

Leben im Alter

Ein Wegweiser für Senioren
und ihre Angehörigen



Leben im Alter

Ein Wegweiser für Senioren
und ihre Angehörigen

Impressum

Herausgeber:

Arbeiter-Samariter-Bund Deutschland e.V.
Stülzburgstraße 140
50937 Köln

Telefon: 02 21 / 4 76 05-0

Telefax: 02 21 / 4 76 05-288

Internet: www.asb.de

E-Mail: asb-bv@asb.de

Konzeption und Text:

Ursula Heinzen, Gabriele Osing,
Abteilung Soziale Dienste

Gisela Graw, Dorothee Mennicken,
Stabstelle Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Fotos:

Titelfoto: S. Oerder

AOK Mediendienst: S.17

ASB Ulm: S.14

Bilderbox: S.4

W. Krüper: S.23, 29

S. Oerder: S.6, 7, 13

A. Ott: S.15

H. Sachs: S.12, 16, 22, 24, 25, 26, 27, 28

H. Steltner: S.10,

F. Zanettini: S.8, 11, 13, 18, 19, 20

Gestaltung:

Absolut Designhaus, Siegburg

Druck:

Grietsch & Rochol, Hamm

Inhalt

| | | | |
|--|----|---|----|
| Vorwort | 5 | Pflege und Betreuung | 20 |
| Bewusst leben | 6 | Grundpflege | 21 |
| Im Ruhestand aktiv | 8 | Behandlungspflege | 21 |
| Bewegung hält jung | 9 | Verhinderungspflege | 21 |
| Gesundheit und Ernährung im Alter | 9 | Kurzzeitpflege | 22 |
| Alt und Jung profitieren voneinander | 10 | Tagespflege | 22 |
| Es gibt viel zu tun | 10 | Unterstützung durch Kurse und Schulungen | 23 |
| Wohnen im Alter | 11 | Gesprächskreise und Selbsthilfegruppen | 23 |
| Die Wohnberatung | 12 | Diagnose Demenz | 24 |
| Das Hausnotrufsystem | 12 | Beratung, Unterstützung und Pflege | 25 |
| Das Betreute Wohnen | 13 | Selbsthilfe-, Beratungs- und Betreuungsgruppen | 25 |
| Alten- und Pflegeeinrichtungen | 13 | Tagespflege und Altenpflegeheime | 26 |
| Hausgemeinschaften | 14 | Am Ende des Lebens | 27 |
| Hilfe im Alltag | 15 | Schmerzmedizin | 28 |
| Unterstützung im Haushalt | 15 | Stationäre Hospize und ambulante Hospizdienste | 28 |
| Die Mahlzeitendienste | 16 | Beratung | 28 |
| Die Fahr- und Begleitdienste | 16 | Patientenverfügung | 29 |
| Nach dem Krankenhausaufenthalt | 17 | Merkblätter | |
| Die Anschlussrehabilitation | 17 | Antrag auf Pflegebedürftigkeit | 30 |
| Beratung zur Pflege | 18 | Pflege tagebuch | 32 |
| Heilmittel | 18 | Widerspruch gegen den Pflegebescheid | 34 |
| Haushaltshilfe | 19 | Die Leistungen der Pflegeversicherung im Überblick | 36 |
| Hilfsmittel | 19 | Ansprechpartner in der häuslichen Pflege | 39 |



„Alter ist nichts für Feiglinge“,

sagte vor knapp zweihundert Jahren der königlich-preußische Leibarzt Christoph Wilhelm Hufeland. Altern verlangt den Mut „Ja“ zum Alter zu sagen und sich nicht aus dem aktiven Leben drängen zu lassen. Altern bedeutet auch, persönliche Einstellungen kritisch zu überprüfen und gegebenenfalls seine Meinung zu ändern, sich an Neues zu wagen, dabei eigene Grenzen anzuerkennen und verbliebene Möglichkeiten zu nutzen.

Die Chancen, das Alter positiv zu gestalten, sind umso größer, je früher man sich mit dieser Lebensphase befasst. Wer in jungen Jahren gesund lebt und sich viel bewegt, wer den Familien- und Freundeskreis pflegt, hat größere Chancen, auch im Alter fit zu bleiben und ein erfülltes Leben zu führen. Wer ein positives Bild vom Altern hat, der lebt im Durchschnitt deutlich länger als jemand mit negativem Altersbild.

Allerdings ist die wachsende Zahl alter und sehr alter Menschen eine Herausforderung für die Gesellschaft und für jeden Einzelnen von uns. Das Bild vom alten Menschen ist so negativ wie nie zuvor. Die Politik ist gefordert, neue Lösungen zu finden für den Ausgleich zwischen den Generationen, für alternde Arbeitnehmer in Betrieben, ungesicherte Renten und eine zunehmende Anzahl von Pflegebedürftigen.

Die vorliegende Broschüre gibt Tipps für ein selbstbestimmtes Leben im Alter und bietet einen Überblick über bestehende Möglichkeiten der Hilfe und Unterstützung für Senioren und ihre Angehörigen.



Bewusst leben

Hohes Alter bedeutet nicht zwangsläufig Hinfälligkeit und Pflegebedürftigkeit. Wir altern heute vielfach bei besserer Gesundheit und oft mit einer höheren Bildung als frühere Generationen. Senioren von heute besitzen ein reiches Erfahrungswissen, das sie weitergeben möchten. Kreativität und Freude an neuen Erfahrungen sind auch jenseits des Rentenalters anzutreffen.

Ein 60-jähriger ist heute biologisch im Schnitt fünf bis sechs Jahre jünger als ein Mann gleichen Alters vor 30 Jahren. Im Durchschnitt kann er mit noch fast 20 weiteren Lebensjahren rechnen; eine gleichaltrige Frau hat statistisch noch über 23 Lebensjahre vor sich.

Dennoch, je älter die Menschen werden, umso häufiger sind sie von Hilfe- und Pflegebedürftigkeit betroffen. Die Hilfe und Unterstützung im privaten Bereich ist zwar nach wie vor enorm. Aber wir können uns nicht einfach darauf verlassen, dass die fürsorgende Kraft der Familien auch in Zukunft genügen wird. Die Pflege eines schwerkranken Menschen kann die Angehörigen an die Grenzen der eigenen Belastbarkeit führen und darüber hinaus.

Der Arbeiter-Samariter-Bund betrachtet es deswegen als seine zentrale Aufgabe in den kommenden Jahren, kreative Lösungen zu entwickeln, um alten und pflegebedürftigen Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Die vielfältigen Beratungs- und Begegnungsangebote des ASB tragen schon jetzt dazu bei, die familiären Unterstützungssysteme zu entlasten.

Tipp

Informieren Sie sich über die Angebote des ASB zur Altenhilfe im Internet unter www.asb.de oder bei der ASB-Geschäftsstelle Ihrer Nähe.





Im Ruhestand aktiv

Der Renteneintritt bedeutet für viele Menschen, dass sie Stress und berufliche Verpflichtungen endlich hinter sich lassen können. Die Freiheit zur Gestaltung dieser neuen Lebensphase ist mit der Herausforderung verbunden, die gewonnene Zeit sinnvoll zu nutzen.

Lebensqualität im Alter ist nicht nur eine Frage der Gesundheit oder der Wohn- und Einkommenssituation. Sie hängt wesentlich ab von der Qualität persönlicher

Beziehungen und von den Möglichkeiten, sich seinen Fähigkeiten und Interessen entsprechend zu beschäftigen. Mehr als durch das Alter fühlen sich Menschen oft durch

Tipp

In den Senioren- bzw. Bürgerbüros der Kommunalverwaltungen erhalten Sie Informationen zu den Möglichkeiten der kulturellen und geselligen Begegnung, zur gesundheitlichen Prävention oder über Gesprächs- und Selbsthilfegruppen.

gemeinsame Interessen und Erfahrungen miteinander verbunden. Wer zusammen mit anderen ein neues Hobby entdeckt oder alte Interessengebiete neu belebt, hat Freude am Leben.

Gleichgesinnte finden sich beispielsweise in Sport- oder Kulturvereinen, Seniorenzentren und Gesprächsgruppen. Angebote wie Alten-

begegnungsstätten, -klubs oder Freizeit-, Bildungs- und Kontaktangebote haben auch im Arbeiter-Samariter-Bund eine lange Tradition.

Bewegung hält jung

Mit sportlicher Betätigung kann auch im Alter viel erreicht werden. Gerade alte Menschen profitieren von regelmäßiger Bewegung. Inzwischen stellen sich immer mehr Sport- und Gesundheitszentren auf Senioren mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes oder Bewegungseinschränkungen ein.

Geschulte Betreuer achten darauf, dass das Training dem jeweiligen Gesundheitszustand und den individuellen Bedürfnissen angepasst ist. Auch im hohen Alter wirkt sich Bewegung positiv auf das Herz-Kreislauf-System aus. Die Muskulatur wird wieder aufgebaut und der Gleichgewichtssinn trainiert. Das ist ein optimaler Schutz vor Knochenbrüchen.

Gesundheit und Ernährung im Alter

Mit zunehmendem Alter braucht der Körper weniger Energie. Das heißt: weniger Kalorien, dafür mehr Vitamine und Mineralstoffe. Der individuelle Bedarf kann dabei sehr unterschiedlich sein. Krankheiten, die Wirkung von Medikamenten oder sportliche Betätigung können den Energiebedarf beeinflussen. Ernährungsberater und Diätassistenten helfen dabei, einen individuellen Ernährungsplan zusammenzustellen.

Tipp

Speziell für Senioren bieten beispielsweise die Verbraucherzentralen oder Volkshochschulen Kurse rund um das Thema „Ernährung im Alter“ an.

Alt und Jung profitieren voneinander

Der Arbeiter-Samariter-Bund arbeitet in vielen Städten und Gemeinden an neuen Möglichkeiten des Miteinanders der Generationen. Dabei geht es darum, alte oder



gebrechliche Menschen mit ihren Fähigkeiten und ihren Bedürfnissen als wichtigen Teil unserer Gesellschaft anzuerkennen. Ein Beispiel dafür sind die sogenannten Mehrgenerationenhäuser. Hier arbeiten alte und junge Menschen, ehrenamtlich Engagierte und ausgebildete Betreuer zusammen und unterstützen sich gegenseitig. Jeder setzt seine Fähigkeiten da ein, wo sie gebraucht werden: Senioren betreuen die Kinder berufstätiger Eltern, Jugendliche übernehmen den Einkauf für ältere Menschen, andere geben Computerkurse für Senioren.

Mehrgenerationenhäuser sind eine neue Form der Begegnung, in denen die Erfahrung älterer Menschen ebenso geschätzt wird wie die praktische Unterstützung der Jungen.

Es gibt viel zu tun

Immer mehr ältere Menschen entdecken, wie bereichernd eine ehrenamtliche Aufgabe sein kann. Sie engagieren sich in Projekten für Kinder und Jugendliche, z.B. für lernschwache Schüler, zur Sprachförderung bei Kindern mit Migrationshintergrund oder helfen bei der Suche nach einer Lehrstelle. Erfahrene Senioren finden manchmal einen einfacheren Zugang zu jungen Menschen in schwierigen Situationen als deren Eltern.

Tipp

Zahlreiche Ehrenamtsbörsen informieren über die Möglichkeiten ehrenamtlicher Arbeit.

Auch bei der Betreuung und Begleitung von Pflegebedürftigen oder Menschen mit einer demenziellen Erkrankung können freiwillig tätige Senioren eine wichtige Hilfe für die Angehörigen sein. Ältere Menschen haben die nötige Erfahrung, das Wissen und die Gelassenheit, um in vielen gesellschaftlichen Bereichen wertvolle Unterstützung geben zu können.



Wohnen im Alter

Im eigenen Zuhause, umgeben von den eigenen Möbeln und lieb gewordenen Erinnerungsstücken, fühlen sich die meisten Menschen am wohlsten. Auch wenn Hilfe und Pflege notwendig werden, wünschen sie sich, in ihren eigenen vier Wänden zu bleiben. Niemand verlässt seine Wohnung gerne, um beispielsweise in ein Pflegeheim umzuziehen. Manchmal reichen jedoch schon ein paar Veränderungen oder Hilfen aus, damit Senioren trotz erster gesundheitlicher Einschränkungen länger in ihrem Zuhause bleiben können.

Die Wohnberatung

Oftmals sind es schon Kleinigkeiten, die das selbstständige Wohnen erleichtern, z.B. das Umstellen der Möbel, Entfernen von Stolperfallen wie Läufer oder Teppichecken, neue Haltegriffe im Bad oder in der Küche ein Arbeitsplatz zum Sitzen. Die Wohnberatung ist ein praktischer Service, den der ASB in vielen Regionen kostenlos anbietet. Sie hilft bei allen Fragen zum sicheren und bequemen Wohnen im Alter. Diese Veränderungsmöglichkeiten werden in der Wohnung besprochen. Auch die Kommunen bieten häufig solche Beratungen an. Sie sind in der Regel ebenfalls kostenlos.

Tipp

Die Wohnberatungsstellen helfen auch bei der Planung und Durchführung eines Umbaus. Muss beispielsweise ein Badezimmer verändert werden, geben die Beratungsstellen auch Tipps zur Finanzierung, vermitteln einen Handwerker und begleiten die Renovierung.



Das Hausnotrufsystem

Besonders allein lebende alte Menschen wollen sicher sein, dass ihnen im Notfall schnell geholfen wird. Dafür gibt es den Hausnotrufdienst. Dabei wird ein Hausnotrufgerät an das private Telefon angeschlossen. Ein Handsender wird entweder als Halskette oder als Armband ständig am Körper getragen. Stürzt ein alter Mensch in seiner Wohnung, kann er mit diesem Handsender Alarm auslösen. Die Mitarbeiter in der Hausnotrufzentrale empfangen das Signal und melden sich sofort über das Hausnotrufgerät, das dafür einen kleinen Lautsprecher und ein Mikrofon hat. Bei Bedarf wird entweder der Pflegedienst oder ein Angehöriger verständigt oder der Notarzt alarmiert.

Tipp

Der ASB bietet bundesweit in rund 150 Regionen einen Hausnotrufdienst an.

Damit die Helfer problemlos in die Wohnung kommen, kann der Schlüssel hinterlegt werden. Zusätzlich gibt es die Möglichkeit, auch Einbruchsicherungen, Alarmanlagen oder Rauchmelder an das Notrufgerät anzuschließen. Ein tägliches „Alles-in-Ordnung-Signal“ gibt zusätzliche Sicherheit. Es wird vom Kunden jeden Tag an die Zentrale geschickt. Bleibt das Signal einmal aus, wird automatisch ein Alarm ausgelöst. Es ist auch möglich, nur vorübergehend einen Anschluss an den Hausnotrufdienst einzurichten, beispielsweise während des Urlaubs der Angehörigen.

Das Betreute Wohnen

In der eigenen Wohnung leben, bei Bedarf mit Betreuung rund um die Uhr: Viele ältere Menschen mit einer Behinderung oder Erkrankung nutzen diese Möglichkeit des Betreuten Wohnens. Der ASB bietet es in vielen Städten und auch in ländlichen Gegenden an.



Die Bewohner leben in Miet- oder Eigentumswohnungen, die speziell auf die Bedürfnisse und Wünsche älterer Menschen, auch Rollstuhlfahrer, zugeschnitten sind. Sie bekommen so viel Unterstützung, wie sie brauchen, etwa bei der Körperpflege oder beim Einkaufen. Und sie haben die Gewissheit, dass sie rund um die Uhr jemanden erreichen können. Dazu gibt es ausgebildete Betreuerinnen und Betreuer, einen Wäsche- und Einkaufsservice sowie weitere hauswirtschaftliche Hilfen. Und wer möchte, kann an regelmäßigen Freizeitaktivitäten teilnehmen, die in den meisten Fällen zum Angebot des Betreuten Wohnens gehören.

Alten- und Pflegeeinrichtungen

Der Arbeiter-Samariter-Bund unterstützt alte und pflegebedürftige Menschen in ihrem Wunsch, selbstständig in der eigenen Wohnung und der vertrauten Umgebung zu leben. Wenn sie es wegen einer Krankheit oder Behinderung jedoch nicht mehr schaffen, sich selbst zu versorgen, können sie sich entscheiden, in ein Alten- und Pflegeheim umzuziehen. Dort werden sie professionell gepflegt und sie bekommen eine individuelle und persönliche Betreuung.

Viele Einrichtungen spezialisieren sich inzwischen auf die Bedürfnisse ihrer Bewohner, wie etwa auf Menschen mit einer Demenzerkrankung, Patienten



mit starken Bewegungseinschränkungen oder Menschen, die im Wachkoma liegen. Auch hier stehen das individuelle Wohnen sowie die persönliche Betreuung im Vordergrund.

In den letzten Jahren wurden aus den großen, häufig etwas unpersönlichen Großeinrichtungen immer kleinere, überschaubare Heime mit 60 bis 80 Plätzen. Es bilden sich kleinere Wohn- und Pflegegruppen. So ist es möglich, auf die Bedürfnisse alter Menschen besser Rücksicht zu nehmen und ihre verbliebenen Fähigkeiten zu fördern.



Hausgemeinschaften

Gerade für Menschen mit einer Demenzerkrankung ist ein angenehmes, vertrautes Wohnumfeld mit einer regelmäßigen Tagesstruktur von entscheidender Bedeutung. Sie brauchen auch in einer Pflegeeinrichtung Vertrautheit, Kommunikation, Aktivität und menschliche Nähe. Darum können Hausgemeinschaften für ältere und verwirrte Menschen eine gute Alternative zum Wohnen in traditionellen Pflegeheimen sein. Sie bestehen aus konstanten Gruppen von acht bis zwölf Bewohnern.

Als zentraler Lebens- und Kommunikationsraum dienen meist große Wohnräume mit Küche, in denen sich die Bewohner treffen und gemeinsam essen können. Die alten Menschen werden so weit wie möglich in die tägliche Routine mit einbezogen. Sie helfen in der Küche, beim Tisch decken oder aufräumen. Dadurch werden sie an Gewohntes aus ihrem Leben erinnert und verloren geglaubte Fähigkeiten werden neu belebt.



Hilfe im Alltag

Im Alter lassen die körperlichen Kräfte und Fähigkeiten langsam nach. Es wird schwerer, den Alltag alleine zu bewältigen. Tägliche Aufgaben werden zunehmend anstrengender und dadurch als belastend empfunden. Damit sich Senioren so lange wie möglich selbst versorgen und in ihrem vertrauten Zuhause bleiben können, brauchen sie in ihrem Alltag die für sie passende Hilfe.

Unterstützung im Haushalt

Die tägliche Hausarbeit ist für viele alte Menschen zu schwer und kann sogar zu gefährlichen Situationen führen. Der Arbeiter-Samariter-Bund bietet praktische Hilfen beim Putzen oder Waschen, beim Einkaufen oder bei kleineren handwerklichen Reparaturen. Die Arbeiten erledigen vielerorts engagierte Zivildienstleistende, die von Fachkräften angeleitet und unterstützt werden. Sie helfen beispielsweise auch beim

Aufhängen der Gardinen oder bei der Gartenarbeit und begleiten alte Menschen, die sich alleine unsicher fühlen, auf Spaziergängen oder zum Einkaufen.



Die Mahlzeitendienste

Für einen alten Menschen kann es eine große Entlastung sein, nicht mehr jeden Tag selbst kochen zu müssen. Dafür gibt es die Mahlzeitendienste des Arbeiter-Samariter-Bundes. Sie liefern frisch gekochtes Essen direkt ins Haus. Dieser Service steht auf Wunsch entweder jeden Tag, nur einige Tage in der Woche oder für einen begrenzten Zeitraum zur Verfügung.

Die Fahr- und Begleitdienste

Mobilität ist auch für Menschen mit schweren Behinderungen wichtig. Die Fahr- und Begleitdienste machen es ihnen möglich, am öffentlichen Leben teilzunehmen. Zu den Leistungen des Fahrdienstes gehört, dass die Nutzerinnen und Nutzer direkt von zu

Tipp

Zivildienstleistende, Mahlzeitservice und Fahrdienste können den Alltag erheblich erleichtern. Informationen dazu gibt es z.B. bundesweit bei allen ASB-Geschäftsstellen sowie in den Beratungszentren der Städte und Gemeinden.

Hause abgeholt, auf Wunsch begleitet und wieder nach Hause zurückgebracht werden. Die Regelungen zur Kostenübernahme sind regional unterschiedlich.



Nach dem Krankenhaus

Besonders nach schweren Krankheiten oder Unfällen brauchen ältere, vor allem allein lebende Menschen intensive Unterstützung, wenn sie aus dem Krankenhaus entlassen werden. Der soziale Dienst im Krankenhaus ist der erste Ansprechpartner, bevor es wieder nach Hause geht. Er berät die Patienten und ihre Angehörigen, die oft nicht genau wissen, welche Pflegeleistungen oder Hilfen sie benötigen und wo sie sie bekommen.

Die Anschlussrehabilitation

Nach Operationen oder schweren Erkrankungen ist manchmal eine besondere Anschlussbehandlung notwendig. Diese kann in einigen Fällen von einem ambulanten Rehabilitationszentrum in der Nähe des Wohnortes erbracht werden. Von Vorteil ist dabei, dass die Patienten nach dem Krankenhausaufenthalt wieder in ihre gewohnte familiäre Umgebung zurückkehren können. Die Kosten für diese Anschlussrehabilitation werden meist nach Antragstellung durch das Krankenhaus und Prüfung der medizinischen Notwendigkeit abzüglich der gesetzlichen Eigenanteile von den Krankenkassen übernommen.

Beratung zur Pflege

Bei Bedarf berät der ASB-Pflegedienst die Pflegebedürftigen und ihre Angehörigen schon vor der Krankenhauserlassung. Er ermittelt gemeinsam mit ihnen den Unterstützungsbedarf und übernimmt die Planung der häuslichen Pflege sowie die Vermittlung notwendiger Hilfsmittel. In einigen Städten und Gemeinden hat der



ASB Vereinbarungen mit den örtlichen Krankenhäusern, die eine Zusammenarbeit zwischen Krankenhaus und Pflegedienst erleichtern. Auch kleine Schulungseinheiten für die Angehörigen zu den Grundlagen der Pflege können bereits im Krankenhaus erfolgen und durch weitere Schulungen später ergänzt werden.

Tipp

Die ASB-Pflegedienste beraten die Betroffenen und ihre Angehörigen ausführlich über die notwendigen Pflegemaßnahmen und mögliche Hilfen im Alltag.

Heilmittel

Dazu gehören Krankengymnastik, Ergotherapie oder Logopädie. Sie werden vom Arzt verordnet. Diese Maßnahmen können wichtig sein, damit Patienten nach einem Krankenhausaufenthalt möglichst viele Fähigkeiten behalten oder ihre Selbstständigkeit wiedergewinnen. Der Versicherte muss einen Eigenanteil zahlen, sofern er davon nicht befreit ist.

Haushaltshilfe

Einige Krankenkassen übernehmen die Kosten für eine Haushaltshilfe, wenn die Weiterführung des Haushalts beispielsweise während oder nach einer Krankenhausbehandlung nicht sichergestellt ist. Die Haushaltshilfe wird entweder von der Krankenkasse gestellt oder die Versicherten können z.B. über den ASB eine Haushaltshilfe anstellen oder eine Privatperson beschäftigen. Ein Anspruch darauf besteht jedoch nicht. Informationen dazu gibt es bei den Krankenkassen.



Hilfsmittel

Nach einem Krankenhausaufenthalt sind manchmal höhenverstellbare Betten, Toilettensitzerhöhungen oder Badewannenlifter eine Erleichterung bei der Pflege. Sie werden vom Arzt, dem Krankenhaus bzw. der Rehabilitationsklinik verordnet. Diese Verordnung muss von der Kranken- oder Pflegekasse genehmigt werden.

Damit Hilfsmittel zur Pflege, wie Pflegebetten und Zubehör oder zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel wie Bettschutzeinlagen, von der Pflegekasse bezahlt werden können, muss der Medizinische Dienst der Krankenkassen (MDK) zunächst feststellen, ob eine Pflegestufe vorliegt.

Tipp

Viele Hilfsmittel können bei Pflegediensten oder Sanitätshäusern für einen begrenzten Zeitraum ausgeliehen werden.



Pflege und Betreuung

Wird ein Angehöriger pflegebedürftig, sind viele Familien zunächst ratlos: Was kommt auf uns zu? Was müssen wir beachten? Wie pflegen wir richtig? Bei allen diesen Fragen ist der ASB-Pflegedienst der richtige Ansprechpartner. Er berät die Pflegebedürftigen und ihre Angehörigen. Gemeinsam wird zunächst der persönliche Pflegebedarf geklärt. Die Planung und Vermittlung der häuslichen Pflege übernimmt dann auf Wunsch der Pflegedienst.

Die Kosten für einen ambulanten Pflegedienst, der die Pflegebedürftigen zu Hause versorgt, werden bis zu einem gewissen Umfang von der Pflegeversicherung übernommen. Die Dienste leisten je nach Bedarf Grundpflege und/oder Behandlungspflege auf ärztliche Anordnung. Selbst sogenannte hauswirtschaftliche Versorgungsleistungen gehören im Rahmen der Pflegeversicherung zu den Angeboten.

Die ASB-Pflegedienste beraten ausführlich über die Möglichkeiten der Pflege und Betreuung sowie über Leistungsansprüche. Grundsätzlich ist auch die Pflegekasse verpflichtet, die Versicherten ausführlich zu beraten und mit allen Informationen zu Leistungen und Leistungsansprüchen zu versorgen.

Tip

Informationen zu den Leistungen der Pflegeversicherung finden Sie im Anhang.

Grundpflege

Darunter versteht man die Hilfe beim Aufstehen und Zubettgehen, bei der Körperpflege oder beim Essen. Darüber hinaus unterstützen die Pflegedienste im Haushalt, z.B. beim Wäsche waschen, Geschirr spülen oder Kochen. Alle Leistungen werden mit den Angehörigen abgesprochen und in einem schriftlichen Pflegevertrag festgelegt. Darin steht auch, welche Kosten anfallen und welchen Anteil davon die Pflegekasse übernimmt. Gemeinsam mit den Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen legen die Pflegekräfte die Termine und den Umfang der Leistungen fest. Beides richtet sich nach dem individuellen Bedarf an Pflege und dem gewohnten Tagesablauf.

Behandlungspflege

Ergänzend zu einer ärztlichen Behandlung im Krankheitsfall wird von ambulanten Pflegediensten diese Pflegeform angeboten. Sie beinhaltet z.B. die Versorgung von Wunden den Wechsel von Verbänden, das Setzen von Spritzen oder andere, vom Arzt verordnete medizinisch notwendige Maßnahmen. Die Kosten können von der Krankenkasse übernommen werden, sofern der behandelnde Arzt eine entsprechende Verordnung ausgestellt und die Krankenkasse die Leistung genehmigt hat. Bei der Antragstellung sind die ASB-Pflegedienste gerne behilflich.

Verhinderungspflege

Wenn die Angehörigen für einen begrenzten Zeitraum selbst nicht pflegen können, übernehmen die Pflegedienste im Rahmen der Verhinderungspflege die Versorgung der

Patienten. Die Pflegekasse übernimmt die Kosten für diesen Ersatz, jedoch für längstens vier Wochen je Kalenderjahr. Voraussetzung ist, dass die Pflege zu Hause schon seit mindestens sechs Monaten geleistet wird. Die Kosten für die Verhinderungspflege dürfen einen Betrag von 1.470 Euro im Kalenderjahr nicht übersteigen.

Kurzzeitpflege

In vielen Pflegeeinrichtungen gibt es inzwischen solche Kurzzeitpflegeplätze. Diese Angebote richten sich an pflegebedürftige Menschen, die in ihrem eigenen Zuhause vorübergehend nicht betreut werden können. Sie haben die Möglichkeit, zeitlich befristet in einem Alten- oder Pflegeheim versorgt zu werden. Bei Pflegebedürftigen, die Leistungen aus der Pflegeversicherung bekommen, beschränkt sich der Anspruch auf Kurzzeitpflege auf vier Wochen pro Kalenderjahr. Die Pflegekasse übernimmt die Kosten bis zu dem Gesamtbetrag von 1.470 Euro pro Kalenderjahr.



Tipp

Durch die neuen Pflege-Gesetzgebung wird die Finanzierung der Tagespflege deutlich verbessert. Es ist nun eine Verknüpfung mit dem Leistungsanspruch in der Häuslichen Pflege möglich.

Tagespflege

Hier wird die Pflege zu Hause mit der regelmäßigen Betreuung in einer speziellen Tagespflegestelle kombiniert. So können Angehörige entweder arbeiten, Einkäufe erledigen oder für einige Stunden Kraft schöpfen. Tagsüber, in der Regel zwischen acht und 17 Uhr, ist der pflegebedürftige alte Mensch in der Tagespflegereinrichtung. Bei Bedarf wird er morgens abgeholt und später wieder zurückgebracht.

In den meisten Einrichtungen gibt es Frühstück, Mittagessen und Nachmittagskaffee. Die Betreuerinnen und Betreuer sind professionell ausgebildet, sodass sie auch verordnete Medikamente verabreichen, Verbände wechseln oder Spritzen setzen. Ein wichtiger Aspekt der Tagespflege ist auch der regelmäßige Kontakt zu anderen

Senioren und die Anregung beispielsweise durch gezieltes Gedächtnistraining oder Koordinationsübungen. Darüber hinaus wird gemeinsam gebacken oder gekocht, es gibt musische Angebote sowie Spaziergänge und Ausflüge.

Unterstützung durch Kurse und Schulungen

Angehörige, die sich durch die Pflege körperlich oder seelisch belastet fühlen, die Pflegetipps brauchen oder sich mit anderen pflegenden Angehörigen austauschen wollen, können Pflegekurse in Anspruch nehmen. Weil jede Pflegesituation anders ist, ist es in einigen Fällen sinnvoll, dass der Pflegedienst in die Wohnung kommt und den Angehörigen hier mit fachlichem Rat zur Seite steht. Viele ASB-Pflegedienste bieten solche häuslichen Schulungen oder Kurse an.



Gesprächskreise und Selbsthilfegruppen

Eine weitere wichtige Unterstützung für pflegende Angehörige ist das Gespräch und der Austausch mit Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Dabei erkennen die Betroffenen, dass sie mit ihren Sorgen und Ängsten nicht allein sind und sie bekommen oft wertvolle Anregungen. Diese Gesprächsgruppen werden in vielen Städten und Gemeinden, auch in Zusammenarbeit mit dem ASB, angeboten.

Tipp

Die Kosten für Pflegekurse und häusliche Schulungen werden in den meisten Fällen von der Pflegekasse übernommen.



Diagnose Demenz

Eine demenzielle Erkrankung ist eine schwere Belastung für die Betroffenen und ihre Familien. Sie ist mit tiefgreifenden Veränderungen verbunden. Die Krankheit beginnt meist schleichend und kann sich über Jahrzehnte erstrecken. Die Symptome sind Gedächtnisstörungen, Orientierungslosigkeit sowie Beeinträchtigung des Sprach- und Urteilsvermögens. Zusätzlich können Persönlichkeits- und Gefühlsveränderungen auftreten.

Wichtig ist eine frühe Diagnose der Demenz, damit durch eine gezielte Behandlung die verbliebenen Fähigkeiten gefördert werden. Neben der medikamentösen Therapie

ist die psychologische und therapeutische Betreuung der Betroffenen und ihrer Angehörigen sowie eine Verhaltens- und Beschäftigungstherapie sinnvoll. Außerdem kann die Wohnung so gestaltet werden, dass der Kranke sich so lange wie möglich darin zurechtfindet und die Pflege erleichtert wird. Dabei unterstützt die Wohnberatung des ASB die Betroffenen und ihre Familien.

Erste Anlaufstation bei einem Verdacht auf eine Demenz ist der Hausarzt. Er kennt den Patienten meist über viele Jahre und kann daher Veränderungen der geistigen Fähigkeiten oder Verhaltensauffälligkeiten am besten einordnen. Wenn er eine demenzielle Erkrankung nicht ausschließen kann, wird er seinen Patienten an einen Facharzt überweisen.

Beratung, Unterstützung und Pflege

Die Angehörigen von Menschen mit Demenz sind oft rund um die Uhr beansprucht. Sie brauchen Unterstützung und Entlastung. Die regionalen Alzheimergesellschaften informieren über die Möglichkeiten zur Entlastung; Sie erklären das Krankheitsbild, helfen bei rechtlichen und finanziellen Fragen und informieren über Unterstützungsangebote.



Selbsthilfe-, Beratungs- und Betreuungsgruppen

In diesen fachlich geleiteten Gruppen können die Angehörigen ihre Erfahrungen austauschen. Sie erleben in ihrem Alltag manchmal Trauer, Schuld, Ärger oder sie haben das Gefühl, alles falsch zu machen. In den Gruppen finden sie Verständnis und Hilfe. Um die Angehörigen zu entlasten, werden Demenzkranke in speziellen Betreuungsgruppen von ausgebildeten Fachkräften und ehrenamtlichen Helfern einmal pro Woche für einige Stunden betreut und gefördert.

Tipp

Auch der Arbeiter-Samariter-Bund bietet in einigen Regionen Betreuungsgruppen, häusliche Betreuung, Beratungstelefone oder Angehörigencafés an.

Tagespflege und Altenpflegeheime

Um den fortschreitenden Gedächtnis- und Persönlichkeitsverlust zu verlangsamen, haben immer mehr Tagespflegeeinrichtungen besondere Angebote für Menschen mit Demenz. Hier bekommen sie Anregungen für Körper und Geist: Das Programm umfasst z.B. gemeinsames Kochen, Basteln, Singen und vieles mehr. Trotz des täglichen Wechsels der Umgebung gelingt den meisten Patienten die Eingewöhnung.

Durch die häufig ausgeprägten Orientierungsstörungen der Bewohner und ihre Neigung, wegzulaufen, sind beschützende Bedingungen wie geschlossene Türen wichtig.



Manche Heime bieten auch die Möglichkeit, Demenzpatienten vorübergehend für einige Wochen aufzunehmen. Dieses Angebot hilft Angehörigen, die verreisen möchten oder selber krank sind.

Wenn die häusliche Betreuung auch mit Unterstützung und Hilfen nicht mehr zu schaffen ist, bieten Altenpflegeheime mit besonderen Angeboten für Menschen mit Demenz eine Alternative zur häus-

lichen Pflege. Diese Einrichtungen respektieren die Privatsphäre des demenzkranken Patienten, fördern seine Selbstständigkeit und sorgen für geistige und körperliche Anregung. Die Angehörigen haben auch hier die Möglichkeit, sich an der Pflege und Betreuung ihres Familienmitglieds zu beteiligen, wenn sie das möchten.



Am Ende des Lebens

Die meisten Menschen möchten zu Hause und im Kreis vertrauter Menschen sterben. Die Betreuung eines sterbenden Menschen und deren Angehörigen erfordert eine umfassende medizinische Behandlung, Pflege und seelische Begleitung.

Eine wichtige Voraussetzung, um Menschen im Hospiz angemessen zu betreuen, ist die sogenannte Palliativmedizin. Sie lindert die Schmerzen, bekämpft aber nicht mehr die Ursache der Erkrankung. Auch in einigen Krankenhäusern gibt es inzwischen Palliativstationen. Sowohl die Ärzte als auch die Pflegerinnen und Pfleger in den Hospizen und auf den Stationen haben eine spezielle, palliativmedizinische Ausbildung. Die Palliativmedizin hat in den vergangenen Jahren erhebliche Fortschritte gemacht.

Die professionellen Pflegekräfte des ASB bilden sich regelmäßig in der Palliativmedizin weiter. Sie arbeiten in der Sterbebegleitung eng mit Kliniken und Fachärzten sowie ehrenamtlichen Hospizkräften zusammen und setzen sich für eine ganzheitliche Versorgung der Patienten am Lebensende ein.

Schmerzmedizin

Akuter Schmerz ist lebenswichtig, denn er hat in der Regel eine Warnfunktion. Schmerz kann aber auch zu einem eigenständigen Krankheitsbild werden.



Insbesondere bei Menschen in ihrer letzten Lebensphase sind Schmerzen ein häufiges und quälendes Symptom. Durch konsequente Schmerztherapie können diese Schmerzen gelindert und ein würdiges Sterben ermöglicht werden. Viele Pflegedienste sowie Haus- und Fachärzte arbeiten bei der ambulanten Versorgung mit regionalen Kliniken zusammen, die sich auf Schmerztherapie spezialisiert haben.

Stationäre Hospize und ambulante Hospizdienste

Um sterbenden Menschen ein Lebensende in Würde und nach ihren Wünschen zu ermöglichen, gibt es inzwischen in vielen Städten und Gemeinden Hospize. Hier werden die Patienten versorgt und zusammen

mit ihren Angehörigen bis zu ihrem Tod begleitet. In vielen Fällen können die unheilbar kranken Menschen jedoch noch von ihren Angehörigen zu Hause versorgt werden.

Um diese individuelle Betreuung zu ermöglichen und die Angehörigen dabei optimal zu unterstützen, gibt es sogenannte ambulante Hospizdienste. Dabei arbeiten qualifizierte ehrenamtliche Helfer und speziell ausgebildete ASB-Pflegedienste zusammen. Gemeinsam übernehmen sie sowohl die pflegerische als auch die menschliche Begleitung des sterbenden Menschen und seiner Angehörigen.

Beratung

Auch nach dem Tode eines Angehörigen oder Freundes hört die Unterstützung für die betroffenen Menschen nicht auf. Zahlreiche konfessionelle und nichtkonfessionelle Träger bieten Beratung für trauernde Angehörige an. In Seminaren und

Gesprächskreisen helfen sie bei der Trauerarbeit, aber auch in rechtlichen und organisatorischen Fragen nach dem Tod eines Familienmitglieds oder Freundes. Informationen dazu gibt es in den Bürgerbüros der Städte und Kommunen.

Patientenverfügung

Für die individuelle Gestaltung der letzten Lebensphase kann eine Patientenverfügung sinnvoll sein. Darin kann man schriftlich festhalten, welche Form der Behandlung oder welche Maßnahmen zur Lebensverlängerung gewünscht werden oder nicht. Dabei sollte konkret benannt werden, was im Krankheitsfall medizinisch gewollt und was abgelehnt wird. Auch die grundsätzliche Haltung zu Leben, Krankheit und Sterben sollte darin dokumentiert sein.

Tipp

Formulare und weitergehende Informationen zur Patientenverfügung gibt es bei kirchlichen Einrichtungen, der Bundesärztekammer oder dem Bundesjustizministerium.



Die Patientenverfügung kann sowohl für das Pflegepersonal als auch für die Angehörigen eine wichtige Entscheidungshilfe sein, wenn z. B. durch medizinische Geräte oder Bewusstlosigkeit keine Verständigung mit dem Patienten mehr möglich ist. Eine bindende gesetzliche Regelung dazu gibt es bisher jedoch nicht. Eine Patientenverfügung kann allerdings eine gute Basis sein für ein vertrauensvolles Gespräch zwischen Arzt, Patient und Familie.

Merkblatt 1: Antrag auf Pflegebedürftigkeit stellen

Wo erhalte ich Beratung über die Leistungen der Pflegeversicherung?

Die Pflegekassen sind gesetzlich verpflichtet, über die Leistungsansprüche bei Pflegebedürftigkeit zu unterrichten und zu beraten.

Wo stelle ich den Antrag auf Pflegebedürftigkeit?

Auf Anfrage schickt die Pflegekasse Antragsformulare zu.

Wer führt die Begutachtung durch?

Nach Rücksendung der Antragsformulare beauftragt die Pflegekasse einen Gutachter des medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MDK).

Wie erfolgt die Begutachtung?

Der Gutachter meldet seinen Besuch rechtzeitig schriftlich an oder vereinbart mit den Beteiligten telefonisch einen Begutachtungstermin. Die Begutachtung findet normalerweise beim Pflegebedürftigen zu Hause statt.

Wie kann man sich auf die Begutachtung vorbereiten?

Um dem Gutachter ein zutreffendes Bild von der Situation des Pflegebedürftigen zu vermitteln, kann ein Pflegetagebuch¹ geführt werden, in dem die wichtigsten Pflegetätigkeiten eine Woche lang aufgeschrieben werden.

Wo erhält man Unterstützung für die Begutachtung?

Eine Fachkraft des ASB-Pflegedienstes kann den Pflegebedürftigen und die Angehörigen bei der Vorbereitung zur Begutachtung und während des Besuchstermins unterstützen.

Auf welcher Grundlage erfolgt der Bescheid?

Auf der Grundlage des schriftlichen Gutachtens trifft die Pflegekasse eine Entscheidung über die Einstufung und erteilt dem Antragsteller einen schriftlichen Bescheid.

Was wird in dem Bescheid der Pflegekasse festgelegt?

Die Pflegekasse teilt dem Pflegebedürftigen in Abhängigkeit von dem ermittelten Pflegebedarf eine Pflegestufe zu. Es werden drei Pflegestufen unterschieden.

Wann besteht ein Anspruch auf Pflegestufe I?

Pflegestufe I (erhebliche Pflegebedürftigkeit) wird erteilt, wenn der tägliche Zeitaufwand im Durchschnitt der Woche mindestens 90 Minuten beträgt, wobei die Grundpflege mindestens 45 Minuten umfassen muss.

Wann besteht ein Anspruch auf Pflegestufe II?

Pflegestufe II (Schwerpflegebedürftigkeit) wird erteilt, wenn der tägliche Zeitaufwand im Durchschnitt der Woche mindestens drei Stunden beträgt, wobei die Grundpflege mindestens zwei Stunden umfasst.

Wann besteht ein Anspruch auf Pflegestufe III?

Pflegestufe III (Schwerstpflegebedürftigkeit) wird erteilt, wenn der Hilfebedarf so groß ist, dass jederzeit eine Pflegeperson unmittelbar erreichbar sein muss, weil konkrete Hilfeleistung jederzeit nötig kann und regelmäßig nachts Pflege geleistet wird. Der tägliche Zeitaufwand muss im Durchschnitt der Woche mindestens fünf Stunden betragen, wobei die Grundpflege mindestens vier Stunden umfassen muss.

Kann man gegen den Pflegebescheid Widerspruch einlegen?

Mit einem formlosen Brief an die Pflegekasse kann Widerspruch² gegen den Einstufungsbescheid eingelegt werden.

¹ s. Muster Pflegetagebuch

² s. Merkblatt 2: Widerspruch gegen den Pflegebescheid

Pflegetagebuch³

Das Pflegetagebuch wird geführt für:

| | |
|---|--|
| Name, Vorname | |
| geb. am | |
| Anschrift | |
| | |
| | |
| ggf. Name und Anschrift des gesetzlichen Vertreters/Betreuers | |
| | |
| | |

Das Tagebuch wird geführt von:

| | |
|---------------|--|
| Name, Vorname | |
| Anschrift | |
| | |
| | |

| | |
|------------|--|
| Ort, Datum | |
|------------|--|

Unterschrift Pflegebedürftiger,
gesetzlicher Vertreter/Betreuer

Unterschrift Tagebuchführer

Pflegetagebuch für _____

| Datum: | Zeitaufwand in Minuten | | | Art der Hilfe | | |
|--------|------------------------|---------|-------------------|--|------------------------|--|
| | morgens | mittags | abends/ nachts | Anleitung oder Beauf- sichtigung | mit Unter- stützung | teilweise oder volle Übernahme erforderlich |

Körperpflege

| | | | | | | |
|-------------------------|--|--|--|--|--|--|
| Waschen | | | | | | |
| Duschen | | | | | | |
| Baden | | | | | | |
| Rasieren | | | | | | |
| Kämmen | | | | | | |
| Mundpflege | | | | | | |
| Blasen-, Darmentleerung | | | | | | |
| Intimpflege | | | | | | |
| Wechseln von | | | | | | |
| Ankleiden | | | | | | |
| Auskleiden | | | | | | |

Mobilität

| | | | | | | |
|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|
| Aufstehen vom Bett | | | | | | |
| Aufstehen vom Rollstuhl | | | | | | |
| Zubettbringen | | | | | | |
| Lagerung | | | | | | |
| Gehen / Bewegung im Haus | | | | | | |
| Stehen | | | | | | |
| Begleiten zum Arzt | | | | | | |

Ernährung

| | | | | | | |
|------------------------|--|--|--|--|--|--|
| Mundgerecht zubereiten | | | | | | |
| Nahrung reichen | | | | | | |

Hauswirtschaftliche Versorgung

| | | | | | | |
|----------------------|--|--|--|--|--|--|
| Einkaufen | | | | | | |
| Kochen | | | | | | |
| Wohnung reinigen | | | | | | |
| Spülen | | | | | | |
| Wechseln der Wäsche | | | | | | |
| Waschen | | | | | | |
| Bügeln | | | | | | |
| Beheizen der Wohnung | | | | | | |

Merkblatt 2: Widerspruch gegen den Pflegebescheid

Wann sollte Widerspruch gegen den Pflegebescheid eingelegt werden?

Es kommt nicht selten vor, dass Einstufungen zu niedrig ausfallen. Die Chancen für eine Höherstufung infolge eines Widerspruchs sind erfahrungsgemäß gut.

Wie legt man Widerspruch gegen den Pflegebescheid ein?

Ein Widerspruch kann innerhalb einer Frist von vier Wochen nach Eingang des Bescheides der Pflegekasse eingelegt werden. Ein formloser Brief an die Pflegekasse genügt. Es sollte darauf hingewiesen werden, dass eine ausführliche Begründung nachgereicht wird.

Wie kann der Widerspruch begründet werden?

Um zu erfahren, wie der Gutachter zu der Einstufung kam, kann das schriftliche Gutachten bei der Pflegekasse angefordert werden. Als Begründung kann dem Widerspruch eine Kopie des Pfl egetagebuchs beigelegt werden mit dem Hinweis, dass sich nach den Aufzeichnungen aus dem Tagebuch eine höhere Einstufung ergeben muss. Ein ärztliches Attest mit einer Beschreibung der Symptome, die einen höheren Zeitaufwand in der Pflege zur Folge haben, sollte – falls vorhanden – dem Widerspruch beigelegt werden.

Was passiert nach Einlegen des Widerspruchs?

Der Gutachter prüft, ob er einer Höherstufung aufgrund der Aktenlage zustimmen kann. Kann er dies nicht, erfolgt eine weitere Begutachtung durch einen anderen Gutachter. Die Ablehnung eines Widerspruchs ohne weiteren Hausbesuch ist nur in Ausnahmefällen möglich.

Was ist, wenn die Pflegekasse auch nach Vorliegen des Zweitgutachtens der Höherstufung nicht zustimmt?

Die Pflegekasse schickt ein Anhörungsschreiben, in dem weitere Begründungen für den Widerspruch angegeben werden können und auf Fehler im Zweitgutachten – dies kann ebenfalls bei der Pflegekasse angefordert werden – aufmerksam gemacht werden kann.

Was ist, wenn nicht auf das Anhörungsschreiben reagiert wird?

Wird von dem Pflegebedürftigen bzw. den Angehörigen auf das Anhörungsschreiben nicht reagiert, dann geht die Pflegekasse davon aus, dass der Widerspruch zurückgenommen und die bisherige Einstufung akzeptiert wird.

Was ist, wenn im Anhörungsschreiben an dem Widerspruch festgehalten wird?

Sämtliche Unterlagen werden von einem Widerspruchsausschuss geprüft. Manchmal verschafft sich ein Mitarbeiter der Pflegekasse ergänzend einen Überblick über die häusliche Situation. Wenn der Widerspruch nicht anerkannt wird, sendet die Pflegekasse den Ablehnungsbescheid mit einer ausführlichen Begründung zu.

Kann man gegen die Ablehnung des Widerspruchs klagen?

Ja. Eine Klage kann beim zuständigen Sozialgericht erhoben werden.

Was ist, wenn sich der Pflegebedarf im Laufe der Zeit verändert?

Sollte sich die Pflegebedürftigkeit erhöhen, kann jederzeit erneut ein Antrag gestellt werden. Ein Höherstufungsantrag muss wie ein Neuantrag behandelt werden.

Auf welchen Zeitpunkt beziehen sich Widerspruch oder Klage?

Ein Widerspruch wie eine Klage beziehen sich rückwirkend auf den Zeitpunkt der Antragstellung.

Merkblatt 3: Die Leistungen der Pflegeversicherung im Überblick

Pflegegeld

Erhalten Pflegebedürftige, die ihre Versorgung und Pflege selbst organisieren.

| | ab 1.7.2008 | ab 1.1.2010 | ab 1.1.2012 |
|------------------|-------------|-------------|-------------|
| Pflegestufe I: | 215 Euro | 225 Euro | 235 Euro |
| Pflegestufe II: | 420 Euro | 430 Euro | 440 Euro |
| Pflegestufe III: | 675 Euro | 685 Euro | 700 Euro |

Pflegesachleistung bei professioneller Pflege

Erhalten Pflegebedürftige, die einen ambulanten Pflegedienst beauftragen.

| | ab 1.7.2008 | ab 1.1.2010 | ab 1.1.2012 |
|----------------------|-------------|-------------|-------------|
| Pflegestufe I: bis | 420 Euro | 440 Euro | 450 Euro |
| Pflegestufe II: bis | 980 Euro | 1.040 Euro | 1.100 Euro |
| Pflegestufe III: bis | 1.470 Euro | 1.510 Euro | 1.550 Euro |

Professionelle Pflege plus Pflegegeld

Der Pflegebedürftige kann einen Teil der Leistungen durch einen ambulanten Pflegedienst erbringen lassen und einen Teil selbst organisieren. Die Geldleistung wird dann um den Prozentsatz gekürzt, mit dem die Sachleistung in Anspruch genommen wurde. Beispiele für Pflegestufe II (ab 1.7.2008)

| Sachleistungen | Restpflegegeld |
|----------------|----------------|
| 440 Euro (50%) | 210 Euro (50%) |
| 735 Euro (75%) | 105 Euro (25%) |
| 882 Euro (90%) | 42 Euro (10%) |

Verhinderung der Pflegeperson

Kann die Pflegeperson z.B. aufgrund einer Krankheit oder wegen eines Urlaubs den Pflegebedürftigen nicht pflegen, übernimmt die Pflegekasse bis zu vier Wochen pro Jahr die Kosten für eine Ersatzpflege in Höhe von bis zu 1.470 Euro pro Jahr.

(Ab 1.1.2010 bis zu 1.510 Euro und ab 1.1.2012 bis zu 1.550 Euro)

Kurzzeitpflege

Kann die Pflege zu Hause zeitweise nicht erbracht werden, zum Beispiel im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt des Pflegebedürftigen oder in Krisensituationen, in denen die Pflege nicht möglich ist, besteht Anspruch auf Pflege in einer vollstationären Einrichtung. Der Anspruch auf Kurzzeitpflege ist auf vier Wochen pro Kalenderjahr und eine Summe von bis zu 1.470 Euro beschränkt.

(Ab 1.1.2010 erhöht sich der Betrag auf 1.510 Euro und ab 1.1.2012 auf 1.550 Euro.)

Tagespflege

Zur Entlastung der pflegenden Angehörigen kann eine Tagespflege in Anspruch genommen werden. Die Tagespflege bietet in der Regel von Montag bis Freitag, gelegentlich aber auch am Wochenende oder nachts Betreuung an.

Dieser Anspruch kann mit den Leistungen zur Häuslichen Pflege kombiniert werden.

Neben dem hundertprozentigen Sachleistungsanspruch in der Häuslichen Pflege haben die Versicherten noch einen zusätzlichen Anspruch auf Leistungen der Tages- oder Nachtpflege in Höhe von 50 Prozent des entsprechenden Pflegestufensatzes.

Diese Rechnung ist auch andersherum gültig, also 50 Prozent der Leistungen in der Häuslichen Pflege und 100 Prozent in der Tages- oder Nachtpflege.

| | ab 1.7.2008 | ab 1.1.2010 | ab 1.1.2012 |
|------------------|----------------|-------------|-------------|
| Pflegestufe I: | bis 420 Euro | 440 Euro | 450 Euro |
| Pflegestufe II: | bis 980 Euro | 1.040 Euro | 1.100 Euro |
| Pflegestufe III: | bis 1.470 Euro | 1.510 Euro | 1.550 Euro |

Vollstationäre Pflege

Pflegebedürftige haben Anspruch auf Pflege in vollstationären Einrichtungen, wenn häusliche oder teilstationäre Pflege nicht möglich ist oder wegen der Besonderheit des einzelnen Falles nicht in Betracht kommt.

Pflegehilfsmittel und wohnumfeldverbessernde Maßnahmen

Pflegehilfsmittel werden von den Pflegekassen leihweise überlassen, wenn dadurch die Pflege erleichtert werden kann oder die Beschwerden des Pflegebedürftigen gelindert werden können. Die Pflegekasse überprüft die Notwendigkeit der Versorgung mit den beantragten Pflegehilfsmitteln unter Beteiligung einer Pflegefachkraft oder des Medizinischen Dienstes.

- **Beispiele**

- Elektrisch verstellbare Pflegebetten
- Badewannen-Lifter
- Toilettensitzerhöhung, Toilettenstuhl

- **Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes**

- Die Pflegekassen gewähren im Einzelfall Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes von bis zu 2.557 Euro je Maßnahme. Je nach Einkommen des Pflegebedürftigen kann ein Eigenanteil verlangt werden. Beispiele:
- Ersetzen der Badewanne durch eine bodengleiche Dusche mit Klappsitz
- Verbreitern der Türen
- Anbringen von Rampen oder Liften
- Anbringen von Haltegriffen

- **Zum Verbrauch bestimmte Hilfsmittel**

(z.B. Bettschutzeinlagen, Inkontinenzartikel, Einmal-Handschuhe) Die Aufwendungen der Pflegekassen für zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel dürfen monatlich den Betrag von 31 Euro nicht übersteigen.

- **Hausnotruf**

Der Hausnotruf ermöglicht Pflegebedürftigen die Verbindung zu einer Hausnotrufzentrale, die im Bedarfsfall schnelle Hilfe organisiert. Die Pflegekassen übernehmen auf Antrag die monatliche Grundgebühr sowie die Kosten für die Bereitstellung des Hausnotrufgerätes.

Soziale Sicherung der Pflegeperson

Die Pflegekassen entrichten Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung, wenn die Pflegeperson regelmäßig nicht mehr als dreißig Stunden wöchentlich erwerbstätig ist. Leistungen zur sozialen Sicherung erhalten Pflegepersonen nur dann, wenn sie einen Pflegebedürftigen mindestens 14 Stunden wöchentlich zu Hause pflegen.

Bei der Feststellung der Mindeststundenzahl wird nicht nur die Arbeitszeit gerechnet, die auf Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung entfällt und für die Feststellung des Grades der Pflegebedürftigkeit erforderlich ist, sondern auch die Zeit, die benötigt wird für ergänzende Pflege und Betreuung. Das kann auch Begleitung bei Behördengängen, Begleitung bei kulturellen Veranstaltungen, Unterstützung bei Verwaltungsangelegenheiten, Blumen gießen oder Reinigen des Vogelkäfigs sein.

Zusätzliche Betreuungsleistungen für Menschen mit Demenz

Pflegebedürftige, die zum Beispiel aufgrund einer Demenzerkrankung einen erheblichen Betreuungsbedarf haben, können zusätzliche Betreuungsleistungen in Anspruch nehmen und erhalten 100 Euro bzw. 200 Euro pro Monat (je nach Schweregrad). Dies gilt auch für Personen, die in keine Pflegestufe im Sinne der Pflegeversicherung eingestuft sind, deren Bedarf aber durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK) bestätigt wurde.

Pflegekurse

Schulungskurse und Schulungen für pflegende Angehörige bei den Pflegedürftigen zu Hause werden von den Pflegekassen kostenlos angeboten.

Merkblatt 4: Ansprechpartner in der häuslichen Pflege

Ambulanter Pflegedienst

Informationen über die Leistungsangebote und Preise der regionalen Anbieter erhalten Sie bei den Pflegekassen oder in den Bürgerbüros der Städte und Kommunen. Der ASB bietet an über 200 Standorten ambulante Pflege an.

Begegnungsstätten

Der ASB bietet an vielen Orten spezielle Freizeit-, Bildungs- und Kontaktangebote an. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrem ASB vor Ort.

Betreutes Wohnen

Informationen über regionale Anbieter erhalten Sie bei den Pflegekassen oder in den Bürgerbüros der Städte und Kommunen. Der ASB bietet betreute Wohnanlagen in vielen Städten und Gemeinden an.

Demenz

Informationen bietet die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V., Selbsthilfe Demenz, Friedrichstr. 236, 10969 Berlin, Tel.: 030 / 25 93 79 5-0, Fax: 030 / 25 93 79 5-29, Internet: www.deutsche-alzheimer.de

Alzheimer-Telefon: 01803 / 17 10 17 (Telefonkosten 9 Cent pro Minute).

Der ASB bietet in einigen Regionen Entlastungsangebote für pflegende Angehörige an.

Ehrenamt

Freiwilligen-Agenturen sind in vielen Städten und Gemeinden Anlaufstelle für das Angebot und die Nachfrage ehrenamtlicher Tätigkeiten.

Fahrdienst

Informationen über Möglichkeiten der Kostenbefreiung erhalten Sie in den Informationszentren der Städte und Gemeinden. Der ASB bietet in vielen Regionen Fahrdienste für Senioren an.

Haushaltshilfe

Im Krankheitsfall erkundigen Sie sich bitte bei Ihrer Krankenkasse, ob ein Anspruch auf eine Haushaltshilfe besteht. Der ASB bietet in vielen Regionen Haushaltshilfe an.

Hausnotruf

Bei Pflegebedürftigen übernimmt die Pflegekasse bei Bedarf und auf Antrag die Kosten für den Hausnotrufdienst. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Pflegekasse. Der ASB berät Sie gerne über die Leistungen des Hausnotrufdienstes.

Hilfsmittel

Bitte erkundigen Sie sich bei der Pflegekasse nach Möglichkeiten der Inanspruchnahme von Pflegehilfsmitteln und Wohnberatung. Der ASB-Pflegedienst vor Ort berät Sie gerne.

Hospiz

Informationen bietet die Deutsche Hospiz Stiftung, Europaplatz 7, 44269 Dortmund, Tel.: 0231 / 73 80 730, Fax: 0231 / 73 80 731
E-Mail: kontakt@hospize.de , Internet: www.hospize.de oder die Bundesarbeitsgemeinschaft Hospiz, Aachener Straße 5, 10713 Berlin, Tel.: 030 / 83 22 38 93, Fax: 030 / 83 22 39 50, E-Mail: bag.hospiz@hospiz.net, Internet: www.hospiz.net

Kurzzeitpflege

Informationen über Angebote der Kurzzeitpflege erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse. Der ASB bietet in einigen Regionen Kurzzeitpflegeplätze an.

Mahlzeitendienst

Der ASB bietet in zahlreichen Städten und Gemeinden Mahlzeitendienste an. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrem ASB vor Ort.

Pflegeheim

Informationen über Leistungsangebote und Preise der Pflegeheime vor Ort erhalten Sie bei den Pflegekassen. Der ASB bietet an mehr als 100 Standorten Heimpflege an.

Selbsthilfegruppen

Informationen über Selbsthilfegruppen erhalten Sie bei den Stadt- und Kommunalverwaltungen.

Tagespflege

Bitte erkundigen Sie sich bei der Pflegekasse über regionale Angebote der Tagespflege. Der ASB bietet in vielen Regionen Tagespflege an.

Leben im Alter

Ein Wegweiser für Senioren und ihre Angehörigen

Wo bekomme ich Hilfe, wenn ich sie brauche? Wen muss ich fragen, wenn ich Unterstützung bei der Pflege eines Angehörigen brauche? Was kann ich jetzt schon tun, um möglichst lange selbstständig zu leben? In der vorliegenden ASB-Broschüre finden Sie Antworten auf diese und andere Fragen, die für Senioren und ihre Familien wichtig sind.

Seit seiner Gründung 1888 unterstützt der Arbeiter-Samariter-Bund Menschen, die Rat oder Unterstützung benötigen. Bis heute orientiert sich die Vielfalt der ASB-Dienste an individuellen Bedürfnissen und dem persönlichen Hilfebedarf.

Der ASB ist als Hilfs- und Wohlfahrtsorganisation mit 16 Landesverbänden und rund 230 regionalen Gliederungen sowie 113 GmbH in ganz Deutschland tätig. Er ist politisch und konfessionell unabhängig. Mehr als 1,1 Mio. Menschen unterstützen den gemeinnützigen Verein durch ihre Mitgliedschaft.