

# Angehörige vor Erschöpfung schützen

Belastungen frühzeitig erkennen – Resilienz fördern



Leandra Schelbert-Suter, Dipl. Pflegefachfrau HF, MAS Palliative Care  
Co-Stationsleitung Palliative Care Station und Kompetenzzentrum Spital Schwyz

Was wären Ihre Wünsche und Erwartungen, wenn ein Familienmitglied oder eine nahestehende Person unheilbar krank ist und palliative gepflegt wird?



**Kopf Herz Hand**

# Belastungen der Angehörigen

- Rund 6% (ca. 200`000 Menschen) übernehmen schweizweit Pflege- und Betreuungsaufgaben (BAG, 2017). 15% sind in ihrer Erwerbstätigkeit eingeschränkt und 18% würden mehr Zeit für die Pflege ihrer Nahestehenden aufwenden, wenn diese Leistungen in irgendeiner Form abgegolten würden.
- Angehörige sind Betreuende und Betroffene zugleich
  - **Emotionale Belastung:** psychisch/physisch grossem Stress ausgesetzt
  - **Lebensumstände:** Abschiednehmen, eigene Bedürfnisse benachteiligen
  - **Zukunftsängste:** Unsicherheit wie es nach dem Tod weitergeht
  - **Kinder:** werden oft vernachlässigt (Eklund et al., 2020)



# Erschöpfte Angehörige können weniger gut unterstützen

Sie leiden oft mehr als erkrankte Person selber

Wie kann die Resilienz von Angehörigen in der spezialisierten Palliative Care in der Phase des Lebensendes vom interprofessionellen Team unterstützt werden?

Es gibt keine an sich resilienten Personen, sondern lediglich ein resilientes Verhalten in bestimmten Situationen (Southwick et al., 2014).

## Resilienz von den Angehörigen kann gestärkt werden durch:

- **Aktive Einbindung:** in die Pflege/Betreuung, Entscheidungsprozess
- **Umfeld:** stabiles Netzwerk, kreative Unterstützungslösungen
- **Kommunikation:** offen, transparent, ehrlich, empathisch, nonverbal



Die Förderung der Resilienz der Angehörigen in der Palliative Care ist eine entscheidende Komponente für eine ganzheitliche und erfolgreiche Begleitung und Betreuung.



# Literatur

- Bundesamt für Gesundheit (BAG), palliative ch und Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren (GDK. (2014). Versorgungsstrukturen für spezialisierte Palliative Care in der Schweiz.
- Eklund, R., Alvariza, A., Kreicbergs, U., Jalmsell, L., & Lövgren, M. (2020). The family talk intervention for families when a parent is cared for in palliative care - potential effects from minor children's perspectives. *BMC palliative care*, 19(1), 50. <https://doi.org/10.1186/s12904-020-00551-y>
- Southwick S., Bonanno G., Masten A., Panter-Brick C. & Yehuda R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5: 25338.

# Weiterführende Literatur

- Anderson, R. J., Bloch, S., Armstrong, M., Stone, P. C. & Low, J. T. (2019). Communication between healthcare professionals and relatives of patients approaching the end-of-life: A systematic review of qualitative evidence. *Palliative medicine*, 33(8), 926–941.
- Bally K., Büche D., Fusi-Schmidhauser T., Pautex S. & Vayne-Bossert, P. (2021). *Handbuch Palliativmedizin*, 4. Aufl., Bern: Hogrefe.
- Bonanno G. & Mancini A. (2008). The human ability to thrive in the face of potential trauma. *Pediatrics*, 121(2), 369–375.
- Davies B. (2001). *Supporting Families in Palliative Care*. Textbook of Palliative Nursing. Oxford University Press.
- Feichtner A. & Pusswald B. (2020). *Angehörige in der Palliative Care*, 2. Aufl., Wien: Facultas.
- Kreyer, C. & Pleschberger, S. (2018). KOMMA – ein nutzerorientierter Ansatz zur Unterstützung von Angehörigen in der häuslichen Hospiz- und Palliativversorgung. *Zeitschrift für Palliativmedizin*, 19(06): 299–304.



# Weiterführende Literatur

- Lundberg, T., Olsson, M. & Fürst, C. J. (2013). The perspectives of bereaved family members on their experiences of support in palliative care. *International journal of palliative nursing*, 19(6), 282–288.
- Opsomer, S., Lauwerier, E., De Lepeleire, J. & Pype, P. (2022). Resilience in advanced cancer caregiving. A systematic review and meta-synthesis. *Palliative medicine*, 36(1), 44–58.
- Opsomer, S., De Lepeleire, J., Lauwerier, E. & Pype, P. (2020). Resilience in family caregivers of patients diagnosed with advanced cancer – unravelling the process of bouncing back from difficult experiences, a hermeneutic review. *The European journal of general practice*, 26(1), 79–85.
- Røen, I., Stifoss-Hanssen, H., Grande, G., Brenne, A. T., Kaasa, S., Sand, K. & Knudsen, A. K. (2018). Resilience for family carers of advanced cancer patients-how can health care providers contribute? A qualitative interview study with carers. *Palliative medicine*, 32(8), 1410–1418.

# Weiterführende Literatur

- Sparr L. (2021). From paradox to resilience in crisis: A model for successful crisis management. *Gr Interakt Org* 52, 579–587 (2021).
- Trachsel M. (2018). *End-of-Life Care*, 1. Aufl., Bern: Hogrefe.
- Trachsel M. & Maercker A. (2016). *Lebensende, Sterben und Tod. Fortschritte der Psychotherapie*. Bern: Hogrefe.
- van Roij, J., Brom, L., Sommeijer, D., van de Poll-Franse, L., Raijmakers, N. & eQuiPe study group (2021). Self-care, resilience, and caregiver burden in relatives of patients with advanced cancer: results from the eQuiPe study. *Supportive care in cancer: Official Journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer*, 29(12), 7975–7984.
- World Health Organization (2010). *Framework for Action on Interprofessional Education & Collaborative Practice*. Geneva.
- Zambrano, S.C., Loeffel, K. & Eychmüller, S. (2019). *Die Bedürfnisse von Angehörigen in der End-of-Life-Phase der Betreuung: die letzten Tage des Lebens*. Bundesamt für Gesundheit, Bern.