zu Besuch, müsste mich orientieren an dem Studienplan, dem dort alles unterworfen ist. Mit der Pflege auf räumliche Distanz kann ich zumindest soweit selbst für meine Eltern sorgen, dass ich regeln kann, wer sie täglich umsorgt und wie.

Noch ist sich die Forschung nicht ganz einig, was genau einen Distance Caregiver definiert. Sicher ist aber, dass mit zunehmend mobilen Lebensstil und alternativen Familienmodellen der Distance Caregiver häufiger wird, und vermutlich noch ein bisschen einsamer. Das Gesundheitssystem ist darauf angewiesen, dass von Angehörigen viel Initiative für die Fürsorge Kranker und Älterer kommt. Wenn nicht noch mehr Menschen in die Heime drängen sollen, muss sich die Politik bald etwas einfallen lassen.

**STARTSEITE** › [<https://www.zeit.de/index>]

