

ProVita TIPPS

DER GROSSE RATGEBER:

**Die Pflege zuhause
organisieren**

Wenn ein Angehöriger plötzlich pflegebedürftig wird, gibt es vieles zu organisieren. Besonders dann, wenn die Pflege in den eigenen vier Wänden des Pflegebedürftigen durchgeführt werden soll.

Für die Angehörigen bedeutet ein Pflegefall, sich mit vielen Fragen auseinanderzusetzen und Entscheidungen zu treffen: **Was ist alles zu regeln? Was ist besonders wichtig? Wie fange ich am besten an? Wie kann die jetzige Situation am besten organisiert werden? Wer zahlt im Pflegefall? Gibt es Möglichkeiten zur Unterstützung?**

Wichtig ist jetzt, sich gut zu informieren und alles sorgsam zu planen. Diese Checkliste hilft Ihnen dabei, die eingetretene Pflegesituation möglichst schnell zu organisieren:

Beantragen Sie einen Pflegegrad

Als erstes sollten Sie mit der zuständigen Pflegekasse des Betroffenen Kontakt aufnehmen und einen Pflegegrad beantragen. Diesen Antrag können Sie formlos per Fax oder Email stellen.

Wichtig zu wissen: Sämtliche Leistungen werden von der Pflegekasse erst ab dem Monat der Antragstellung gezahlt.

Welche Fristen man bei Anträgen an die Pflegekasse einhalten muss, finden Sie hier: <https://magazin.provita-deutschland.de/fristen-bei-der-pflegekasse-so-zuegig-muss-die-versicherung-reagieren/>

Bereiten Sie sich auf den MDK Besuch vor

Nachdem ein Pflegegrad beantragt wurde, wird ein Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MDK) zu dem Patienten nach Hause kommen, um einzuschätzen, inwieweit eine Pflegebedürftigkeit vorliegt. Bereiten Sie sich auf diesen Besuch gut vor und achten Sie darauf, dass alle wichtigen Unterlagen vorliegen.

Dazu gehören:

- Arztberichte und Bescheinigungen
- Medikationsplan
- Auflistung der erhaltenen Therapien
- Entlassungsberichte aus Krankenhaus oder einer Kur bzw. Reha
- Röntgenbilder
- MRT
- Allergiepaß
- Diabetikerausweis
- Schwerbehindertenausweis
- Vertrag mit Pflegedienst
- Liste aller behandelnden Ärzte und Therapeuten mit dazugehöriger Angabe, wie oft sie diese in der Woche oder im Monat besuchen

Führen Sie ein Pflegetagebuch und legen sie dies dem MDK-Mitarbeiter vor.

Einen ausführlichen Ratgeber zum MDK Besuch finden Sie hier: <https://magazin.provita-deutschland.de/ratgeber-fuer-den-mdk-besuch/>

Holen Sie sich ein Attest beim Hausarzt

Lassen Sie sich vom Hausarzt ein Attest über die “Notwendigkeitsbescheinigung zur Pflege” geben. Darüber hinaus kann der Hausarzt Ihnen auch hilfreiche Tipps zu Ihrer Pflegesituation geben, da er den Patienten schon länger kennt.

Lassen Sie sich beraten

Es gibt viele Anlaufstellen, bei denen sich Pflegebedürftige und deren Angehörige beraten lassen können (Pfleigestützpunkte, Beratungsstellen von Kirchen und Wohlfahrtsverbänden).

Auf der Internetseite www.zqp.de (Zentrum für Qualität in der Pflege) können Sie per Postleitzahl nach Ansprechpartnern suchen.

Beantragen Sie Hilfsmittel

Hilfsmittel gleichen körperliche oder geistige Funktionseinschränkungen aus und werden von der Krankenkasse bezahlt. Pflegehilfsmittel werden von der Pflegekasse übernommen, jedoch nur, wenn ein Pflegegrad vorliegt. Damit Hilfsmittel von der Pflegekasse bezahlt werden, müssen diese die Pflege erleichtern, zur Linderung der Beschwerden des Pflegebedürftigen beitragen oder ihm eine selbständigere Lebensführung ermöglichen.

Zu den Hilfsmittel gehören u.a. Kompressionsstrümpfe, Pflegebetten, Gehhilfen, Elektromobile, Inkontinenzmaterialien, Hausnotrufsysteme usw.

Beachten Sie: Ein Treppenlift ist kein Hilfsmittel, sondern gehört in den Bereich wohnumfeldverbessernde Maßnahmen. Mehr dazu finden Sie unter "Gestalten Sie die Wohnung barrierefrei"

So beantragen Sie Hilfsmittel:

1. Informieren Sie sich zuerst beim Sanitätshaus oder Lieferanten, welche Ausführungen es gibt und welche Modelle die Kasse übernimmt. Das Sanitätshaus berät Sie auch dahingehend, welche Formulierungen der Arzt bei der Verordnung verwenden soll.
2. Danach gehen Sie zum Hausarzt des Pflegebedürftigen. Mit der genauen Bezeichnung des Hilfsmittels kann der Arzt eine Verordnung (Rezept) ausstellen. Aus der Verordnung sollte hervorgehen, dass das Hilfsmittel aus medizinischer Sicht notwendig ist.
3. Wenn Sie kein genaues Modell angeben, kann es sein, dass die Krankenkasse Ihnen ein ganz anderes Modell zur Verfügung stellt.
4. Sie können das Hilfsmittel auch ohne ärztliche Verordnung direkt bei der Kasse beantragen. Über eine ärztliche Verordnung wird die Genehmigung vermutlich leichter erreicht, da der Arzt eine qualifizierte, medizinische Stellungnahme abgeben kann.
5. Die Krankenkasse prüft Ihren Antrag und fordert unter Umständen einen Kostenvoranschlag an.
6. Danach genehmigt die Krankenkasse das Hilfsmittel oder lehnt es ab.
7. Mit der von der Krankenkasse genehmigten Verordnung können Sie nun das Hilfsmittel bei einem von der Kasse anerkannten Dienstleister (Sanitätshaus, Apotheke usw.) bestellen.
8. Sollte die Krankenkasse keine Genehmigung erteilen oder Schwierigkeiten bereiten, ist es auch möglich, den Hilfsmittel-Lieferanten einzuschalten. Er kann Ihnen beratend zur Seite stehen.

Pflegehilfsmittel sind zum Beispiel Bettschutzeinlagen, Einmalhandschuhe oder Desinfektionsmittel.

Hier finden Sie das Hilfsmittelverzeichnis des GKV Spitzenverbandes https://hilfsmittel.gkv-spitzenverband.de/hmvAnzeigen_input.action#

Stellen Sie Helfer zusammen

Berufen Sie eine Familienkonferenz ein und legen Sie dort fest, wer aus der Familie in der Lage ist, bestimmte Aufgaben zu übernehmen, wozu Sie eine professionelle Unterstützung benötigen oder ob sie als Familie vollständig die Pflege durchführen möchten. Hierzu bietet der Gesetzgeber verschiedene Regelungen wie die Familienpflegezeit.

Ab dem Pflegegrad 1 steht Ihnen von der Pflegekasse ein Entlastungsbetrag in Höhe von 125€ monatlich zu. Nutzen Sie diesen Betrag für eine Alltagsassistentin, die stundenweise Entlastung bietet.

Bei erhöhtem Pflegeaufwand sollten Sie über einen Pflegedienst bzw. eine 24-h Betreuung nachdenken. Oft macht es Sinn, gleichzeitig einen Pflegedienst für die pflegerische Versorgung und eine Alltagsassistentin zur Pflegeunterstützung zu beauftragen. Diese führt viele Aufgaben (Kochen, Einkaufen gehen, häusliche Hilfe) durch, die ein Pflegedienst in der Regel nicht übernimmt.

Weite Informationen zur Alltagsassistentin und die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf finden Sie hier: <https://magazin.provita-deutschland.de/was-ist-eigentlich-eine-alltagsassistentin/>

<https://magazin.provita-deutschland.de/vereinbarkeit-von-pflege-und-beruf-wie-geht-das-ohne-stress/>

Organisieren Sie Essen und Trinken

Oft wollen oder können die Senioren nicht mehr einkaufen und sich das Essen kochen. Hierfür können Mahlzeiten-Dienste beauftragt werden. Mitarbeiter von Wohlfahrtsverbänden, privaten Trägern, Senioreneinrichtungen oder auch von Metzgereien vor Ort liefern das sogenannte Essen auf Rädern in die Wohnung des zu versorgenden Menschen.

Mehr zu Essen auf Rädern erfahren Sie hier: <https://magazin.provita-deutschland.de/essen-auf-raedern-eine-alternative-fuer-senioren>

Gestalten Sie die Wohnung sicher

Machen Sie den Wohnraum des Betroffenen sicherer. Entfernen Sie alle Stolperfallen, wie Kabel oder hochstehende Teppichkanten. Bringen Sie Haltegriffe und Handläufe dort an, wo derjenige sich aufhält und viel bewegt. Sorgen Sie darüber hinaus für eine gute und ausreichende Beleuchtung.

Hilfreiche Tipps, um die Wohnung sicher zu gestalten, finden Sie hier:

<https://magazin.provita-deutschland.de/sturzprophylaxe-sicher-im-eigenen-zuhause/>

Bestellen Sie einen Hausnotruf

Sie können nicht Rund um die Uhr auf einen pflegebedürftigen Angehörigen aufpassen. Bestellen Sie einen Hausnotruf, damit der Betroffene im Notfall selber einen Alarm auslösen kann und schnell Hilfe erhält. Bei einem anerkannten Pflegegrad übernimmt die Pflegekasse in vielen Fällen die kompletten Kosten.

Mit der Verwendung eines Hausnotrufs fühlt Ihr pflegebedürftiger Angehöriger sich sicherer und kann auch alleine zuhause sein. Außerdem sind Sie selber beruhigter und müssen sich nicht ständig Sorgen machen.

Hier erfahren Sie mehr, warum ein Hausnotruf wichtig ist: <https://magazin.provita-deutschland.de/daheim-statt-heim-warum-ein-hausnotruf-wichtig-ist/>

Gestalten Sie die Wohnung barrierefrei

Gestalten Sie die Wohnung altersgerecht. Dafür sind manchmal auch bauliche Veränderungen notwendig. Besonders im Badezimmer sind Sturzgefahr und Unfallquote sehr hoch.

Liegt ein Pflegegrad vor, so gibt die Pflegeversicherung für den Wohnungsumbau einen finanziellen Zuschuss von bis zu 4000 Euro pro Maßnahme (Zuschuss zu wohnumfeldverbessernden Maßnahmen) Voraussetzung ist, dass dadurch die Pflege zu Hause ermöglicht oder erleichtert wird.

Beachten Sie: Wenn kein Wohneigentum vorhanden ist, müssen bauliche Maßnahmen immer mit dem Vermieter abgesprochen werden.

Mehr Infos über ein barrierefreies Bad und für altersgerechtes Wohnen finden Sie hier: <https://magazin.provita-deutschland.de/wohkomfort-steigerung-durch-ein-barrierefreies-bad/>

Oder hier: <https://magazin.provita-deutschland.de/tipps-fuer-altersgerechtes-wohnen/>

Betreuungsverfügung

In einer Betreuungsverfügung können Personen festlegen, wer bei Bedarf ihre Betreuung übernehmen soll, wenn sie auf Hilfe angewiesen sind. Bei der Betreuungsverfügung ist es möglich, mehrere Personen einzutragen oder auch Personen auszuschließen.

Die Person legt fest, wer ihre Finanzen und ihr Vermögen verwalten soll. Sie trifft Bestimmungen, wenn es um medizinische Angelegenheiten geht und sie beschreibt genau, welche Aufgaben der Betreuer erledigen soll (und welche nicht).

Eine Betreuungsverfügung gilt nicht sofort, wenn der Notfall eintritt. Der Betreuer wird erst in dem Moment zum Handeln bevollmächtigt, sobald ihn das Gericht dazu eingesetzt hat.

Die Angaben aus der Betreuungsverfügung müssen vom Gericht berücksichtigt werden. D.h. alle hinterlegten Wünsche oder Vorgaben für bestimmte Situationen, beispielsweise ob eine Pflege zu Hause oder die Unterbringung in einem Pflegeheim bevorzugt wird, müssen befolgt werden.

Die Aufgaben eines Betreuers umfassen zum Beispiel:

- Verwaltung des Vermögens
- Wohnungsangelegenheiten
- Gesundheitsfürsorge
- Schriftverkehr, Post
- Aufenthaltsbestimmung

Ein Formular zur Betreuungsverfügung finden Sie als Download auf der Website des BMJV.
www.bmjv.de/SharedDocs/Downloads/DE/Service/Formulare/Betreuungsverfuegung.html

Vorsorgevollmacht

Durch eine Vorsorgevollmacht beauftragt jemand eine oder mehrere Personen seines Vertrauens, die in seinem Namen Entscheidungen trifft, Verträge abschließt und für ihn handelt. Die Person kann in der Vorsorgevollmacht festlegen, ob diese für alle ihre Angelegenheiten gelten soll oder nur für einzelne, detailliert beschriebene Aufgaben und Entscheidungen.

Folgende Aufgaben könnten dies sein:

- bei finanziellen Angelegenheiten
- bei Rechtsgeschäften
- bei Aufenthalt und Wohnungsangelegenheiten
- bei Gesundheitsvorsorge und Pflegebedürftigkeit
- bei ärztlicher Behandlung
- im Post- und Fernmeldewesen
- bei Behörden und Vertretung vor Gericht
- im Todesfall

Die Vorsorgevollmacht tritt erst dann in Kraft, wenn Sie diese Aufgaben nicht mehr selbst erledigen können.

Beachten sollte man, dass die Vorsorgevollmacht in der Regel über den Tod hinaus gilt. Sie endet nicht, wenn die Person stirbt, sondern muss zunächst durch Erben widerrufen werden. Solange kann ein Bevollmächtigter im Sinne der Vorsorgevollmacht handeln. Deshalb sollte die Person auch in seiner Vorsorgevollmacht genau festlegen, welche Regelungen sie für den Todesfall trifft.

Ein Formular zur Vorsorgevollmacht finden Sie als Download auf der Website des BMJV.
<https://www.bmjv.de/SharedDocs/Downloads/DE/Service/Formulare/Vorsorgevollmacht.html>

Patientenverfügung

Die Patientenverfügung dokumentiert, wie ein Bevollmächtigter im Sinne des Patienten in gesundheitlichen Angelegenheiten handeln soll, beziehungsweise welche Maßnahmen er veranlassen soll. Es ist ratsam, die Patientenverfügung entweder mit einer Vorsorgevollmacht oder mit einer Betreuungsverfügung zu ergänzen.

Die Patientenverfügung ist für den Bevollmächtigten oder den Betreuer verbindlich. Auch die behandelnden Ärzte müssen sich nach dem Willen des Patienten richten.

Folgendes sollten Sie dabei beachten:

- Eine Patientenverfügung muss schriftlich erstellt werden und auch die Unterschrift des Patienten tragen.
- Die Wünsche sollte der Verfasser der Patientenverfügung möglichst genau beschreiben. Ein paar vage Angaben reichen in der Regel nicht aus.
- Die Patientenverfügung sollte einfach zugänglich sein, damit sie im Ernstfall leicht gefunden werden kann.

Das BMJV bietet auf seiner Internetseite Textbausteine für die Patientenverfügung an:
http://www.bmjv.de/SharedDocs/Downloads/DE/Service/Formulare/Patientenverfuegung_Textbausteine_pdf.pdf?__blob=publicationFile&v=8

Denken Sie auch an sich

Nicht den Mut verlieren. Am Anfang einer plötzlichen Pflegesituation kommen die Probleme mit Wucht und man hat den Eindruck, dass alles auf einmal erledigt werden muss. Meist pendelt sich aber alles nach rund zwei Monaten ein. Wichtig ist, sich selber genügend Pausen bzw. Auszeiten zu nehmen. Stellt sich aber heraus, dass Sie mit der Pflege des Angehörigen überfordert sind, sollten Sie nicht zögern, eine Beratungsstelle aufzusuchen.