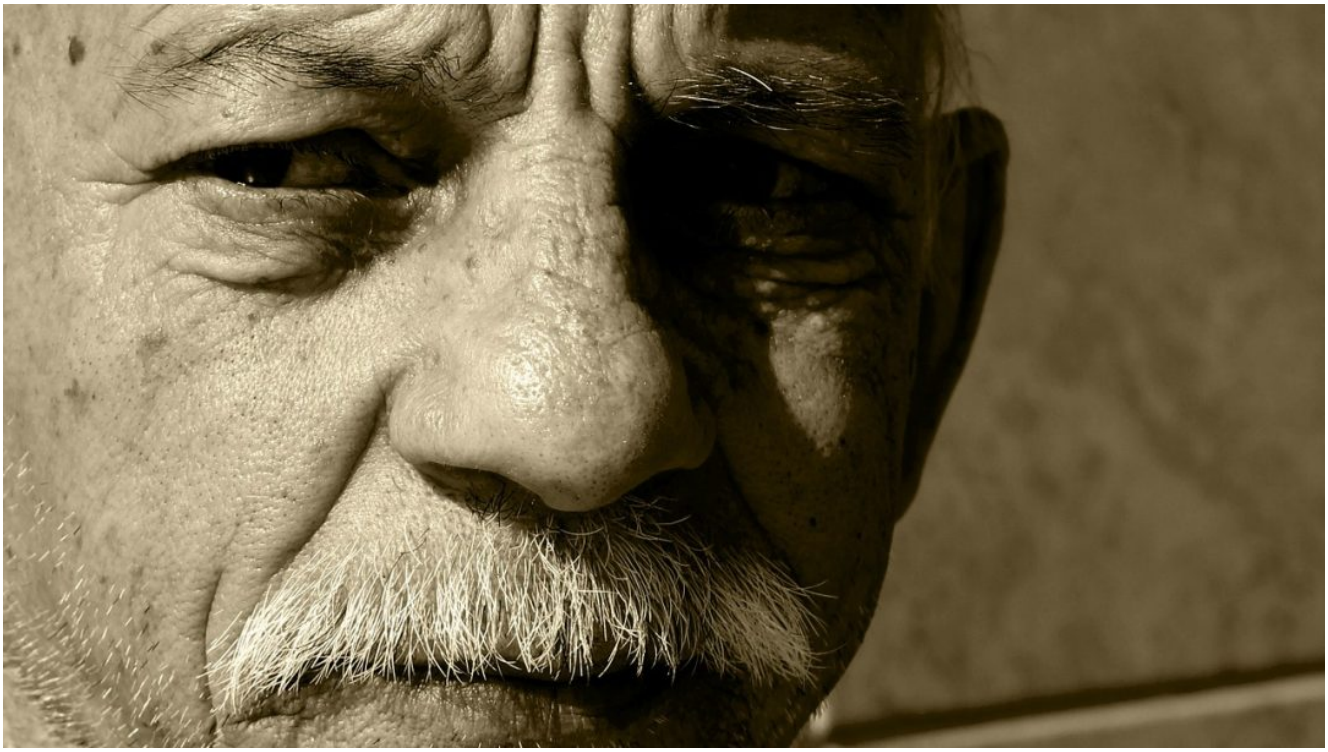
Quelle:
www.lazarus.at/2021/12/19/umgang-mit-depression-im-alter-online-training-fuer-pflegekraefte-und-pflegende-angehoerige

Umgang mit Depression im Alter: Online-Training für Pflegekräfte und pflegende Angehörige

Eine kostenfreie Online-Schulung vermittelt Pflegekräften und pflegenden Angehörigen Wissen zu Altersdepression und zum Umgang mit Suizidgedanken bei älteren Menschen.

Ziel der 90-minütigen Online-Schulung ist es, Altenpflegekräften und pflegenden Angehörigen das Erkennen von Depression und Suizidgefährdung bei älteren Pflegebedürftigen zu erleichtern sowie ihnen mehr Handlungssicherheit zu geben. Zudem werden Informationen zu Anlaufstellen vermittelt, bei denen betroffene Senior*innen professionelle Hilfe finden. Ein Audio-Guide führt durch die komplette Schulung, sodass Pflegekräfte und Angehörige diese z. B. auch parallel zum Bahnfahren nutzen können.



Dabei hat Schauspieler Simon Licht, Botschafter der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, der Schulung seine Stimme geliehen. In Filmsequenzen wird ausserdem gezeigt, wie Pflegekräfte ihren Verdacht auf Depression oder Suizidgedanken bei einer pflegebedürftigen Person ansprechen können. Die Schulung kann selbstständig und ortsunabhängig am PC, Tablet oder Smartphone bearbeitet werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Entwicklung des Programms und die Durchführung der Evaluationsstudie wurde vom Bundesministerium für Gesundheit gefördert.

> Hier finden Sie das Fortbildungs-Tool (Dauer: 90 Min.)

Zum Hintergrund:

„Bei Senior*innen wird die Depression noch häufiger als bei jüngeren Menschen übersehen. Depressive Symptome wie Hoffnungs- und Freudlosigkeit, Schlafstörungen oder Erschöpfungsgefühl werden oft nicht als Ausdruck einer eigenständigen schweren Erkrankung gesehen, sondern als nachvollziehbare Folge auf die Bitternisse des Alters oder Ausdruck körperlicher Begleiterkrankungen fehlinterpretiert“, erläutert Prof. Ulrich Hegerl (Goethe-

Universität Frankfurt/M.) das Problem. Zudem kann die Depression durch Sprech- und Denkhemmungen, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen **Ähnlichkeiten mit einer Demenz** aufweisen …

Wie bei allen schweren Krankheiten sollten Angehörige und Pflegekräfte Sorge tragen, dass Erkrankte so schnell wie möglich ärztliche Hilfe erhalten. „Depressionen sind auch im Alter mit Antidepressiva und Psychotherapie gut behandelbar. Die Behandlung ist u.a. durch häufige Begleiterkrankungen und Begleitmedikationen zwar schwieriger, jedoch wegen der grösseren Gefährlichkeit auch wichtiger“, so Prof. Hegerl.

Informations- und Hilfsangebote für ältere Menschen mit Depression

• Erste Ansprechpartner beim Verdacht auf Depression und Suizidgefährdung sind Hausärzte, Psychiater und Psychologische Psychotherapeuten (= Psycholog*innen mit Spezialausbildung, die wie Ärzte über die Kasse abrechnen können)

• weiterführende Infos zum Thema finden Sie hier

• ausführliche Erfahrungsberichte betroffener Patient*innen finden Sie hier: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

• Beratung und Selbsthilfegruppen für Angehörige