

Pressegespräch

anlässlich des 5. Pflegesymposiums „Das neue Alt“ am 14.06.2018

Pflegeexperten diskutieren neue Wege, um dem Altwerden den Schrecken zu nehmen.

Lernen, die Potentiale des Älterwerdens zu nutzen

Das Alter wird von den meisten Menschen mit Verlust von kognitiven Fähigkeiten, Mangel an physischen Möglichkeiten, dem Verlust der Selbständigkeit und der Zunahme von Krankheiten und Gebrechen gleichgestellt. Keine sehr guten Aussichten also für eine alternde Gesellschaft und eine enorme Herausforderung für jene Menschen, die mit der Betreuung und der Pflege befasst sein werden.

Ändert man allerdings die Sichtweise von der rein defizitorientierten Betrachtung des Älterwerdens auf die Potentiale älterer Menschen, die durch konsequentes Lernen gefördert werden können, dann verliert das Altern plötzlich seinen Schrecken.

Das Altern ist ein lebenslanger Prozess, der vor allem durch die Heterogenität der älteren Gesellschaft gekennzeichnet ist. Bei der Tagung werden Themenschwerpunkte präsentiert, die Konsequenzen für ein modernes Pflegekonzept haben werden. Für die Pflege heißt das, sich heute schon mit dem Thema Älterwerden ernsthaft auseinander zu setzen, um zu lernen, welche Bedürfnisse ältere Menschen in Zukunft haben werden.



Die 5. Auflage der Veranstaltungsreihe „Das neue Alt“ am 14. Juni setzt sich mit den Herausforderungen der alternden Gesellschaft auseinander. Mit diesem Symposium soll versucht werden, rechtzeitig gesellschaftliche Veränderungen zu erkennen und daraus Schlussfolgerungen für eine moderne und zeitgemäße pflegerische Versorgung zu ziehen. Es geht dabei nicht um Erkenntnisse der Pflegewissenschaft oder um neue Pflegemethoden, sondern um den Blick über den Tellerrand hinaus und die Fähigkeit, heute Entscheidungen treffen zu können, die Auswirkungen in der Zukunft haben werden.

„Die Zeiten, als sich die Menschen in den Ruhestand zurückgezogen haben, sind endgültig vorbei. Das Bild vom armen, unauffällig lebenden Menschen, der genügsam seinen Lebensabend verbringt, muss gründlich überarbeitet werden, zumal der Ruhestand auch immer wieder vorverlegt wurde und die Pensionisten immer jünger wurden. Dem Wunsch nach Selbstbestimmtheit und Selbständigkeit wollen wir nachkommen oder besser zuvorkommen“, erklärt Regina Kickingereder, Pflegedirektorin des Ordensklinikums Linz Elisabethinen.

In der „Gesellschaft des langen Lebens“ muss sich auch die Pflege rechtzeitig mit gesellschaftlichen Veränderungen auseinandersetzen. Sie muss die Potentiale der älteren Menschen erkennen und mithelfen, diese zu deren Wohle nutzbar zu machen. Sie muss lernen, wo Technik beim Älterwerden sinnvoll eingesetzt werden kann, aber auch, wie wir gemeinsam mit unseren Patienten den Sinnanforderungen des Alters begegnen können.

Älter werden geht jeden an

Älter werden geht jeden und jede etwas an, es passiert von selbst, es ist unaufhaltsam. Und ehrlich gesagt, jeder will es werden, aber keiner will es sein.

Die Elisabethinen bemühen sich seit mehr als 300 Jahren, ganz im Geiste der heiligen Elisabeth frohmachend für die Menschen da zu sein.

„In besonderer Weise legen wir unsere Aufmerksamkeit auch auf den alten Menschen, der in unserer modernen digitalisierten Welt schnell auf der Strecke bleiben kann“, zieht Sr. Barbara Lehner, Generaloberin und Geschäftsführerin der Elisabethinen Linz-Wien Bilanz.

Wir brauchen neue Formen der Betreuung älterer Menschen

Sozial-Landesrätin Birgit Gerstorfer

Das Sozialressort hat in den vergangenen zwei Jahrzehnten die Leistungen stark ausgebaut. Damit verfügt Oberösterreich über ein qualitativ hochwertiges Angebot: Tagesbetreuung, mobile Pflegedienste, 24-Stunden-Pflege, betreutes Wohnen, Alten- und Pflegeheime. *„Dennoch müssen gerade im Bereich der Pflege weitere Schritte folgen, damit wir den zukünftigen Herausforderungen gewachsen sind“*, betont Sozial-Landesrätin Birgit Gerstorfer. Sie will die Pflege-Angebote weiter individualisieren, um den Bedürfnissen der Pflegebedürftigen und deren Angehörigen treffsicherer zu entsprechen.

Dazu braucht es einen weiteren Ausbau der mobilen Dienste, einheitliche Qualitätsstandards in der 24-Stunden-Betreuung oder aber auch teilbetreute Angebote für Menschen mit vergleichsweise niedrigeren Pflegebedarfen, die dennoch nicht mehr in der eigenen Wohnung leben können oder wollen. Gerade solche „alternative Wohnformen“ können eine wertvolle Ergänzung der Angebotsstruktur darstellen und die Alten- und Pflegeheime entlasten.

„Gut betreut durch den Tag“ – neue Pflegeangebote

Alternative Wohnformen sind Wohnungen für betreuungs- und pflegebedürftige Personen, die aus sozialen, psychischen oder physischen Gründen nicht mehr gänzlich alleine wohnen können, jedoch keine ständige stationäre Betreuung oder Pflege benötigen. Die Alternative Wohnform stellt damit eine intensivere Betreuung und Pflege als in den „betreubaren Wohnungen“ sicher, unterscheidet sich aber von Alten- und Pflegeheimen darin, dass keine 24-Stunden-Präsenz von Pflegekräften gegeben ist. Gleichzeitig ist die Dimension alternativer Wohnformen mit 30 Wohnungen (ca. 30-50 m²) deutlich kleiner, was die Regionalisierung der Altenbetreuungsangebote stärkt. Für die pflegerische Komponente wird ein Fördermodell entwickelt. Weitere Pflegeleistungen, wie beispielsweise mobile Dienste, können durch das Pflegegeld abgedeckt werden. Damit ist die Leistbarkeit des Angebots auch für Mieter/innen mit einer geringeren Pension sichergestellt.

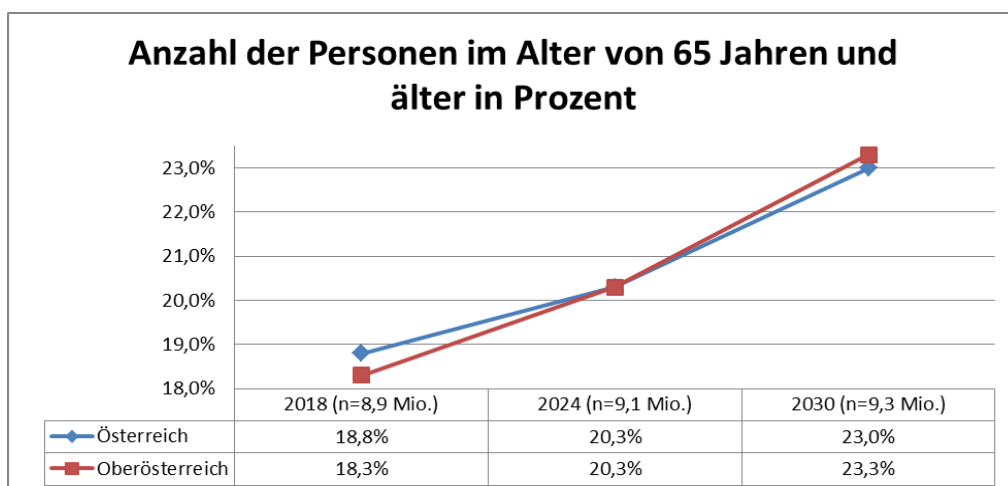
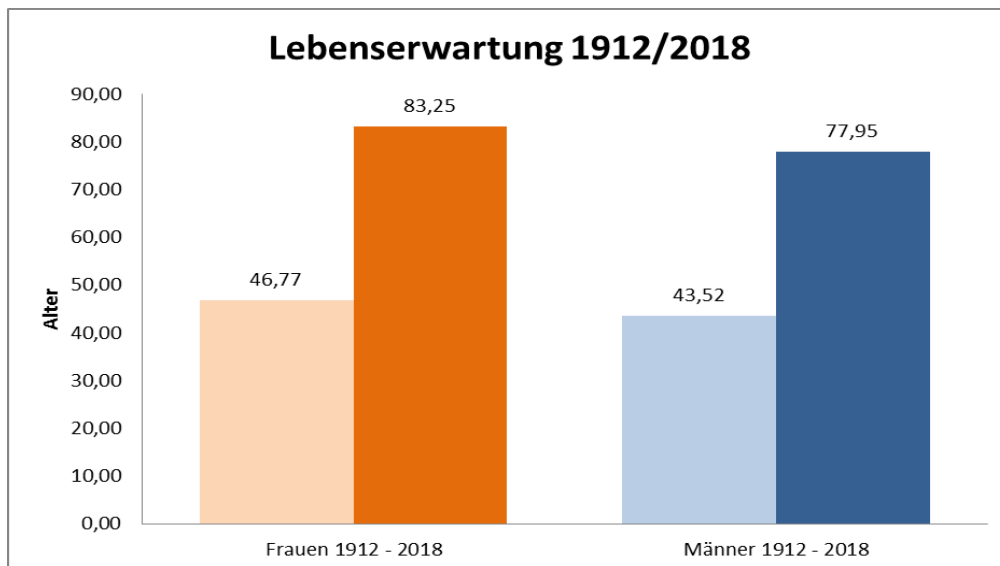
„Wir haben einen demographischen Wandel mit einem starken Anstieg an pflegebedürftigen Personen. Dazu kommen weitere gesellschaftliche Veränderungen, wie die Zunahme an Einpersonenhaushalten, weshalb sich die Pflege weiterentwickeln muss. Neben dem Ausbau alternativer Wohnformen und der mobilen Dienste werden auch innovative Projekte wie Mehrgenerationenhäuser und die Entlastung pflegender Angehöriger in Zukunft eine große Rolle spielen. Aber wir können die schönsten Häuser bauen, wenn wir nicht das qualifizierte Personal haben, das darin arbeitet. Daher sorgen wir dafür, dass mit einer Landes-Pflegekräfteagentur und einem Landespflegestipendium dieser Herausforderung begegnet wird“, sagt Sozial-Landesrätin Birgit Gerstorfer.

Altern und Lernen

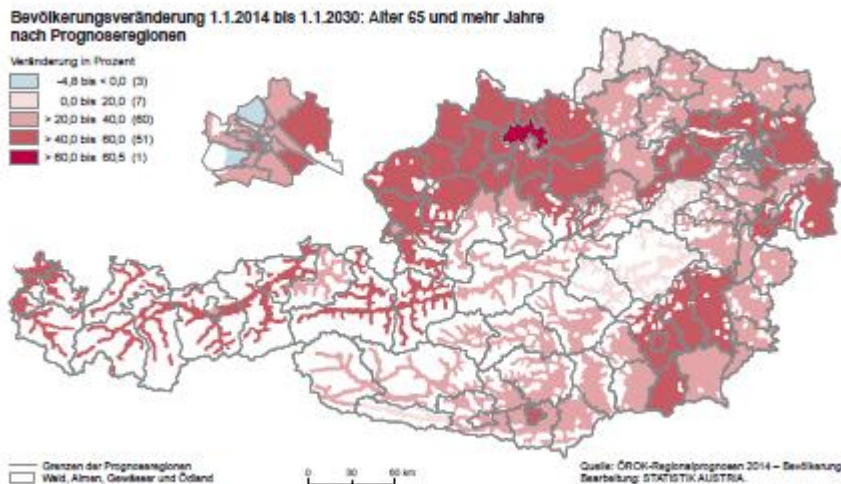
Altern und Lernen ist das Motto des diesjährigen Symposiums, und der Hintergrund ist ein recht erfreulicher. Immerhin hat sich in den vergangenen hundert Jahren die durchschnittliche Lebenserwartung verdoppelt. Die Lebenserwartung von Frauen beträgt derzeit in Österreich im Durchschnitt 83,3 Jahre und die von Männern 78,0.

Mittelfristig (2030) werden zirka 23% der Österreicher und Österreicherinnen älter als 65 Jahre sein.

Neben der Lebenserwartung hat sich vor allem auch die nachberufliche Phase, also die Zeit nach dem aktiven Berufsleben oder die Pensionszeit bei Frauen auf durchschnittlich 27 Jahre und bei Männern auf 22 Jahre verlängert. Dies entspricht in etwa der Zeitspanne, eines Menschen von der Geburt bis zum beginnenden Erwachsenenalter.



Quelle: Statistik Austria



Noch nie in der Geschichte der Menschheit war die Chance so groß, bei guter Gesundheit und sozial gut abgesichert ein derartig hohes Alter zu erreichen.

Damit verbunden ist aber auch die Verpflichtung, wie auch die Chance, diesen neu gewonnenen Lebensabschnitt zu gestalten und weiter aktiv am Leben teilzunehmen.

Neu ist aber die Betrachtungsweise des Alters, die bisher eher defizitorientiert war, also ihre Aufmerksamkeit auf den allmählichen Verlust von Fähigkeiten und Fertigkeiten gelegt hat. „Künftig werden wir uns mehr mit den Potentialen der Menschen beschäftigen als mit deren Defiziten“, erklärt die Soziologin Vera Maria Gallistl, MA, Universitätsassistentin an der Universität Wien, die sich in ihrer Forschungsarbeit auf nationaler und internationaler Ebene in Projekten mit Bildung im Alter und Techniknutzung im Alter beschäftigt.

In ihrem Vortrag „Die späte Freiheit – Potentiale des Älterwerdens“ erklärt sie, welche Potentiale in älteren Menschen schlummern und wie diese geweckt werden können:

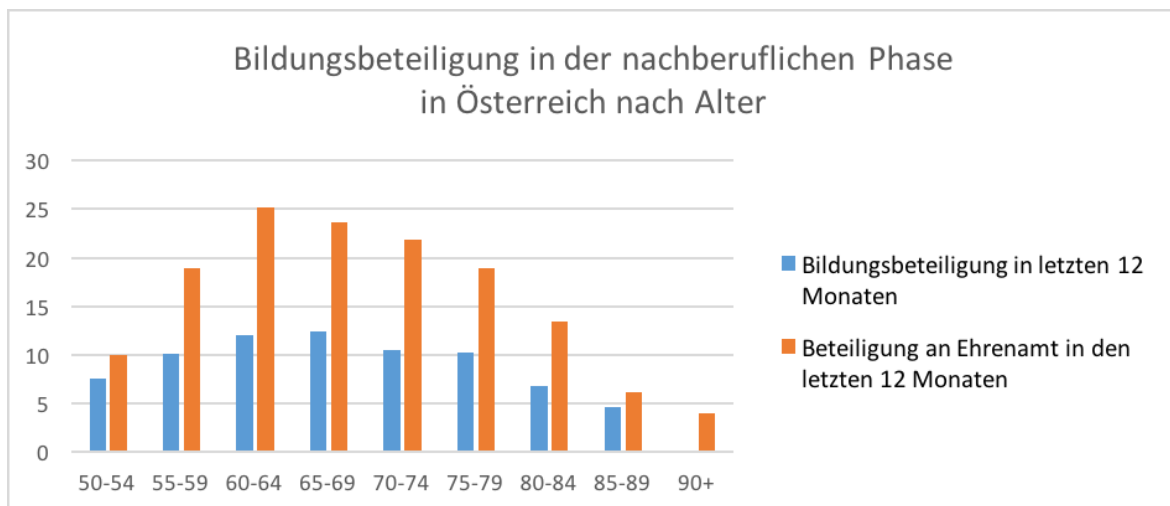
Defizitorientierte Perspektiven auf das Älterwerden wurden in der gerontologischen Forschung immer wieder unter dem sogenannten Disengagement-Modell diskutiert. Neuere Ansätze der Altersforschung legen den Fokus auf Modelle des aktiven Alterns. Diese stellen die Potentiale in den Vordergrund, die ältere Menschen in unsere Gesellschaften einbringen können und möchten. Das Europäische Jahr (2012) für aktives Altern und Solidarität zwischen Generationen hatte es sich zum Ziel gesetzt, die Gesundheit älterer Menschen zu fördern und so eine aktive Teilhabe an der Gesellschaft – etwa durch ehrenamtliches Engagement – zu unterstützen.

Notwendigkeit des lebenslangen Lernens – auch im Alter

Lernen ist die Möglichkeit, sich weiterzuentwickeln, Herausforderungen, die ein neuer Lebensabschnitt mit sich bringt, zu bewältigen und den Alltag trotz mannigfaltiger Neuerungen, wie im technischen Bereich, gut meistern zu können.

„Wir haben die Tagung so aufgebaut, dass wir funktionierende Modelle vorstellen, die Menschen auf unterschiedliche Art dabei unterstützen, ihr Leben (wieder) aktiv zu gestalten. Wir wollen ein Bild der näheren Zukunft entwerfen, in dem der Mensch die Hauptrolle spielt, unabhängig von seinem Alter oder seiner Teilnahme am Erwerbsleben.“

Dabei spielt die Technik eine bedeutende Rolle, letztendlich kann aber jede Lebensphase sinnvoll erscheinen, wenn wir in der Lage und bereit sind, diesen Sinn anzunehmen“, meint Berta Reiter, MAS; stellv. Pflegedirektorin und verantwortlich für das Tagungsprogramm.



Beteiligung an Bildung in der nachberuflichen Phase nach engem (Kurse, Weiterbildung) und weitem (Ehrenamt) Bildungsbegriff nach Altersgruppen. Survey of Health, Age and Retirement in Europe, 2013. Pensionierte Personen in Österreich. n (gewichtet) = 1918946.

Teilnahme an einem Fort- oder Weiterbildungskurs in den letzten 12 Monaten
Pensionierte Personen in Österreich

2006/07	3,3 %
2011	8,7 %
2013	10,3 %

Beteiligung an Bildung in der nachberuflichen Phase in Österreich. Survey of Health, Age and Retirement in Europe (2006– 2013). n=2858

Motorische Schlaganfall-Rehabilitation & Assessment des Gehirns durch Brain-Computer Interfaces

Dr. Christoph Guger

Wie Brain-Computer Interface Technologie Schlaganfall-Rehabilitation revolutioniert & Kommunikation von Locked-In Patienten ermöglicht

Die funktionelle Magnetresonanztomographie (kurz: fMRT) wird bereits erfolgreich mit PatientInnen verwendet, die am Locked-In Syndrom leiden oder sich in einem Zustand reaktionsloser Wachheit und im Koma befinden, um mehr über ihre Wahrnehmungsfähigkeit und ihr Bewusstsein zu lernen.

Allerdings ist fMRT ungeeignet für den regelmäßigen Gebrauch. Daher werden Brain-Computer Interfaces (BCI) eingesetzt, bei der Gehirnaktivitäten gemessen werden, um Bewusstseinsstörungen bei Patienten zu bewerten, und Kommunikation sowie ein Aufmerksamkeitstraining zu ermöglichen.

Darüber hinaus werden Brain-Computer Interfaces zur motorischen Rehabilitation und Therapie nach dem Schlaganfall eingesetzt.

Christoph Guger, Geschäftsführer der Schiedlberger Firma g.tec medical engineering GmbH, zeigt in seinem Vortrag, wie mithilfe von BCI ein schnelles Assessment von PatientInnen mit Bewusstseinsstörungen, Langzeitbeobachtung, einfache Kommunikation, Aufmerksamkeitstraining und eine effizientere Schlaganfalltherapie durchgeführt werden können. Dabei werden aktuelle Ergebnisse und Einblicke aus internationalen Krankenhäusern und Rehabilitationszentren präsentiert.

Alexa, hab ich heute schon meine Tabletten genommen?

Gerfried Stocker

Was alle technisch entwickelten Industrienationen gleichermaßen betrifft, ist das Damoklesschwert der alternden Gesellschaft, und die liegt ja nicht mehr weit in der Zukunft.

Die Babyboomer und die ihnen nachfolgende Generation, die das als erste so richtig zu spüren bekommen werden, sind aber auch die erste Generation, die schon den Großteil ihres Lebens mit Computern und Robotern, zumindest als Arbeitsgeräte und in letzter Zeit immer öfter auch als Teil des privaten sozialen Lebens, vertraut ist. Eine Generation, die nicht nur miterlebt hat, wie mächtig und unaufhaltsam die digitalen Technologien geworden sind, sondern ganz entscheidend daran mitgearbeitet hat und daher auch eine wesentlich höhere Akzeptanz und auch Kompetenz für technologisch gestützte Alten- und Krankenpflege haben wird.

Zieht man nun die enormen technischen Fortschritte in der KI-Forschung zum einen in Betracht und zum anderen die massive wirtschaftliche Dynamik, getrieben von Themen wie Autonome Mobilität, und Smart Cities, Industrie 4.0 etc. dann bekommt man langsam eine Vorstellung vom Ausmaß, in dem die Anwendungen rund um künstlich intelligente oder zumindest semi-intelligente Systeme bald schon unser Leben verändern werden. Es scheint also, selbstfahrende Rollstühle und Krankbetten, digitale Assistenten als Therapeuten und online Apotheken, die nach der morgendlichen Urinprobe gleich die richtigen Medikamente per Drohne in unser Smart Home liefern, kommen genau zur richtigen Zeit.

Stellt sich nur die Frage, wie intelligent werden diese Systeme sein und wie intelligent werden wir damit umgehen?

Youtoo – Angehörigenhilfe für PatientInnen digital inspiriert

Mag. Michael Matzner

Was ist youtoo.help? Youtoo ist eine „web basierte Application“, die es Angehörigen ermöglicht, Ihre freiwillige und unentgeltliche Hilfe für pflegebedürftige Familienmitglieder besser zu koordinieren. An dem innovativen Start Up Unternehmen hat sich 2017 die Elisabeth von Thüringen GmbH beteiligt.

Alternde Gesellschaft: In Österreich beziehen etwa 420.000 Menschen Pflegegeld. 95% der Österreicherinnen wollen ihren Lebensabend zuhause verbringen, in den eigenen vier Wänden. Youtoo unterstützt diesen Wunsch der ÖsterreicherInnen, indem die Hilfe in der Familie modern gestaltet wird.

Pflege auf breitere Schultern verteilen: Viele Menschen, die sich aktiv in die Betreuung von pflegebedürftigen Familienmitgliedern einbringen, sind durch die Mehrfachbelastung „Pflege, Arbeit, Familie“ überfordert. Manche Angehörige erkranken durch die Mehrfachbelastung, sind erschöpft, brennen aus. Youtoo ist ein einfaches „Familienkoordinationssystem“, das Familien auf moderne Weise dabei unterstützt, die Pflege in der Familie und im Freundeskreis auf breitere Schultern zu verteilen.

Family Assisted Living: In vielen Familien übernimmt eine Person die Hauptverantwortung bei der Pflege eines Angehörigen. Diese Person hat bei Youtoo die Funktion des „Family Administrators“. Der Family Administrator gibt wichtige Termine in einen „Pflegeterminplan“ ein. Beispiele dafür sind: „Mit Mama zur Nachuntersuchung gehen“, „Mutter zum Arzt begleiten“, „Mit Vater spazieren gehen“, „Mit Oma Uno spielen“. Diese Termine werden vom Family Administrator in den Pflegeterminplan eingetragen. Im Pflegeterminplan sehen alle Familienmitglieder, wann Hilfe nötig ist. Wer in der Familie Zeit hat, kann einen Termin im Pflegeterminplan „annehmen“. Alle anderen Familienmitglieder werden dann sofort online darüber informiert, dass ein weiteres Familienmitglied einen Termin übernommen hat. Somit werden Familien, Freunde und Nachbarn angeregt, sich in die Hilfe und Unterstützung von pflegebedürftigen Menschen einzubringen.

Warum Technik nutzen? Youtoo setzt Technik konsequent dazu ein, Menschen zu inspirieren, sich aktiv in die Pflege und Betreuung von Angehörigen einzubringen. Technik wird in keiner Form dazu verwendet, menschliche Zuwendung, soziale Kontakte durch „Pflegeroboter“ oder andere technische Hilfsmittel zu ersetzen.

Angehörige in der Pflege professionalisieren? Viele Menschen wollen sich in die private Hilfe einbringen, haben jedoch große Angst, etwas falsch zu machen. Schulung und Wissen leisten einen erheblichen Beitrag, Ängste abzubauen und Menschen dadurch die Kompetenz zu verleihen, sich in der freiwilligen Hilfe einzubringen. Youtoo stellt pflegenden Angehörigen in Zukunft e-content zum Thema Pflegewissen zur Verfügung. Die App hier gleich testen: <http://www.youtoo.help/>

Den Sinnanforderungen des Alters begegnen – Erkenntnisse von Viktor E. Frankl für eine bedeutende Phase des Lebens

DI Werner Berschneider

„Wir müssen älteren Menschen das Gefühl geben, dass sie noch gebraucht werden.“ Dieser Satz mag gut gemeint sein; die Intention aber ist fragwürdig. Es wäre manipulativ, das Gefühl zu geben, wenn es nicht stimmt. Alte Menschen spüren das. Tatsächlich werden sie gebraucht: mit ihrer Kompetenz, ihrer Lebenserfahrung und als Vorbilder, wie Altern würdevoll und sinnerfüllt zu bewältigen und zu leben ist. Viktor E. Frankl (1905 – 1997) hat viele Anregungen hinterlassen, wie das zu schaffen ist. Der Begründer der Logotherapie – einer sinn-zentrierten Gesprächspsychotherapie – ist überzeugt: „Das Leben hat unter allen Umständen Sinn. Sei es durch Gestalten einer Situation oder im tapferen Ertragen des Unabänderlichen.“ Wenn ein Mensch in einer sehr belastenden Situation – etwa Krankheit – den Sinn seines Lebens entdeckt, kann er auch in solchen Phasen das Leben bejahen. Die wichtigsten Wege zum Sinn sind:

- Schöpferische Werte verwirklichen: Tun, was noch möglich ist.
- Erlebniswerte: etwa Natur, Musik oder Freundschaften erleben und genießen können
- Einstellungswerte: Unabänderliches annehmen

In Frankls gesamtem Werk spielt das Finden und Erkennen von Sinn eine zentrale Rolle für ein gelingendes Leben. Er formulierte: „Findet der Mensch einen Sinn, dann ist er glücklich“. Und C.G. Jung bestätigte: „Die Psychoneurose ist im letzten Verstande ein Leiden der Seele, die ihren Sinn nicht gefunden hat.“ Im Alter ist das Erkennen von Sinn besonders wichtig; in der Gegenwart und auch im Rückblick auf das gelebte Leben. Viele Menschen neigen dazu, positive Ereignisse in ihrem Leben als Selbstverständlichkeit abzutun; Negatives aber erhält hohe Aufmerksamkeit und bekommt damit immer mehr Gewicht. Im Alter nimmt diese Neigung bei Vielen zu. Mit einer lebensbejahenden Haltung hingegen beleuchten wir das Positive und pflegen den Blick auf das Gelingen. Frankl empfiehlt, nicht die „Stoppelfelder der Vergänglichkeit“ in den Mittelpunkt zu stellen, sondern „die vollen Scheunen“ des gelebten Lebens: „Nichts ist in der Vergangenheit unwiederbringlich verloren, sondern alles unverlierbar geborgen.“

Einfache Rezepte für ein gelingendes Leben im Alter gibt es sicher nicht, wohl aber Empfehlungen für diese bedeutende Lebensphase. Dazu gehören meines Erachtens:

- Ermögliche Beziehungen und Freundschaften und pflege sie.
- Erkenne, was in Deinem Leben gelungen ist und heute gelingt und erhalte Dir Deine Dankbarkeit.
- Gib die Hoffnung nie auf. Hoffnung, wie Vaclav Havel sie verstanden hat: „Hoffnung ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn hat, egal wie es ausgeht.“

Ihre Ansprechpartner sind:

Sr. M. Barbara Lehner; Generaloberin und Geschäftsführerin Elisabethinen Linz-Wien

Birgit Gerstorfer, MBA; Sozial-Landesrätin

Regina Kickingereder; Pflegedirektorin des Ordensklinikums Linz Elisabethinen

Berta Reiter, MAS; Stellv. Pflegedirektorin des Ordensklinikums Linz Elisabethinen

Dr. Christoph Guger; Geschäftsführer g.tech medical engineering GmbH

Kontakt und Information:

Ordensklinikum Linz Elisabethinen

Fadingerstr. 1, 4020 Linz

Ing. Mag. Günther Kolb

+43-(0)732-7676-2235

guenther.kolb@ordensklinikum.at