

Medienmitteilung vom 12. Januar 2015  
ZHAW Departement Gesundheit

## **Einzug ins Pflegeheim besser begleiten**

**Der Einzug in ein Pflegeheim versetzt ältere Menschen in eine emotionale Ausnahme-situation. Nun haben ZHAW-Forschende untersucht, wie die Betreuung in dieser kritischen Zeit verbessert werden könnte. Fazit: Das Beobachten, Analysieren sowie Interpretieren der individuellen Situation ist zentral und genauso wichtig wie eine Vielzahl an Gruppenaktivitäten.**

Es ist die letzte Station im Leben: Der Einzug in ein Pflegeheim ist für viele ältere Menschen ein traumatisches Erlebnis. Die Senioren müssen sich von ihren gewohnten Lebensumständen verabschieden und in einer völlig neuen Umgebung zurechtfinden. Viele leiden denn auch in der ersten Zeit im Heim unter Symptomen wie Schlaflosigkeit, Depressionen oder Angst. Die Pflegeforschung bezeichnet diesen Verlegungsstress als sogenanntes Relokationssyndrom. Und dieses hat Folgen: Innerhalb der ersten Monate nach dem Umzug stürzen Senioren häufiger als zuvor, und im ersten Jahr im Heim ist die Sterberate höher als in anderen Jahren.

### **Individuelle Betreuung vereinfacht Übergang**

«Um die Anfangszeit zu meistern, benötigen die Senioren besonders viel Betreuung», sagt Andrea Koppitz, Professorin für Heimversorgung am Institut für Pflege der ZHAW. Eine von ihr geleitete ZHAW-Studie untersuchte im Basler Pflegehotel St. Johann, was der Einzug in ein Heim bei Betroffenen sowie ihren Angehörigen auslöst und wie die Betreuung während der kritischen Anfangszeit verbessert werden könnte. Zu diesem Zweck wurden die Mitarbeitenden im Pflegehotel, aber auch die Senioren und ihre Angehörigen während der ersten drei Monate nach dem Einzug mehrmals persönlich befragt. Das Fazit aus den Interviews: systematisches Beobachten, Analysieren und Interpretieren der Einzelsituation ist genauso wichtig wie eine Vielzahl an Gruppenaktivitäten. «Oft wird gute Betreuung heute mit einer hohen Anzahl angebotener Gruppenaktivitäten gleichgesetzt», sagt Koppitz. «Längere Einzelgespräche oder regelmässiger Austausch mit der gleichen Pflegenden bringen jedoch tieferliegende Sorgen und Ängste der Senioren zu Tage.»

### **Mehr Kompetenz bei Pflegenden gefordert**

Die ZHAW-Studie zeigt weiter: Für die Einzelbetreuung ist entscheidend, wie kompetent die Pflege-Mitarbeitenden sind. Beispielsweise erkennen viele Pflegenden die typischen Anzeichen des Verlegungsstress-Syndroms nicht, das bei Senioren nach dem Einzug ins Heim auftreten kann. Zwar registrieren die Mitarbeitenden Symptome wie Inkontinenz, Schlaflosigkeit, Schmerzen oder Angst, bringen diese jedoch nicht mit dem Verlegungsstress-Syndrom in Verbindung und können entsprechend nicht nachhaltige Massnahmen ergreifen.

### **Warten zeigt Abhängigkeit auf**

Weiter ist entscheidend, wie viel Zeit Pflegenden für die individuellen Bedürfnisse der Senioren aufwenden können. Oft fehlt diese Zeit. Es kommt deshalb zu Engpässen, wodurch die Senioren auf Hilfe warten müssen. «Durch Warten auf Hilfe wird den Senioren bewusst, wie abhängig sie von anderen Menschen sind», sagt Koppitz. «Das kann Hilflosigkeit auslösen.» Deshalb schlägt die ZHAW-Forscherin vor, Unterstützungsmassnahmen für die Adaption ans Heim zu entwickeln und regelmässig zu evaluieren. «Das bietet die Möglichkeit, den Einzug ins Heim und die Anpassung an die neue Lebensumgebung positiv zu beeinflussen und messbar zu machen.»



#### Weitere Informationen

- [«Die Anfangszeit im Pflegeheim besser begleiten»](#) – Beitrag im Magazin Bulletin, ZHAW Departement Gesundheit
- Projektschlussbericht: [Weiterentwicklung der Versorgungsqualität im Pflegehotel St. Johann am Beispiel des Einzugs \(Swiss Admission into Nursing Home Study\)](#)
- Projektwebseite Pflegehotel: <http://project.zhaw.ch/de/gesundheit/pflegehotel.html>

#### Kontakt

Prof. Dr. Andrea Koppitz, Professorin für Pflege im Heimbereich (Long Term Care), Institut für Pflege ZHAW

Telefon 058 934 64 94, E-Mail [andrea.koppitz@zhaw.ch](mailto:andrea.koppitz@zhaw.ch)

#### Medienstelle

José Santos, Leiter Kommunikation ZHAW Departement Gesundheit

Telefon 058 934 63 84, E-Mail [jose.santos@zhaw.ch](mailto:jose.santos@zhaw.ch)