



## Kontakt zu Heimbewohnern in Pandemiezeiten

Auch mit zunehmender Durchimpfung werden wir noch einige Monate lang nicht in die Normalität des Heimalltags vor der Pandemie zurückkehren können.

Deshalb haben wir, die Alzheimer Gesellschaft Kiel e.V., Informationen zu „Heim und Corona“ auf dieser Seite zusammengestellt. Das Thema betrifft nicht nur Menschen mit Demenz im Heim sondern alle Heimbewohner, deren Angehörige und die Heimmitarbeiter.

Menschen in Pflegeheimen sind häufig mehrfach erkrankt und oft hochbetagt, so dass sie die am stärksten gefährdete Bevölkerungsgruppe sind. Deshalb ist es wichtig, sie zu schützen, aber eine komplette Abschottung – wie im 1. Lockdown – darf es nicht wieder geben. **Kontaktsperrung und starke Bewegungseinschränkungen gefährden die Gesundheit ebenso wie eine drohende Infektion.**

Besonders Menschen mit Demenz brauchen ihre gewohnte Umgebung, klare Strukturen und ganz besonders vertraute, ihnen nahestehende Personen.

Deshalb hat der **Pflegebevollmächtigte der Bundesregierung**, Andreas Westerfellhaus, eine **Handreichung für Besuchskonzepte** zusammengestellt in Zusammenarbeit mit den Verbänden der Einrichtungsträger und den Menschen mit Pflegebedarf und ihren Angehörigen, untermauert mit dem Expertenrat des Robert Koch-Instituts (RKI).

Ziel ist, dass Bewohner und Bewohnerinnen auch während einer Pandemie Besuche erhalten können: mit möglichst geringen Einschränkungen für sie und ihre Besucher – und trotzdem angemessen sicher mit Blick auf den Infektionsschutz und den Aufwand für die Pflegekräfte.

Die konkreten und pragmatischen Informationen finden Sie hier:

<https://www.pflegebevollmaechtigter.de/details/besuche-in-stationaeren-pflegeeinrichtungen-sicher-ermoeglichen.html>

Im Folgenden wird u.a. daraus zitiert sowie aus der Landesverordnung SH ([https://www.schleswig-holstein.de/DE/Schwerpunkte/Coronavirus/Erlasse/210108\\_CoronaVO.html#doc053373bf-f96f-47b2-84ed-1087ddca451fbodyText17](https://www.schleswig-holstein.de/DE/Schwerpunkte/Coronavirus/Erlasse/210108_CoronaVO.html#doc053373bf-f96f-47b2-84ed-1087ddca451fbodyText17)). Vorgefertigte Lösungen für jede mögliche Situation gibt es nicht. Daher müssen die Maßnahmen immer wieder neu abgewogen und an sich ändernde Umstände, aber auch sich ändernde Erkenntnisse und Empfehlungen der Wissenschaft angepasst werden.

Nur wenige Tage nach Erscheinen der Handreichungen wurden aus den dortigen „Kannbestimmungen“ für Testungen „Sollbestimmungen“: **Bewohner\*innen von Pflegeeinrichtungen und Einrichtungen der Eingliederungshilfe dürfen weiterhin von zwei registrierten Personen besucht werden. Diese müssen jetzt zum Besuch ein höchstens 24 Stunden altes negatives Corona-(Schnell-)Testergebnis vorlegen. Die Testungen sollen auch in den Einrichtungen vor Ort angeboten werden.**

Dazu heißt es: „Wir haben dafür gesorgt, dass jede stationäre Pflegeeinrichtung pro Bewohner 30 Schnelltests im Monat bezahlt bekommt – für Bewohner, Pflegekräfte und Besucher. Bezahlt wird dabei nicht nur der Test, sondern auch zusätzliches Personal, welches die Testung vornehmen kann. Das müssen nicht zwingend Ärzte oder Pflegefachkräfte sein, die Tests können durch geschulte Personen durchgeführt werden. Die Bundesländer sollten Einrichtungen dabei bestmöglich unterstützen.“



**Individuelle Bedarfe bei Besuchsregelungen und auch besondere Belange sollten berücksichtigt werden wie etwa von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen, Menschen in der palliativen Versorgung und insbesondere in der Sterbephase.**

Deshalb müssen Einrichtungen Maßnahmen wie Besuchsregelungen mit der Bewohner- und gegebenenfalls Angehörigenvertretung beraten.

Entsprechend der einrichtungsspezifischen Risikoabschätzung durch räumliche Gegebenheiten, personelle Ausstattung und dem Befinden der Bewohner\*innen erstellt jedes Haus sein eigenes Besuchskonzept.

**Transparente Maßnahmen und Ziele**, verständlich erklärt, werden von den Beteiligten eher mitgetragen, Akzeptanz für ergriffene Maßnahmen wird gefördert durch **gute Kommunikation**, möglichst auch schriftlich (Aushänge, Rundschreiben, Homepage, evtl. Video-konferenzen und bei Bedarf auch in Fremdsprachen oder in Bildsprache als Comic).

## Die wichtigsten Maßnahmen

- mindestens 1,5m Sicherheitsabstand einhalten
- konsequente Händehygiene
- Mund-Nasen-Schutz tragen
- Luftaustausch sicherstellen (regelmäßige Stoßlüftung oder filtern mit raumluftechnischen Anlagen (RTL-Anlagen))
- die 10 wichtigsten Hygieneregeln finden Sie hier <https://www.infektionsschutz.de/mediathek/infografiken.html>
- regelmäßige Testung von Besuch, Bewohner\*innen und Personal (Ein negativer PCR- oder Schnelltest entbindet nicht von der Pflicht, die Abstands- und Hygieneregeln einzuhalten)
- Anmelden der Besucher, registrieren lassen, Kontakt halten und sich melden, wenn innerhalb der nächsten 14 Tage Symptome auftreten
- **Für Personen mit akuten Atemwegserkrankungen oder fieberhaften Erkrankungen, ausgenommen Personen, die in der Einrichtung betreut werden, gilt ein Betretungsverbot.**
- die Besuche sind auf 2 Personen zu beschränken (Landesverordnung SH) (bei einer 7-Tage-Inzidenz > 200 pro 100.000 Einwohner darf nur noch eine feste Person besuchen)

Auch auf besondere Bedarfslagen der Besucherinnen und Besucher sollte geachtet werden: etwa bei Berufstätigen oder Menschen mit einer weiten Anreise.

Viele Einrichtungen nutzen Apps oder entwickeln eigene Standards für die Registrierung – zum Beispiel Bögen, auf denen sie die Kontaktdaten zusammen mit möglichen Symptomen und der gemessenen Temperatur erfassen. Wichtig hierbei: Halten Sie immer die geltenden Regeln zum Datenschutz ein.

Vorlagen für den Schnelltest und für Besuche finden Sie z. B. im Lübecker-Ampel-System (LAS) auf Seite 26-28 und 31/32:

<https://www.ethik-netzwerk.de/files/las/las-aktuell.pdf>



## Der Besuchsort

Generelle Voraussetzung für die Nutzung einer Räumlichkeit als Besuchsort ist, dass alle Abstands- und Hygieneregeln umgesetzt werden können, ausreichendes Lüften möglich ist und weitere Maßnahmen zum Infektionsschutz, wie die Reinigung und Desinfektion von Oberflächen durchgeführt werden können.

Geeignet sind:

- die Bewohnerzimmer – vor allem bei Einzelzimmern. Sie schaffen Vertraulichkeit und Intimität
- separate Räumlichkeiten wie Besucherzimmer, Cafeteria, beheizbarer Pavillon oder Container im Außenbereich
- der Außenbereich der Einrichtung – beispielsweise der Garten oder aber Kontakte über geöffnete Fenster; Orte an der frischen Luft bergen unter Einhaltung der Hygieneregeln das geringste Risiko für eine Ansteckung, sind aber stark witterungsabhängig

Vielleicht können ja Firmen oder Vereine momentan nicht genutzte beheizbare Container oder Festzelte zur Verfügung stellen.

Besucherinnen und Besucher können Geschenke mitbringen und ohne Zwischenlagerung übergeben. Gleiches gilt für mitgebrachte und selbst gewaschene Wäsche.

## Regeln fürs gemeinsame Verlassen der Einrichtung

Auch außerhalb der Einrichtung gilt: Die strikte Einhaltung der Hygieneregeln ist zwingend notwendig. Hierüber sollten sich die betreuenden Pflegekräfte und die Pflegedienstleitung individuell mit den Bewohnerinnen und Bewohnern und ihren An- und Zugehörigen abstimmen.

Schriftliche Informationen über die Hygieneregeln und ein Informationsblatt mit den Verhaltensregeln außerhalb der Einrichtung helfen bei der Einhaltung.

## Kommunikation mit Bewohnern

Erklären Sie kurz und in einfachen Worten die momentane Situation.

Bleiben Sie positiv in der Sprache. Statt Verbote und Regeln („nein“, „Du darfst nicht...“) besser

- „Hier bist du geschützt.“
- „Das stehen wir gemeinsam durch.“
- „Gemeinsam sind wir stark.“
- die Maske mit auswählen lassen
- evtl. künstlerisch selbst gestalten lassen
- bei Hörgeräten Verschluss am Hinterkopf statt hinter den Ohren
- „Die Maske betont deine schönen Augen.“
- „Du siehst aus wie eine Chefärztin.“

Bei Konflikten

- Abstand statt Angriff
- ablenken statt diskutieren
- Recht geben statt Recht haben



- wertschätzen statt bevormunden
- atmen oder singen statt schreien

Manchmal ist (kurzer) Körperkontakt zur Beruhigung notwendig

- Umarmung in Schutzkleidung
- Streicheln nach gründlicher Handhygiene oder mit Handschuhen
- statt Gesicht nur Oberarm oder Rücken streicheln

(siehe auch LAS Seite 33 <https://www.ethik-netzwerk.de/files/las/las-aktuell.pdf>)

Oft hilft auch Humor in der Kommunikation. Er entspannt und man sieht manches lockerer. Es soll dabei aber nicht über, sondern mit den Mitmenschen gelacht werden.

## Beschäftigungsmöglichkeiten

Auch ohne Körperkontakt gibt es viele Beschäftigungsmöglichkeiten, die in den letzten Monaten in unseren Alltagsbegleitgruppen praktiziert wurden. Fragen Sie gerne nach. Hier einige Beispiele:

- Vorlesen
- Bingo
- Sprichwörter ergänzen
- Stadt-Land-Fluss (dem Vermögen der Bewohner angepasst: Blumen, Tiere...)
- Malen
- Bewegungsübungen im Sitzen (am besten mit Musik)  
<https://www.aelter-werden-in-balance.de/bewegungsfuer-aeltere/aelter-werden-in-balance/>  
<https://www.dtb.de/gymwelt/>  
<https://www.dtb.de/gymwelt/vielfalt-der-gymwelt/zuhause-trainieren/trainingsvideos/gymwelt-spezial-60-plus/>
- mit (großen) Fotos ins Erzählen kommen
- machen Sie den Garten interessanter (rahmen Sie Blicke durch leere Bilderrahmen, stellen Sie Vogelhäuser auf, hängen Sie Sprüche in die Pflanzen wie der „olle Hansen“ oder Klanghölzer und Windspiele, ...)
- und vieles mehr!

## Kontakt im Quarantänefall

- vielleicht ist noch Kommunikation vom Gartenzaun zum Fenster möglich, evtl. unterstützt durch das Telefon,
- ein 1-Personenkonzert vorm Gartenzaun
- oder einfach nur Sichtkontakt und Winken („Ich bin auch jetzt noch für dich da.“)
- schreiben Sie eine Karte oder einen Brief
- lassen Sie die Enkelkinder malen
- lassen Sie auch Kindergärten oder Schulklassen kreativ werden; vielleicht entstehen dadurch Brieffreundschaften zwischen Jung und Alt
- packen Sie Päckchen (evtl. auch als Dankeschön für das Personal)  
- vielleicht auch Wundertüten
- auch am Telefon lässt sich vorlesen



- Videotelefonie über Smartphone oder Tablett, wenn noch möglich
- bestücken Sie ganz individuell einen USB-Stick (mit der aufgezeichneten Lieblingssendung für den Bildschirm oder mit der Lieblingsmusik, vorgelesenen Geschichten, Nachrichten aus der Familie oder Hörbüchern für den Kopfhörer)
- über einen Großbildschirm mit WLAN-Zugang kann man auch die oben genannten Beschäftigungsmöglichkeiten anleiten
- darüber hätte man auch Zugang zu diversen Kulturangeboten (virtuelle Museums- und Konzertbesuche, z.B. Berliner Philharmoniker:  
<https://www.digitalconcerthall.com/de/live>  
<https://www.elbphilharmonie.de/de/mediathek>  
oder Museumsführung:  
<https://www.dementia-und-art.de/index.php/blog/35-digitale-angebote>  
<https://www.dhm.de/nachricht/aktuelle-digitale-angebote/>)

Nicht jeder hat Zugang zu digitalen Medien und nicht alle Heime sind mit WLAN ausgestattet. Es wäre jedoch nur etwas Organisationstalent notwendig, um das zu ändern. Sollten Einrichtungen keinen eigenen WLAN-Zugang für ihre Bewohnerinnen und Bewohner zur Verfügung stellen, haben sie die Möglichkeit über einen Freifunk-Router die einrichtungsinterne Internetverbindung mit den Bewohnerinnen und Bewohnern zu teilen. Die Daten werden absolut sicher über ein virtuelles privates Netzwerk verschlüsselt übermittelt. Freifunk ist absolut rechtssicher und auch datenschutzrechtlich unbedenklich. So kann beispielsweise Internet in einem Aufenthaltsraum für die Bewohnerinnen und Bewohner zu Verfügung gestellt werden (<https://www.silver-tipps.de/das-internet-mit-anderen-teilen/>).

Andernorts haben Firmen oder Privatpersonen (Alt-)Geräte wie Tablett und Großbildschirme gestiftet. Vielleicht gerade jetzt nach Weihnachten wurde manches erneuert. In Rheinland-Pfalz gibt es z.B. Digital-Botschafterinnen und -Botschafter, die Senioren in diesem Bereich helfen (<https://digibo.silver-tipps.de/>). Auch bei uns ließen sich sicherlich Ehrenamtliche finden oder vielleicht könnte man so Praktikumsplätze für Studenten schaffen.

Warten Sie nicht darauf, dass „man“ macht und handelt, sondern werden Sie selbst aktiv. Seien Sie kreativ, suchen sie sich Hilfe und Unterstützung und bleiben Sie am Ball, auch wenn nicht gleich alles funktioniert.

In den Heimen waren ja schon vor der Pandemie Angehörige und Ehrenamtliche aktiv. Sicher ist es momentan ein zusätzlicher Aufwand, helfende Hände zu organisieren und entsprechend den (Hygiene-) Verordnungen zu schulen, aber langfristig können sie viel Entlastung bringen.

Viele der guten Beispiele sind aus den Inselgeschichten des Kompetenzzentrums Demenz aus Norderstedt übernommen worden (<https://www.demenz-sh.de/aktuelles/corona-aktuell/>). Sie waren bereits Mutmacher während des 1. Lockdowns. Auch die Seniorenbüros aus Rheinland-Pfalz haben ein Logbuch erstellt mit vielen, guten Beispielen: <https://seniorenbueros.org/publikationen/>

Wenn Sie selbst Beispiele oder Ideen haben, um die Pandemiezeit gut zu meistern, so geben Sie diese gerne an uns weiter, damit auch andere angeregt werden.