

Es ist ein lebhaftes Geschnatter, wenn drei Grundschul Kinder beim Mittagessen von ihrem Tag erzählen. Lachen, schimpfen, sich gegenseitig ärgern. Frauke Haase mag diese Stimmung. Eigentlich. Doch seit Januar muss sie sich häufig in ihr Zimmer in der Stuttgarter Wohnung zurückziehen, wenn die ganze Familie zu Hause ist. Denn Frauke Haase, wie sie für diese Geschichte heißen soll, leidet unter dem Post-Covid-Syndrom, den Spätfolgen einer Corona-Erkrankung.

Sie ist ständig müde, bekommt vom geringsten Lärm Kopfschmerzen, vergisst, was ihre Kinder ihr erzählen. Mit dieser niedrigen Belastungsgrenze den anstrengenden, vollgepackten Alltag mit dem Nachwuchs, Haushalt und Job bewältigen? Unmöglich.

Verlässliche repräsentative Zahlen, wie viele Menschen in Deutschland mit den Langzeitfolgen einer Corona-Erkrankung zu kämpfen haben, gibt es bislang noch nicht. Die Deutsche Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin (DGP) schätzt, dass bis zu 15 Prozent aller Erkrankten mit Long Covid (Symptome auch noch mehr als vier Wochen nach der Infektion) und zwei Prozent mit Post Covid (Symptome auch noch mehr als zwölf Wochen nach der Infektion) zu kämpfen haben. Darunter sind auffallend viele Frauen im jungen und mittleren Erwachsenenalter. Das bedeutet auch: viele Mütter, die wie Frauke Haase von einem Tag auf den anderen für ihre Familie ausfallen. Bei der Arbeit kann man sich krankmelden. Aber bei den eigenen Kindern und beim Haushalt? Eigentlich unmöglich.

Bei Familie Haase hat erst einmal der Mann Urlaub genommen, dann sind die Großeltern eingesprungen. Aber irgendwann sind diese privaten Ressourcen aufgebraucht. Unbezahlter Urlaub für den Partner ist zwar eine Möglichkeit, reißt auf Dauer aber ein zu großes Loch in die Familienkasse. Als sich die Gesundheit von Frauke Haase auch nach einer sechswöchigen Reha über den Sommer nicht verbes-

sert, entscheidet sich die Familie, eine Haushaltshilfe zu beantragen.

Nun kommt Ingrid Arnold (60) jeden Tag zu Familie Haase. Sie putzt, wäscht, kauft ein, kocht und macht mit den Kindern Hausaufgaben. Die ausgebildete Familienpflegerin von der Katholischen Familienpflege Stuttgart ist zum ersten Mal in einer Familie mit einer Post-Covid-Erkrankten. „Auf den ersten Blick sieht man nicht, dass diesen Menschen etwas fehlt. Sie sehen gesund aus und versuchen, sich zusammenzureißen.“ Wer aber den Alltag mit ihnen teilt, merke schnell, dass der Alltag mit diesen Spätfolgen nicht mehr zu meistern ist.

### **Krankenkassen können den Antrag ablehnen**

Obwohl Fälle mit Long oder Post Covid unter Müttern gehäuft auftreten, schlagen sie bei der katholischen und evangelischen Familienpflege in Stuttgart bislang kaum auf. Anne Bürckel, Geschäftsführerin der Katholischen Familienpflege Stuttgart, hat dafür zwei Erklärungen. „Ich denke, viele Familien versuchen, so lange es geht, sich irgendwie selbst zu helfen. Sie hoffen, dass die Erkrankung schnell vorübergeht.“ Der zweite Grund ist ihrer Meinung nach, dass Long/Post Covid offiziell als chronische Erkrankung gilt. „Ärzte können ihren Patienten zwar eine Haushaltshilfe empfehlen und einen Antrag dafür ausfüllen, doch die Krankenkassen dürfen ihn ablehnen. Sie müssen bei einer chronischen Erkrankung nicht für eine Haushaltshilfe aufkommen.“

Nicole Battenfeld von der Techniker Krankenkasse Baden-Württemberg erklärt: „Chronische Erkrankungen wie Post Covid bringen in der Regel eine auf Dauer angelegte Einschränkung mit sich. Die Leistung der Haushaltshilfe hingegen zielt auf eine temporäre Unterstützung in einer akuten Krankheitssituation ab.“ Sie sagt aber auch, dass durch eine eigentlich chronische Erkrankung eine akute Krankheitssituation entste-

hen kann, etwa wenn sich ein Zustand verschlechtert – und dann durchaus Anspruch auf Hilfe bestehe. „Wir entscheiden deshalb jeden Fall nach individueller Betrachtung“, so Nicole Battenfeld.

Doch auch wer von der Krankenkasse eine Absage erhalten hat, steht in Stuttgart nicht ohne Hilfe da. „Es gibt die Möglichkeit, mit dem schriftlichen Absagebescheid zum Jugendamt zu gehen“, sagt Anne Bürckel von der Katholischen Familienpflege. Sie weiß, dass viele beim Stichwort Jugendamt immer noch im Kopf hätten, dass einem dort die Kinder weggenommen würden. „Es geht aber lediglich darum, wer die Kosten für die Haushaltshilfe trägt“, sagt Anne Bürckel. Egal ob der Bescheid dann von der Krankenkasse oder vom Jugendamt kommt: Man kann sich damit dann an die Familienpflege wenden und bekommt von dort einen Mitarbeiter zugeteilt. Zumindest für maximal 52 Wochen – wobei der Bedarf für eine Haushaltshilfe vom Arzt in dieser Zeit regelmäßig wieder bestätigt werden muss.

Post Covid tritt bei Müttern auffallend häufig auf. Im Alltag kann man Unterstützung durch eine Haushaltshilfe bekommen. Doch der Weg dahin ist zäh.

Anne Bürckel rechnet damit, dass auf die Familienpflege noch eine Welle an Post-Covid-Erkrankten zurollt. „Man weiß ja gerade von Müttern, dass sie sich verausgaben, bis es wirklich nicht mehr geht. Ich vermute, dass einige, die unter Post Covid leiden, deshalb erst einmal die Diagnose eines Burn-outs erhalten und sich dann im Laufe der Behandlung feststellen lässt, was die eigentlichen Ursachen sind.“

Familienpflegerin Ingrid Arnold ist froh, dass sie bei Familie Haase helfen kann, bevor es zum Burn-out gekommen ist. Sie weiß, dass die Hemmschwelle groß ist, einer fremden Person die eigenen Kinder und den eigenen Haushalt anzuvertrauen. „Aber Haus- und Familienpflegerin ist ja genau deshalb ein eigener Beruf. Wir haben gelernt, mit dem nötigen Feingefühl in die Familien hineinzugehen. Und wenn wegen einer Erkrankung viel liegen geblieben ist, dann arbeiten wir das eben Stück für Stück wieder ab. Dafür sind wir da.“

”  
**Man weiß ja gerade von Müttern, dass sie sich verausgaben, bis es wirklich nicht mehr geht.“**

**ANNE BÜRCKEL,  
KATHOLISCHE FAMILIENPFLEGE**



Foto: imago/Rolf Poss