

**Birgitt Bahlmann (Hrsg.): Pflege daheim  
Salumed Verlag 2010, 272 S., 29 €**

In einer Zeit, in der die Menschen immer älter werden, immer weniger bereit sind, bei körperlicher oder seelischer Schwäche in eine stationäre Betreuung umzusiedeln und wo Grundkenntnisse der Krankenpflege in der Bevölkerung nicht mehr vorausgesetzt werden dürfen, hat sich B. Bahlmann zum Ziel gesetzt, eine umfassende Anleitung einer häuslichen Kranken- und Alterspflege zu erarbeiten.

An wen wendet sich das Buch? In erster Linie sind Menschen angesprochen, die bereit und willens sind, in ihrer Umgebung Verwandte oder Freunde zu pflegen und keine professionelle Ausbildung erfahren haben. Dann aber ist das Werk auch für alle diejenigen von großem Nutzen, die diese Pflegenden begleiten, beraten und anleiten, also Hausärzte und professionelle Pflegenden. Als Arzt, der vielleicht nicht so oft mit dem Übergang von Patienten aus der Selbstständigkeit in die Pflegebedürftigkeit zu tun hat, bekommt man auch wichtige Informationen, Tipps und Hilfestellungen, aber v.a. kann der Verweis auf so ein Buch eine enorme Entlastung der ärztlichen Tätigkeit bringen.

Die Kapitel stammen von verschiedenen Autorinnen und Autoren. Dennoch sind Stil und Aufmachung so, dass das Werk wie aus einem Guss imponiert. In 7 großen Kapiteln werden alle wichtigen Fragestellungen behandelt. Den Anfang bildet eine Übersicht darüber, was beachtet werden muss, bevor eine häusliche Pflege beginnt, welche Vorbereitungen getroffen werden müssen, wer Hilfe und Unterstützung geben kann. Dann werden in einem großen Bogen Themen mehr allgemeiner Natur besprochen wie z.B. das Prinzip der Salutogenese, die Bedeutung der Berührung, zentrale Aspekte der Kommunikation und die Bedeutung der Prophylaxe. Dann folgen spezielle Themen, auf die in der häuslichen Pflege zu achten ist und die Probleme schaffen können: Entstehung von Decubitus und Thrombose, Pneumonie, Kontrakturen, Stürze. Gründlich wird über Zahnpflege, Waschung, Ernährung, Tees in der Krankenpflege gesprochen. Zentrale Problemfelder wie Verdauungsstörung, Schlafstörung, Schmerz und Demenz werden gesondert besprochen. Ein besonders berührendes Kapitel behandelt die Frage der Sterbebegleitung. Schließlich folgt ein sehr wertvolles Kapitel zur Frage, wie sich der Pflegende selbst gesund und kräftig erhalten kann. Gerade dieses Kapitel von Rolf Heine ist eine Fundgrube für alle, die in helfenden Berufen tätig und grundsätzlich von Überforderung und Ausbrennen bedroht sind. Schon allein um dieses Kapitels willen (aber nicht nur!) lohnt sich die Anschaffung des Buches und die Empfehlung an pflegende Angehörige.

Die Themen werden mit einer weiten Spanne von Gesichtspunkten bearbeitet. In jeder Zeile des Buches bemerkt der Leser die langjährige und profunde Kenntnis und Erfahrung der Autorinnen und Autoren. Daraus ergeben sich eine Fülle von ganz konkreten Anregungen und Empfehlungen, über bestimmte Handgriffe hin zu Medikamenten bis zu Adressen von Hilfsorganisationen verschiedenster Art. Darüber hinaus findet der Leser aber auch – erfreulich freilassend formuliert – weitergehende Betrachtungen auf dem Hintergrund des anthroposophischen Menschen- und Weltbildes, die bei Unvoreingenommenheit sehr helfen können, Phänomene wie Schmerz oder Demenz anders und tiefer zu verstehen. Dem Wesen des Pflegenden entsprechend sind es meist keine langatmigen Belehrungen, sondern kurze, feine Hinweise und Anregungen zur eigenen Beobachtung und Vertiefung. Schließlich findet man einige kostbare, zu Besinnung und meditativer Vertiefung geeignete Texte, die gerade für den in der ständigen Gefahr der Verausgabung stehenden Pflegenden eine unmittelbare Kraftquelle sein können.

Die Aufmachung ist leserfreundlich zweispaltig mit vielen ansprechenden Fotos. Durch grafische Elemente wie farbiger Kapitelmarkierung und unterlegte Tipps, Zwischenüberschriften, abgesetzte Texte, wenige, dann aber wichtige Tabellen wird das Bild aufgelockert und das Lesen leicht gemacht.

Bei den Präparateempfehlungen wird im Wesentlichen auf eine ausgewogene Darstellung von Wala- und Weleda-Präparaten geachtet, wenngleich eine gewisse Nähe zu den Wala-Präparaten insbesondere im Bereich der Körperpflege empfunden werden kann. Die Systematik der Kapiteileinteilung erschließt sich nicht unbedingt, zusammengehörige Themen wie allg. Waschung und Zahnpflege stehen an verschiedenen Stellen – was das Bedürfnis nach Systematik etwas stört, den Wert des Inhaltes aber nicht schmälert. Für eine rasche Orientierung wäre es allerdings hilfreich, wenn die übersichtlichen numerischen Kapitelgliederungen, die bei den einzelnen Kapiteln aufgeführt werden, auch im Inhaltsverzeichnis erscheinen würden.

Den Autorinnen und Autoren gebührt ein großer Dank für dieses wichtige Buch, das am besten in jedem Wartezimmer von Hausärzten zu finden sein sollte. Man möchte es jedem Pflegenden dringend wünschen und jeder Hausarzt sollte es kennen. Zum Wohle der zu Betreuenden ist ihm eine große Verbreitung zu wünschen. Der moderate Preis wird hierfür förderlich sein.

Dr. med. Markus Karutz