



Institut universitaire de médecine sociale et préventive (CHUV et Université de Lausanne) et Cochrane Suisse¹; Service de soins palliatifs, Unité d'éthique clinique, CHUV Lausanne²

¹M. Rège-Walther, ²C. Mazzocato, ¹I. Peytremann-Bridevaux

Direkte Unterstützungsmassnahmen verringern psychische Belastung bei pflegenden Angehörigen

Bibliographie

Candy B, Jones L, Drake R, Leurent B, King M: Interventions for supporting informal caregivers of patients in the terminal phase of a disease. Cochrane Database of Systematic Reviews 2011, Issue 6. Art. No.: CD007617.

Diese Rubrik gibt die Resultate einer systematischen Review wieder, die durch die Cochrane Collaboration in der Cochrane Library (www.cochrane.org/) publiziert wurde. Der Artikel beschränkt sich auf eine klar umschriebene Fragestellung und fasst den aktuellen Kenntnisstand dazu zusammen. Es handelt sich deshalb **nicht** um eine Leitlinie (Guideline) zur Behandlung einer bestimmten Erkrankung.

Der Artikel ist in französischer Sprache in der Revue Médicale Suisse erschienen. Rev Med Suisse 2012; 8: 137.

Fallvignette

Eine Ihrer Patientinnen sucht Sie aufgrund von Angstzuständen und Schlafstörungen auf, die mit der Erkrankung ihres Ehemannes zusammenhängen. Ihr Mann, der an einem HNO-Karzinom im fortgeschrittenen Stadium leidet, wird zuhause gepflegt. Sie sei besorgt, ihrem Mann nicht die bestmögliche Pflege anbieten zu können und nicht zu wissen, wie sie damit umgehen soll, wenn sich sein Zustand verschlimmert. Die Pflegekräfte der Spitex, die den Mann zweimal täglich sehen, beschreiben ihn als ruhig und ohne Beschwerden. Er wird sehr umsorgt von seinen Kindern und seiner Frau, die stets an seiner Seite ist.

Frage

Welche Massnahmen sind am besten geeignet, um Ihrer Patientin zu helfen?

Hintergrund

Die Situation von pflegenden Angehörige, die freiwillig einen Angehörigen oder Freund pflegen und/oder emotional unterstützen, kann zu erheblichem körperlichem oder seelischem Stress führen. Verschiedene Massnahmen zielen darauf ab, die Lebensqualität der pfle-

genden Angehörigen zu verbessern und sie bei der emotionalen Verarbeitung zu unterstützen. Diese systematische Übersichtsarbeit beurteilt die Wirkung dieser Massnahmen im Hinblick auf das körperliche und seelische Wohlbefinden von Angehörigen oder Freunden, die Patienten im Endstadium einer Erkrankung pflegen.

Resultate

Es wurden elf randomisierte klinische Studien mit 1836 pflegenden Personen erfasst. In zwei Studien wurden indirekte Unterstützungsmassnahmen bei pflegenden Angehörigen beurteilt; diese Studien wurden jedoch nicht in die Metaanalyse einbezogen. In neun Studien wurden direkte Unterstützungsmassnahmen bei pflegenden Angehörigen bewertet wie z.B. emotionale Unterstützung, Problemlösungsstrategien, Beratung bei Pflege oder Finanzen. Solche direkten Massnahmen zeigten kurzfristig folgende Wirkungen:

- Sie verringerten die psychische Belastung der pflegenden Angehörigen (8 Studien, SMD -0,15; 95% CI: -0,3–0,02).
- Sie verbesserten nicht die Fähigkeit, dem Druck als Helfer standzuhalten (7 Studien, SMD -0,05; 95% CI: -0,2–0,1).
- Sie verbessern nicht die Lebensqualität der Helfer (6 Studien, SMD 0,08; 95% CI: -0,1–0,3).

Einschränkungen

- Die Massnahmen kamen ausschliesslich pflegenden Angehörigen von Krebspatienten zugute.
- Die einbezogenen Studien wurden ausschliesslich im angelsächsischen Raum durchgeführt.
- Die Grösse der Stichproben und der erzielten Wirkung war gering.
- Die untersuchten Massnahmen und die Studienendpunkte waren nicht in allen Studien gleich.
- Einige mögliche Massnahmen wurden nicht untersucht, z.B. finanzielle Unterstützung oder befristete Entlastung von der Pflege durch freiwillige Helfer.
- Unerwünschte Nebeneffekte der Massnahmen (z.B. erhöhter psychischer Stress) wurden nicht systematisch erfasst.

Schlussfolgerung der Autoren

Gemäss dieser systematischen Review verringern direkte Unterstützungsmassnahmen die psychische Belastung der pflegenden Angehörigen. Sie haben allerdings keinen Einfluss auf die Lebensqualität oder Fähigkeit, dem Druck als Helfer standzuhalten. Zwar hat diese Arbeit nicht klären können, welche Anteile der direkten Unterstützungsmassnahmen am wirkungsvollsten waren. Dennoch wäre es wünschenswert, wenn sich in der

Palliativpflege tätige Gesundheitsfachpersonen mit den Sorgen pflegender Angehöriger beschäftigten und diese so unterstützten, damit sie ihre kranken Familienmitglieder während der letzten Lebensphase optimal pflegen können.

Antwort auf die Frage

Situationen am Lebensende sind dadurch geprägt, dass sie nicht vorhersehbar sind. Es ist daher wichtig, die Unterstützung von pflegenden Angehörigen regelmässig neu zu bewerten und im Endstadium der Krankheit auszubauen. Zu bemerken ist, dass ein Verbleib in den eigenen vier Wänden nicht immer möglich oder wünschenswert ist. In dem eingangs vorgestellten Fall empfiehlt es sich, herauszufinden, welche Sorgen die Patientin genau hat und konkrete Massnahmen in die Wege zu leiten, um diese zu vermindern. In Betracht kommen etwa: Anleitung in Grundpflege, bei anderen Aufgaben und beim Umgang mit Medikamenten, häufigere Einsätze der Spitex und/oder der Sozialarbeiterin der Krebsliga, temporäre Entlastung, damit sich die Patientin eine Atempause gönnen kann, oder Bereitstellung einer Notrufnummer, die auch am Wochenende erreichbar ist.

Redaktionelle Koordination

Prof. Dr. med. B. Burnand (MPH),
Dr. med. I. Peytremann-Bridevaux (MPH),
M. Rège Walther (MSc, MA),
Dr. med. E. von Elm (MSc)

Cochrane Suisse, Institut universitaire de médecine sociale et préventive, Biopôle 2,
Corniche 10, 1010 Lausanne
swiss.cochrane@chuv.ch

Korrespondenzadresse

M. Rège-Walther
Cochrane Suisse
Institut universitaire de médecine sociale
et préventive
CHUV et Université de Lausanne
Biopôle 2
Corniche 10
1010 Lausanne

swiss.cochrane@chuv.ch

Kostenloser Zugang zur Cochrane Library

Die Schweizerische Akademie der medizinischen Wissenschaften (SAMW) hat eine Initiative gestartet, um niedergelassenen Ärzten/innen einen besseren Zugang zur medizinischen Fachliteratur zu ermöglichen. Unter anderem ermöglicht sie einen kostenfreien Zugang zur Cochrane Library. Ab sofort können sich die Ärzte dafür bei der SAMW registrieren.

Details unter <http://www.samw.ch/de/Projekte/Fachliteratur.html>