

„Checkliste“ Pflegebedürftigkeit

Pflegebedürftigkeit kann schleichend auftreten oder plötzlich, wie bei einem Schlaganfall. Pflegebedürftig zu sein bedeutet, sich nicht mehr selbständig versorgen zu können und auf die Hilfe anderer Menschen angewiesen zu sein. Bei der Organisation von Pflege geht es um mehr als Anträge und Geld. Auch menschlich sind alle Betroffenen gefordert. Rechtzeitige Auseinandersetzung mit der Thematik kann die anstehenden Entscheidungen erleichtern.

In dieser Checkliste sind beispielhaft die grundlegenden Aspekte benannt, die es zu bedenken gilt. Natürlich treten im Einzelfall zusätzliche oder andere Fragen auf. Auch sind die Strukturen im Pflege-, Gesundheits- und Sozialbereich schwer durchschaubar und ändern sich immer wieder.

Hier hilft Ihnen der **Pflegestützpunkt Nürnberg** schnell und unkompliziert und lotst durch den „Dschungel“ der Angebote. Auch bei Fragen im Vorfeld von Pflege und zu Hilfen im Alter erhalten Sie kompetenten, neutralen Rat. Träger des Pflegestützpunktes sind die gesetzlichen Kranken- und Pflegekassen gemeinsam mit der Stadt Nürnberg/Seniorenamt.

Was können Sie im Vorfeld tun?

- Bitte überlegen Sie, wie Sie im Falle einer Pflegebedürftigkeit versorgt werden möchten, und notieren Sie Ihre Vorstellungen.
- Tauschen Sie sich mit Ihren Angehörigen bzw. Bezugspersonen darüber aus.
- Erstellen Sie eine Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung oder Betreuungsverfügung.
- Sorgen Sie, wenn möglich, für eine altengerechte Wohnung mit schwellenfreiem Zugang.

Sind im Krankheitsfall schon alle medizinischen Möglichkeiten genutzt?

Folgende Fragen sollten Sie mit dem behandelnden Arzt klären:

- Sind die medizinischen Behandlungsmöglichkeiten ausgeschöpft?
- Kann Rehabilitation in einer Klinik oder Einrichtung zu Verbesserungen führen?
- Ist Rehabilitation zuhause angebracht (z.B. Krankengymnastik, Logopädie)?

Was ist bei der Pflege zuhause zu bedenken?

- Die Wünsche des zu pflegenden Menschen und deren Grenzen sind zu bedenken.
- Pflegebedürftiger und Bezugspersonen sollten sich über die Art der Versorgung verständigen und einigen.
- Art und zeitlicher Aufwand der täglichen Pflege und Betreuung sind bei der Planung zu berücksichtigen.
- Es ist zu prüfen, ob die Wohnung den Pflegebedürfnissen angepasst werden kann.
- Eventuell ist eine Person aus dem persönlichen Umfeld bereit, die Pflege zu übernehmen. Idealerweise verfügt sie über ausreichendes pflegerisches Wissen.
- Überlegen Sie, ob weitere Personen eingebunden werden können, beispielsweise zur Hilfe bei alltäglichen Verrichtungen.

Welche Unterstützung ist bei der Pflege zuhause möglich?

- Sie können individuelle Pflegeberatung vor Ort anfordern (über einen ambulanten Dienst, finanziert von der Pflegekasse).
- Die Pflegeperson kann einen Pflegekurs besuchen, um ihre Kenntnisse zu erweitern.
- Sie können einen Pflegedienst beauftragen, der Leistungen übernimmt wie Grundpflege (Körperpflege, Ernährung, Mobilität), Behandlungspflege (medizinische Verordnungen) oder hauswirtschaftliche Versorgung.

- Sie können ergänzende Hilfen in Anspruch nehmen wie Hausnotruf, Essen auf Rädern, Einkaufs-Lieferdienst oder Fahrdienst.
- Sie können durch speziell geschulte Helfer entlastet werden, die Menschen mit demenziellen Erkrankungen zuhause betreuen.
- Sie können ehrenamtliche Helfer eines ambulanten Hospizdienstes anfordern, die schwerkranken Menschen in der letzten Lebensphase zuhause begleiten.

Durch welche Rahmenbedingungen können Sie sich die Pflege erleichtern?

- Es gibt vielfältige Hilfsmittel für den Dauergebrauch (wie Gehwagen, Toilettensitz-Erhöhung, Wannenlifter) und den Einmalgebrauch (wie Inkontinenz Produkte).
- Mit Wohnungsanpassung lassen sich manche Probleme beseitigen (z. B. durch Abbau von Stolperfallen, Ersetzen von Wanne durch Dusche, Verbreiterung von Türen).

Sind die finanziellen Mittel ausreichend, um die erforderliche Pflege zu finanzieren?

- Wenn Sie professionelle Hilfe in Anspruch nehmen, ist meist eine Eigenbeteiligung erforderlich. Sie müssen die Höhe dieser Ausgaben kennen, z. B. durch Kostenvoranschläge.
- Die Pflegeversicherung unterstützt finanziell. Stellen Sie einen Antrag auf Pflegeeinstufung bei der zuständigen Pflegekasse.
- Bereiten Sie sich auf die Begutachtung vor.
- Bei geringem Einkommen kann Unterstützung beim Bezirk beantragt werden.

Sie pflegen einen Angehörigen. Wie können Sie einer Überforderung gegensteuern?

- Bitte achten Sie auf die Grenzen Ihrer eigenen Belastbarkeit. Holen Sie sich rechtzeitig Unterstützung.
- Nutzen Sie die Kurzzeitpflege, die dem pflegebedürftigen Menschen zusteht. Er wird einige Wochen im Jahr in einem Heim adäquat versorgt, und Sie können Kraft schöpfen.
- Sollten Sie krank sein oder einen wichtigen Termin haben, können Sie „Verhinderungspflege“ auch zuhause in Anspruch nehmen, z.B. durch Versorgung von einem Pflegedienst.
- Tagespflege-Einrichtungen betreuen und versorgen Ihren Angehörigen tagsüber, abends ist er wieder zuhause.
- In einer Betroffenen-Gruppe können Sie Ihre Erfahrungen anderen pflegenden Angehörigen austauschen.

Was ist zu tun, wenn die Pflege zuhause nicht mehr zu schaffen ist?

- Informieren Sie sich über Pflegeheime, deren Leistungen und Preise. Sehen Sie sich Heime an und machen sich ein eigenes Bild.
- Wenn die Aufnahme zeitnah erfolgen soll, informieren Sie sich über freie Heimplätze.
- Treffen Sie gemeinsam die Entscheidung für eine bestimmte Einrichtung. Beachten Sie dabei krankheitsbedingte Erfordernisse und Vorstellungen des Betroffenen.
- Wenn mit schwerer Erkrankung die letzte Lebensphase bevorsteht und eine adäquate Versorgung zuhause schwer wird, wenden Sie sich an ein stationäres Hospiz.

Pflegestützpunkt Nürnberg

im Heilig-Geist-Haus/ Seniorenrathaus * Hans-Sachs-Platz 2 * 90403 Nürnberg
 Öffnungszeiten: Mo, Di, Do 8:30 - 15:30 Uhr, Mi 8:30 – 18:00 Uhr, Fr 8:30 - 12:30 Uhr
 Tel. 0911 53 989 53 * Fax 0911 801 66 26 * Mail: info@pflugestuetzpunkt.nuernberg.de

Träger des Pflegestützpunktes Nürnberg: Stadt Nürnberg sowie gesetzliche Kranken- und Pflegekassen
 Zusammenarbeit mit Angehörigenberatung e.V., Sozialamt der Stadt Nürnberg und Bezirk Mittelfranken
 Partner: AWO, BRK, Caritas, Der Paritätische, Diakonie, NürnbergStift.

