



Jetzt mit
Ergänzungen
& praktischen
Beispielen!

Eure Sorge **fesselt** mich.

Alternativen zu freiheitsentziehenden
Maßnahmen in der Pflege



Inhaltsübersicht.

FREIHEITSENTZIEHENDE MASSNAHMEN.

Wir wollen nur das Beste. Aber ... 5

DIE ALTERNATIVE: PFLEGE IN FREIHEIT.

Sicherheit oder Freiheit? Es gibt keine klare Grenze. Aber bewährte Alternativen! 9

Pflegebedürftige Menschen nicht einschränken. Sondern ihre Stärken stärken. 10

PFLEGE ZU HAUSE.

Angehörige pflegen: Eine enorme Aufgabe. 13

Praktische Tipps: „Ich muss nicht alles selber schaffen.“ 14

Adressen: Beratung und Hilfe für pflegende Angehörige. 18

STATIONÄRE PFLEGE.

Beispiel 1: Neues Denken in alter Struktur. 21

Beispiel 2: Freiheit als Pflegeziel. 22

Praktische Tipps: Maßnahmen und Hilfsmittel. 24

Adressen: Von Betreuungsrecht bis Patientenverfügung. 26



Freiheitsentziehende Maßnahmen.

WIR WOLLEN NUR DAS BESTE. ABER...

Ein typischer Fall:

Ein demenzkranker alter Mann ist unruhig, immerzu in Bewegung, aber sehr unsicher auf den Beinen. Die Pflegekräfte fürchten, er könnte stürzen, wenn er unbegleitet seine Runden dreht.

Deshalb setzen sie den alten Mann in den Rollstuhl und bringen einen Vorsetztisch an, damit er nicht aufstehen kann.

Wird ein pflegebedürftiger Mensch gegen seinen Willen in seiner Bewegung eingeschränkt, sprechen wir von „freiheitsentziehenden Maßnahmen.“ Sie reichen vom Feststellen der Rollstuhlbremsen bis zum Extrem: Bis zu zehn Prozent der Bewohner in deutschen Pflegeheimen werden täglich „körpernah fixiert.“ Das bedeutet, sie werden mit Gurten ans Bett oder den Rollstuhl geschnallt und müssen teilweise rund um die Uhr ausharren.

Auch in der häuslichen Pflege werden viele Menschen regelmäßig in ihrer Freiheit eingeschränkt. Wohlgemerkt: Auch hier kaum in böser Absicht, sondern um Stürze zu vermeiden oder aus schierer Überforderung. Es ist eine immense Belastung, einen Menschen zu betreuen, der z. B. extrem unruhig ist oder zum Weglaufen neigt!



Was ist ohne Einwilligung verboten? Beispiele.

Im Bett: Den pflegebedürftigen Menschen mit Gurten fixieren oder die Bettgitter hochziehen.

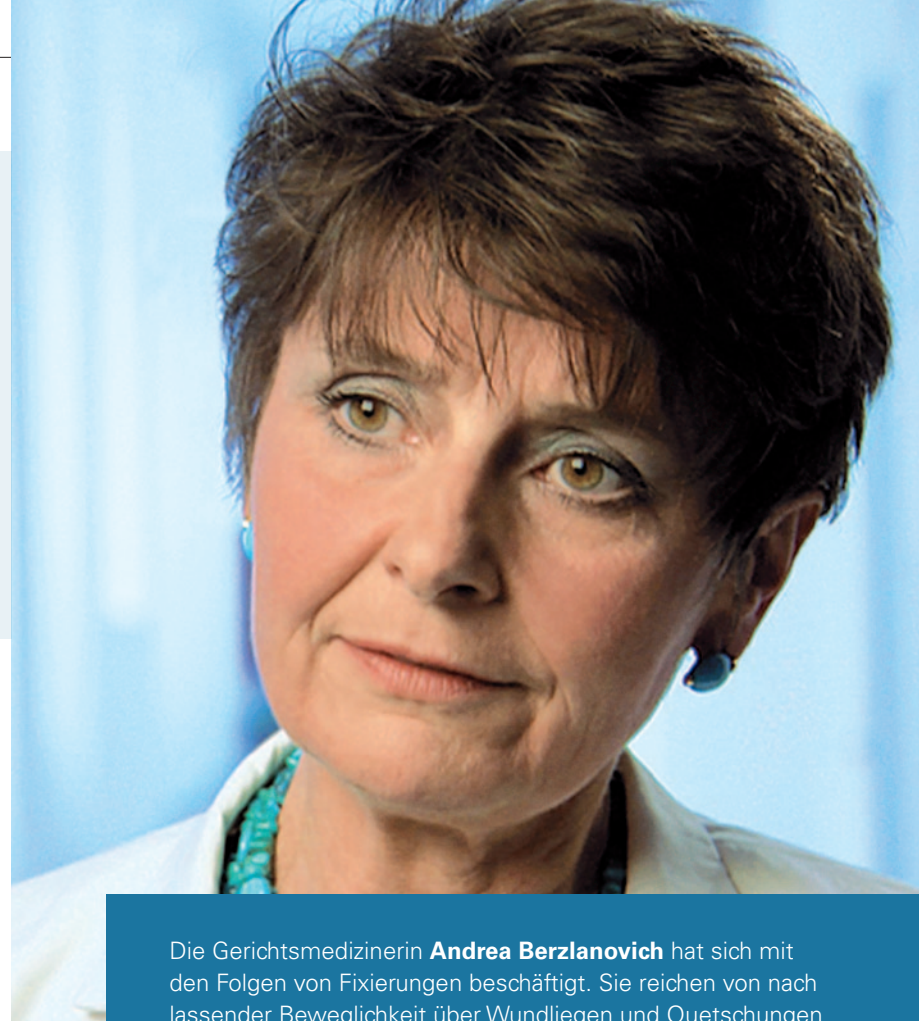
Im Rollstuhl: Bremse feststellen; den Menschen festschnallen oder mit einem Vorsetztisch am Aufstehen hindern.

Im Zimmer: Kleidung und/oder Schuhe wegnehmen; die Zimmertür abschließen.

Allgemein: mit Medikamenten sedieren („ruhigstellen“).

RECHTLICHE SITUATION.

- Freiheitsentziehende Maßnahmen sind ein schwerwiegender Eingriff in die Grundrechte des Menschen.
- Sie bewirken Angst, Stress und den Abbau der Körperkraft – und damit Hilflosigkeit, Sturzgefahr und Verletzungsrisiko.
- In der stationären Pflege dürfen sie (außer im Notfall) nur eingesetzt werden, wenn der pflegebedürftige Mensch bzw. eine bevollmächtigte Person oder ein bestellter Betreuer mit Zustimmung durch das Betreuungsgericht einwilligen.



Die Gerichtsmedizinerin **Andrea Berzlanovich** hat sich mit den Folgen von Fixierungen beschäftigt. Sie reichen von nachlassender Beweglichkeit über Wundliegen und Quetschungen bis zum Tod, z. B. durch Strangulation. Schwerwiegend sind auch die seelischen Auswirkungen wie Depression oder Aggression.

Im Film „Eure Sorge fesselt mich“ (beiliegende DVD) berichtet Andrea Berzlanovich über ihre Erfahrungen.

Die Alternative: Pflege in **Freiheit**.

SICHERHEIT ODER FREIHEIT? ES GIBT KEINE EINDEUTIGE GRENZE. ABER BEWÄHRTE ALTERNATIVEN!

Der Bauchgurt, das Bettgitter, das Trickschloss an der Tür: Wann überschreiten wir die Grenze zwischen Sicherheit und Entzug der Freiheit? Und was wiegt schwerer, die Pflicht zur Sorge um einen pflegebedürftigen Menschen oder dessen Recht auf Freiheit? Warum darf ich als rüstiger Senior (zum Beispiel beim Sport) einen Sturz riskieren – aber nicht, wenn ich demenzkrank (und trotzdem voller Tatendrang) bin?

Die Diskussion über moralische, rechtliche und ganz praktische Fragen ist rege und ertragreich. Laufend werden Alternativen zum Freiheitsentzug erprobt.



MEHR UND MEHR PFLEGEHEIME SETZEN NEUE KONZEPTE UM. INZWISCHEN IST BELEGT:

- Pflege braucht keine Fesseln.
- Alternativen zum Freiheitsentzug verursachen nicht mehr Aufwand.
- -Eine Pflege in Freiheit kommt nicht nur den pflegebedürftigen Menschen zugute, sondern auch ihren Pflegekräften und Angehörigen.

PFLEGEBEDÜRFTIGE MENSCHEN NICHT EINSCHRÄNKEN. SONDERN IHRE STÄRKEN STÄRKEN.

Die Ausgangsfrage in der modernen Pflege lautet nicht mehr: Wie hindere ich einen pflegebedürftigen Menschen daran, sich zu bewegen (weil er stürzen und sich verletzen könnte)? Sondern:

- Wie stärke ich den Menschen, damit er nicht hinfällt oder sich im Falle eines Falle(n)s nicht schwer verletzt?
- Wie gestalte ich seine Umgebung möglichst sicher?
- Wie kann ich ihm helfen, seinen Bewegungsdrang mit positivem Effekt auszuleben?

Richtlinien und Hilfen bieten Verfahren wie der „Werdenfelser Weg“ oder das Projekt „ReduFix“ (Info-Adressen und Ansprechpartner siehe Seite 26/27).



Pflege zu Hause.

ANGEHÖRIGE PFLEGEN: EINE ENORME AUFGABE.

Mehr als zwei Millionen Menschen in Deutschland brauchen Pflege. Zwei Drittel von ihnen werden zu Hause versorgt – von ihren Angehörigen und/oder von ambulanten Pflegediensten. Engagierte Angehörige bilden das Rückgrat des deutschen Pflegesystems. Doch einen Menschen täglich und oft rund um die Uhr zu pflegen, ist eine enorme körperliche und seelische Belastung. Wenn der betreute Mensch demenzkrank ist, steigen Unsicherheit, Ängste und Überforderung.

*Sie haben Anspruch auf Pflegeberatung zu Hause.
Adressen finden Sie auf Seite 18/19.*



Wie kann ich verhindern, dass der betreute Mensch hinfällt, sich verletzt, unbemerkt die Wohnung verlässt? Wie kann ich weiter meinen Alltag bewältigen? Wie komme ich zu einer lebenswichtigen Verschnaufpause – ohne die Freiheit meines pflegebedürftigen Angehörigen einzuschränken?

PRAKTISCHE TIPPS.

„Ich muss nicht alles selber schaffen!“

Die Diagnose Demenz ist hart für die Betroffenen und ihre Angehörigen. Wichtig ist, dass Sie sich bewusst machen: Ich bin Partnerin oder Partner, Tochter oder Sohn – und keine Pflegekraft!

„Ich brauche Rat und Tat.“

Suchen Sie frühzeitig professionelle Unterstützung, z. B. bei einem Pflegestützpunkt, einer Beratungsstelle für Angehörige oder einer Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe. Erkundigen Sie sich über ambulante Pflegedienste und/oder Tagespflege-Angebote.

„Kannst du mir helfen?“

Informieren Sie Ihr privates Umfeld: Offenheit öffnet Türen. Bauen Sie Ihr eigenes kleines Netzwerk auf. Nehmen Sie Hilfeangebote an: die Nachbarin, die einspringt, wenn Sie einen Termin außer Haus haben. Die Freunde, die Sie einmal pro Woche ablösen ...

Es gibt auch ehrenamtliche Helferinnen und Helfer. Wichtig ist, dass der pflegebedürftige Mensch die Personen möglichst frühzeitig kennenlernen und Vertrauen aufbauen kann.





„Sicher ist sicher.“

Nehmen Sie Ihre Wohnung unter die Lupe – am besten gemeinsam mit dem pflegebedürftigen Menschen. Achten Sie auf gute Beleuchtung und günstig platzierte Lichtschalter im Flur und in allen Zimmern. Räumen Sie Laufwege frei, entfernen Sie Stolperfallen wie niedrige Tischchen, lose Läufer, Bodenvasen, Kabel usw. Haltegriffe (nicht nur im Bad), stabile Möbel, Nachtlichter und bewegungsgesteuerte Leuchten geben Sicherheit. Genauso wie gut sitzende Schuhe!

„Lass uns spazieren gehen ...“

Seien Sie nicht zu fürsorglich. Lassen Sie den Menschen, um den Sie sich kümmern, möglichst viel selbst tun. Wer stundenlang sitzt, jeden Gang abgenommen bekommt, baut rasch ab. Die Folgen: Der Kreislauf macht schlapp, die Muskulatur bildet sich zurück – die Sturzgefahr steigt. Gehen Sie viel spazieren (ggf. mit Rollator oder Walker). Beziehen Sie den pflegebedürftigen Menschen in die tägliche Hausarbeit ein. Gebraucht zu werden, gibt ein gutes Gefühl.

*Seniorentreffs oder Tagespflege-Einrichtungen bieten Bewegungskurse für ältere und pflegebedürftige Menschen an. **Hier werden gezielt Beweglichkeit, Kraft und Balance trainiert.***

Auch der Kontakt zu Haustieren aktiviert und beruhigt viele demenzkranke Menschen gleichermaßen. Wer tagsüber rege ist, kann nachts ruhig schlafen. Das Gefühl, zu Hause sicher und geborgen zu sein und gebraucht zu werden, kann auch eine mögliche Weglauf-Tendenz lindern.

„Sitzt, passt, wackelt und hat Luft.“

Ob Rollator, Brille, Ellbogenschützer oder Hüftprotektoren: Hilfsmittel müssen gut angepasst sein. Lassen Sie den pflegebedürftigen Menschen im Fachhandel oder zu Hause alles in Ruhe ausprobieren. Bei Bedarf muss der Arzt z. B. ein anderes Rollator-Modell verordnen. Denn nur optimal angepasste Hilfsmittel werden gerne benutzt und geben die nötige Sicherheit.



ADRESSEN

Beratung und Hilfe für pflegende Angehörige bieten in Bayern unter anderem ...**• Pflegeservice Bayern**

Kostenlose Beratung und Unterstützung für alle gesetzlich Versicherten zu Fragen der Pflege zu Hause.

Tel. (0800) 772 11 11

www.pflegeservice-bayern.de

• 108 Fachstellen für pflegende Angehörige

U. a. kostenlose Beratung für pflegende Angehörige; Infos zu Entlastungsangeboten (Angehörigengruppen, Betreuungsgruppen, ehrenamtliche Helferkreise).

www.stmgp.bayern.de

(> Suchbegriff: „pflegende Angehörige“)

• 270 Betreuungsgruppen für verwirrte ältere Menschen

Stundenweise Betreuungsangebote entlasten pflegende Angehörige. Meist wöchentlich oder 14-tägig gegen geringen Kostenbeitrag.

www.stmas.bayern.de//pflege/ambulant/hilfen/ang-betrgrp.php

• 110 anerkannte ehrenamtliche Helferkreise

Geschulte Helferinnen und Helfer betreuen pflegebedürftige Menschen in deren Zuhause (fachlich angeleitet; stundenweise, meist gegen kleine Aufwandsentschädigung).

www.stmgp.bayern.de

(> Suchbegriff: „Helferkreise“)





Stationäre Pflege.

BEISPIEL 1: ALTE STRUKTUR UND NEUES DENKEN IN MOOSBURG.

Der AWO-Seniorenpark in Moosburg ist ein Beispiel dafür, dass auch in bestehenden Strukturen und mit einem durchschnittlichen Personalschlüssel der Verzicht auf freiheitsentziehende Maßnahmen gelingen kann.

In vier Wohnbereichen leben hier 98 überwiegend demenzkranke Menschen. Noch vor wenigen Jahren war der Anteil der Bewohnerinnen und Bewohner, deren Freiheit eingeschränkt wurde, überdurchschnittlich hoch. Heute wird auf Freiheitsentzug konsequent verzichtet. Dies gelang durch:

- Schulung der Pflegekräfte
- Einbindung von Angehörigen und Fachkräften aller Disziplinen
- Einführung von regelmäßigem Kraft- und Balancetraining

Die Gurtsysteme verstauben in Moosburg mittlerweile in den Schränken. Sehr zur Freude der pflegebedürftigen Menschen – und der Pflegekräfte.

Für sie hat sich gezeigt: Der Verzicht auf freiheitsentziehende Maßnahmen ist keine zusätzliche Belastung – sondern erleichtert alle Beteiligten.

BEISPIEL 2: FREIHEIT ALS PFLEGEZIEL IN INGOLSTADT.

Das Danuvius-Haus in Ingolstadt wurde 2005 eröffnet. Hier leben 52 pflegebedürftige Menschen in vier Wohngruppen. Pflege in Freiheit war von Beginn an ein vorrangiges Ziel. Die demenzkranken Bewohnerinnen und Bewohner fühlen sich sicher und geborgen. So wird auch psychomotorische Unruhe abgebaut und die Sturzgefahr verringert.

Das Konzept ist – mit Wohn- und Kleingruppen, einer personenzentrierten Pflege und der Einbeziehung von Angehörigen und ehrenamtlich Helfenden – auf die Lebenswelt demenzkranker Menschen zugeschnitten. Die pflegebedürftigen Menschen werden (innerhalb einer festen, verlässlichen Tagesstruktur) mit vielfältigen Angeboten aktiviert. **Freiheitsentziehende Maßnahmen? Kein Thema.**



PRAKTISCHE TIPPS.

Maßnahmen und Hilfsmittel:

- **Biografiearbeit** lohnt sich. Sie hilft, die Vorlieben und z. B. auch die Ursachen für Ängste eines Menschen zu ergründen.
- **Gymnastik** (mindestens zweimal pro Woche) stärkt Beweglichkeit, Kraft und Gleichgewicht – und verringert so die Sturzgefahr bzw. das Verletzungsrisiko.
- **Regelmäßige Aktivitäten** geben dem Tag Inhalt und Struktur („tagesstrukturierende Maßnahmen“). Sie steigern die Zufriedenheit und fördern die körperliche Kraft.
- **Basale Stimulation** hilft, den eigenen Körper und seine Bewegungen wahrzunehmen.
- Gut angepasste **Gehhilfen (Walker, Rollatoren)** unterstützen die Mobilität und damit den Muskelaufbau. Sie geben Sicherheit und können Stürze vermeiden.
- Ein **Niederflurbett** verringert die Verletzungsgefahr beim Herausfallen. Allerdings erschwert die geringe Betthöhe das selbstständige Aufstehen. Ein **halbes/geteiltes Bettgitter** kann eine Alternative sein. Es verhindert das Herausfallen, gibt demenzkranken Menschen räumliche Orientierung und erlaubt dennoch das Aufstehen.
- Eine sinnvolle Ergänzung: **Bewegungslicht** unter dem Bett. Sobald der pflegebedürftige Mensch aufsteht, wird der Boden angenehm und sicher ausgeleuchtet.



- **Sensormatten** oder **Bewegungsmelder** informieren die Pflegekräfte, sobald ein pflegebedürftiger Mensch das Bett verlässt. Sie können rasch dazukommen und (z. B. beim Toilettengang) helfen.
- Nicht jeder Sturz lässt sich verhindern. Vor schweren Verletzungen können jedoch oft **Hüftprotektoren** bewahren. Sie werden nicht von den Krankenkassen bezahlt, sind jedoch erschwinglich.
- Ähnlich wirksam sind **Kopfschutz** und **Gelenkschützer**. Sie eignen sich jedoch wenig während des Schlafens. Viele Patienten lehnen sie als unbequem und unattraktiv ab.
- Ein **Trippelrollstuhl** hat eine niedrigere, nach hinten schrägstellbar Sitzfläche und schwenkbare bzw. abnehmbare Beinstützen. Wer darin sitzt, kann sich durch Trippeln fortbewegen. Die Gefahr, dabei nach vorne aus dem Stuhl zu kippen, ist deutlich verringert.

ADRESSEN

Betroffene, Angehörige, Fachkräfte und Experten finden hier Infos und Materialien zu folgenden Themen:

- **„Verantwortungsvoller Umgang mit freiheitsentziehenden Maßnahmen in der Pflege“**

Leitfaden (u. a. mit Checkliste) bestellen oder herunterladen unter:

www.bestellen.bayern.de

- **Infos und Links zum Betreuungsrecht**

www.verwaltungsservice.bayern.de

(> Stichwort „Betreuungsrecht“)



- **Projekt „Redufix“**

Infos, Materialien und Linktips rund um die Reduktion körpernaher Fixierung.

www.redufix.de

- **Demenz**

Das Alzheimerforum unterstützt Menschen mit beginnender Demenz, Angehörige und Fachleute.

www.alzheimerforum.de

Die Alzheimer Gesellschaft München e.V. bietet eine Info-Plattform, Seminare für Angehörige, Betreuungsangebote für demenzkranke Menschen und viele weitere Services.

www.verstehen-sie-alzheimer.de

- **Patientenverfügung**

Empfehlenswerte Infos, Tipps, Textbausteine und Vordrucke finden Sie u. a. hier (> Stichwort: „Patientenverfügung“):

Bayerisches Justizministerium:

www.verwaltungsservice.bayern.de

Bundesärztekammer:

www.baek.de

Bundesministerium der Justiz:

www.bmj.bund.de

Bayern.

Die Zukunft. Bayern. Die Zukunft. | www.bayern-die-zukunft.de



BAYERN | DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung.

Unter Telefon **089 122220** oder per E-Mail unter direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

IMPRESSUM

Herausgeber: Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege
Haidenauplatz 1, 81667 München
Telefon 089 540233-0
Telefax 089 540233-90999
poststelle@stmgp.bayern.de
www.stmgp.bayern.de

Gestaltung: trio-group münchen
Bildnachweis: Roland Dietl, Michael Pointl

Artikelnummer: [stmgp_pflge_002](#)
Stand: Januar 2015



www.stmgp.bayern.de
Kosten abhängig vom
Netzbetreiber

HINWEIS

Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden.

Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben von parteipolitischen Informationen oder Werbemitteln. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.

Die Druckschrift wurde mit großer Sorgfalt zusammengestellt. Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit des Inhalts kann dessen ungeachtet nicht übernommen werden.