

Betreuung pflegebedürftiger Menschen

25.11.2010, 11:07 | Handel, Wirtschaft, Finanzen, Banken & Versicherungen

Pressemitteilung von: *GELD.de GmbH*

Viele würden sich wohl nur schweren Herzens dafür entscheiden, pflegebedürftige Angehörige wie ihre Großeltern oder Eltern in einem Heim unterzubringen. Die Pflege zu Hause bringt allerdings zusätzliche Pflichten im Alltag mit sich und kann letztlich zu Überlastung und ernst zu nehmenden Erkrankungen führen. Das Versicherungsportal [private-krankenversicherung.de](http://www.private-krankenversicherung.de) gibt Tipps, wie Betroffene ein Gleichgewicht schaffen und den Stress reduzieren können.

Die Pflege (<http://www.private-krankenversicherung.de/pkv-ratgeber/pflege/>) der Eltern oder anderer Familienmitglieder zu übernehmen, bedeutet eine große Verantwortung. Für die Pflegebedürftigen ist es angenehmer, in einer bekannten Umgebung beziehungsweise bei Angehörigen zu bleiben, doch für die Verantwortlichen ist damit in der Regel ein stressiger Alltag verbunden.

Ein Pflegefall in den eigenen vier Wänden bedeutet zusätzliche Aufgaben, die zu einer hohen Belastung führen können. Dauerhafte Überbelastung verursacht schlimmstenfalls Depressionen und chronische Erkrankungen. Zunächst stellen sich häufig Schlafstörungen ein, da sich das Gehirn nachts mit den Ereignissen des Tages beschäftigt und Lösungen für Probleme sucht. Um solchen Beschwerden rechtzeitig vorzubeugen und das innere Gleichgewicht wiederherzustellen, kann die Einnahme sanfter Mittel mit natürlichen Wirkstoffen hilfreich sein.

Weiterhin ist es wichtig, die Verantwortung zu teilen, sodass eigene Interessen und Möglichkeiten der Stressbewältigung nicht zu kurz kommen. Übernehmen Freunde oder Verwandte bestimmte Aufgaben, so hat jeder von Zeit zu Zeit die Chance, Abstand zu gewinnen und ein wenig abzuschalten, um neue Kraft zu schöpfen.

Weitere Informationen:

<http://news.private-krankenversicherung.de/doppelbelastung-durch-pflege/337349.html>

Portrait

Die Unister-Gruppe vermarktet und betreibt erfolgreiche deutschsprachige Internetportale im Versicherungsbereich wie www.private-krankenversicherung.de und versicherungen.de. Komplementäre Produkte und Dienstleistungen werden aus den Bereichen Finanzen mit geld.de und Verbraucherinformation mit preisvergleich.de angeboten. Auktionen zum Thema Versicherung werden bei dem kostenlosen Online-Auktionshaus auvito.de angeboten.

<https://www.openpr.de/news/489215/Betreuung-pflegebeduerftiger-Menschen.html>