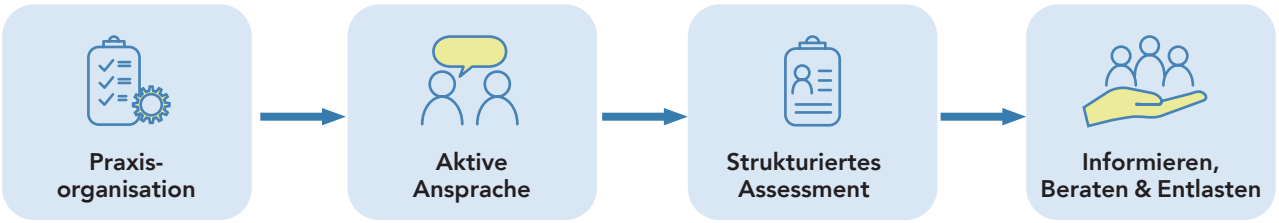
Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin

Leitlinie Pflegende Angehörige

AWMF-Register-Nr. 053-006



1. Praxisorganisation und Verantwortlichkeiten

- Klare Abläufe etablieren: Identifikation von Handlungsfeldern.
- **Sensibilisierung des Teams** für die Lebenssituation pflegender Angehöriger.
- **Verantwortlichkeiten festlegen:** Benennung eines verantwortlichen Teamglieds für die Recherche und Zusammenstellung von Informationen sowie für die Vernetzung mit regionalen Unterstützungsangeboten.
- Qualifizierung: Regelmäßige Fortbildungen des gesamten Teams zu Gesprächsführung und -techniken.
- Trainingsdokument mit Fallbeispielen: https://www.degam.de/leitlinie-s2k-053-006

2. Aktive Ansprache

- Aktive Ansprache pflegender Angehöriger und gezieltes erfragen von Belastungen.
- Achten auf „Yellow flags & Red flags".
- Betroffene ermutigen, aktiv Situation und Probleme anzusprechen.
- Nutzung von Gesundheitsuntersuchungen zum Kontaktaufbau.
- Prüfung gesundheitlicher Probleme in Zusammenhang mit der Pflegesituation.

3. Strukturiertes Assessment

(Initial sowie bei Bedarf)

- **HPS:** Die Häusliche Pflegeskala dient der systematischen Erfassung der Belastungssituation pflegender Angehöriger im häuslichen Umfeld [1].
- **FARBE:** Der Fragebogen zur Angehörigen-Resilienz und -Belastung erfasst Belastungs- und Resilienzfaktoren sowie deren Verhältnis zueinander [2].

4. Informieren, Beraten & Entlasten – Die hausärztliche Praxis als Knotenpunkt

Informieren:

- Betroffeneninformation mitgeben: https://www.degam.de/leitlinie-s2k-053-006
- Beantragung eines Pflegegrads (Voraussetzung für Unterstützungs- und Entlastungsleistungen)
- Verweis an den örtlichen Pflegestützpunkt, die Pflegeberatung der Pflegekassen bzw. andere geeignete Beratungsstellen
- Leistungen der Pflegekassen: Pflegesachleistungen, Pflegehilfsmittel, Digitale Pflegeanwendungen, Stationäre Pflege, Tages- und Kurzzeitpflege, ambulante Hilfe etc.
- Leistungen nach dem Pflegezeit- und Familiengesetz
- Präventions- und Gesundheitsförderungsangebote (z. B. Kognitive Verhaltenstherapie, Mehrkomponenten-interventionen)
- Psychosoziale Beratung
- Gemeinschaftliche Selbsthilfe
- Pflegekurse und digitale Unterstützungsleistungen
- Ehrenamtliche Unterstützungsangebote und Freiwilligendienste

Beraten:

- Gesundheitlichen Vorsorgeplanung Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
- Rehabilitationsmöglichkeiten (inkl. Einbezug der pflegebedürftigen Person)

Entlasten:

- Medikamentöse Therapie
- Physiotherapie
- Psychotherapie
- Psychoedukation
- Vermittlung an externe Stellen Ambulante Palliativversorgung

Anmerkung: Die Kurzversion ist die Zusammenfassung der Langversion und bildet die Inhalte der Empfehlungen ab.

Autoren
Dr. med. Robin John
Anna-Lena Hegele

[1] www.caregiver-scales.de/haeusliche-pflege-skala-kurzform
[2] www.zqp.de/angebot/fragebogen-farbe

© DEGAM 2026
www.degam-leitlinien.de