



Verwahrlosung und Einsamkeit - Spitexalltag

Esther Indermaur, APN

THURVITA
Lebenswert – ein Leben lang.



Inhalt

- Einsamkeit
 - Definition, Begriffsklärung
 - Rolle der Spitex
- Verwahrlosung
 - Definition, Begriffsklärung
 - Rolle der Spitex



Einsamkeit

Einsamkeit ist ein subjektives Erleben, das sehr unangenehm und oft schmerzhaft ist. Es entsteht aus einem individuellen Bedürfnis nach sozialer und emotionaler Bindung, das sich die Person nicht im gewünschten Maß erfüllen kann.

Dabei ist das Einsamkeitsgefühl unabhängig von den tatsächlich vorhandenen Kontakten.



Drei Formen von Einsamkeit

Emotionale Einsamkeit: Subjektiver Mangel an Beziehungen

Soziale Einsamkeit: Trennung von Familie oder Freunden

Kollektive Einsamkeit: Empfindung, von sozialen Gruppen ausgeschlossen zu werden

Im Gegensatz dazu steht selbst gewähltes Alleinsein, das definiert ist durch eine hohe Kontrollierbarkeit und ein tiefes Gefühl der Verbundenheit.



Einsamkeit in Zahlen

- 2017 fühlten sich 38% der Bevölkerung ab 15 Jahren einsam. Die Bevölkerung ohne Migrationshintergrund fühlt sich weniger einsam (35%) als die Bevölkerung mit Migrationshintergrund der zweiten Generation (42%) und jene der ersten Generation (46%) (BFS, 2019)
- 8.5% der Personen zwischen 45 und 84 Jahren geben an, durch eine erhebliche Belastung aufgrund von Einsamkeit betroffen zu sein.

Risiken und Folgen

Diverse gesundheitliche Risiken (Metaanalyse von Holt-Lundstad, Smith und Layton 2013 zeigte einen ähnlich starken Effekt wie für Rauchen!)

- Depressionen, Suizidalität, Psychosen, Suchterkrankungen
- Demenzerkrankungen
- Schlaganfälle, Adipositas, Durchblutungsstörungen,
- Immunschwäche



was hilft gegen Einsamkeit?

Einsamkeit ist ein komplexes Phänomen und muss entsprechend auf verschiedenen Ebenen angegangen werden. Es gibt vier verschiedene Richtungen, in die Interventionen zielen:

Training sozialer Fertigkeiten: *Bei diesen Interventionen geht es um die Förderung der Fähigkeiten zur Kommunikation, damit die Betroffenen leichter soziale Kontakte aufbauen können. (+)*

Stärkung durch soziale Unterstützung: *Mit regelmäßigen Kontakten sollen die Betroffenen verlässliche soziale Beziehungen und soziale Ressourcen erleben. (+)*

Erweiterung der sozialen Teilhabe: *Interventionen, die Betroffene dabei unterstützen, ihr soziales Netzwerk zu erweitern und an sozialen Aktivitäten teilzunehmen. (+)*

Veränderung sozial-kognitiver Überzeugungen: *Mit einer Unterstützung durch kognitive Verhaltenstherapie oder psychologischem Reframing sollen einsame Menschen lernen, ihre ungünstigen sozialen Verhaltensweisen und Überzeugungen zu verändern. (++)*

(Masi et al., 2011)



Die Rolle der Spitex

Training sozialer Fertigkeiten	Wenn jemand sehr ungeübt oder unbedarft in sozialen Situationen reagiert, kann Training hilfreich sein. → Wenn eine psychiatrische Grunderkrankung besteht, kann diese Leistung als C-Leistung erbracht und verrechnet werden.
Stärkung durch soziale Unterstützung	Die Spitex bietet regelmässige und zuverlässige Kontakte. Im Rahmen von sozialbetreuerischen Tätigkeiten (HH Mitarbeitende), möglichst stets durch dieselbe Person können positive Erlebnisse gestärkt werden.
Erweiterung der sozialen Teilhabe	Spitexkunden haben oft eine eingeschränkte Mobilität und viele schränken ihre Teilhabe stark ein. Möglichkeiten erarbeiten kann eine KLV Leistung sein (Psych.). Mit Kunden Aktivitäten zur sozialen Teilhabe durchführen (Einkauf, Kaffeetrinken, etc.) ist eine wichtige Betreuungsaufgabe.
Veränderung sozial-kognitiver Überzeugungen	Psychiatriepflegerische Leistung, sofern psych. Grunderkrankung vorhanden



Selbstvernachlässigung/ Verwahrlosung/ Messiesyndrom

Selbstvernachlässigung beschreibt das nichterfüllen der eigenen Grundbedürfnisse. Selbstverwahrlosung bezeichnet einen Zustand in dem die Mindestanforderungen, die die Gesellschaft an eine Person stellt nicht erfüllt sind.

Ein oft im selben Atemzug genanntes Problem ist das Messie-Syndrom. Damit werden drei sehr unterschiedliche Krankheitsbilder zusammengefasst:

- **Pathologisches Horten** (=Hoarding Disorder, Sammelzwang, Messiesyndrom): exzessives Sammeln oder Aufheben von Gegenständen, das zu einer zunehmenden Unordnung in der Wohnung führt und das zunehmend Einschränkungen im sozialen Bereich mit sich bringt
- **Desorganisationssyndrom**: es gelingt nicht, die alltäglich anfallende Unordnung (wie z.B. Wäsche, die versorgt werden müsste) wieder zu strukturieren.
- **Verwahrlosungssyndrom** (=Vermüllungssyndrom): entsteht meist «passiv», durch nicht-Wegräumen von Geschirr, Abfällen, etc.; meist mit Grunderkrankung (Demenz, Abhängigkeitserkrankung,...) kombiniert.



was hilft bei verwahrlost aussehender Wohnung?

Bevor interveniert wird: Krankengeschichte, Biographie und Werte des Kunden kennenlernen

Pathologisches Horten: Kognitive Verhaltenstherapie (Psychotherapeut:in in Zusammenarbeit mit Psychiatriepflegenden) → nicht zwingend «Aufräumunterstützung»

Desorganisationssyndrom: Verhaltenstherapie, Strukturierung im Alltag (Psychiatriepflegende) → nicht zwingend, aber oft «Aufräumunterstützung»

Verwahrlosungssyndrom: Grundreinigung und Entrümpelung oft zwingend nötig (führt leider oft zu Gefühl von Kontrollverlust), danach zwingend engmaschige Unterstützung («hands on»), um nicht wieder in alte Muster zu verfallen, resp. um anfallenden Müll zu entsorgen.

→ Gefährdungsmeldung prüfen!





vielen Dank für Eure
Aufmerksamkeit

esther.indermaur@thurvita.ch

THURVITA
Lebenswert – ein Leben lang.

