

# Plötzlich Pflegefall – Checkliste und kleiner Wegweiser zu Hilfeleistungen und Unterstützungsmöglichkeiten

Pflegefälle treten unerwartet auf. Schließlich plant niemand, von heute auf morgen pflegebedürftig zu werden. Pflegefälle sind naturgemäß mit viel Handlungsbedarf und einem hohen organisatorischen Aufwand verbunden. Um die Organisation der Pflege zu unterstützen, haben wir von der CareWork hier die wichtigsten Informationen in Form einer Checkliste zusammengetragen, in der Sie bereits erledigte Aufgaben zur besseren Übersicht einfach abhaken können:

#### **Beratung & Information**

Für Fragen rund um die Pflege gibt es viele hilfreiche Anlaufstellen:

Anlaufstelle	Unterstützungsart	
Ärzte	Behandelnde Haus- und Fachärzte müssen von der Schweigepflicht entbunden werden, damit sie medizinische Auskünfte erteilen dürfen.	
Pflegekassen und Krankenkassen	Krankenkassen müssen bspw. auch eine kostenfreie Pflegeberatung anbieten.	
Pflegestützpunkte	Pflegestützpunkte bieten ein vielfältiges Beratungsangebot in Bezug auf Pflege, Leistungen und Leistungsträgern.	
Sozialdienste	Sozialdienste von Kliniken, Krankenhäusern, Reha-Einrichtungen unterstützen bei Anträgen auf Feststellung von Pflegebedürftigkeit, Pflegegrad, Beantragung von Hilfsmitteln uvm.	
Bundesministerium für Gesundheit	Das Ministerium bietet u.a. ein Bürgertelefon an, über das Informationen im Bereich der Kassenleistungen eingeholt werden können.	
Sozialamt	Sozialhilfe, Hilfe zur Pflege und andere Sozialleistungen können beim Sozialamt beantragt werden.	
Seniorenberatung	Kommunen und Gemeinden unterhalten Seniorenberatungen, die als vermittelnde Ansprechpartner für Fragen und Probleme von Senioren gelten.	
Selbsthilfegruppen	Nahezu für jede Erkrankung haben sich heute Selbsthilfegruppen gebildet, die Betroffenen und Angehörigen Hilfe und Unterstützung leisten können.	
Pflegegeldrechner	Pflegegeld- und Pflegeleistungsrechner ermöglichen einen ersten Überblick über Unterstützungsmöglichkeiten und Ansprüche.	
Notizen		



### Prüfen & beantragen

Bei Eintritt einer Pflegebedürftigkeit müssen Betroffene und Angehörige darüber nachdenken, wer die Pflege übernehmen soll und welches Pflegekonzept infrage kommt. Die oftmals gewünschte häusliche Pflege durch Angehörige ist physisch und psychisch anstrengend. Des Weiteren müssen bei der Planung und Organisation der Pflege viele Kriterien berücksichtigt werden:

Kriterie	Beschreibung	
Arbeit und Beruf	Von heute auf morgen die Pflege eines Angehörigen übernehmen zu können, hängt von der eigenen beruflichen Flexibilität ab. Berufstätige müssen nicht nur darüber nachdenken, ob sie von Vollzeit auf Teilzeit wechseln, sondern auch die Aufgabe des eigenen Berufes und damit einhergehende finanzielle Verluste mit einbeziehen. Eine Freistellung von der Arbeit kann über die Pflegezeit oder Familienpflegezeit geprüft werden. Allerdings ist dies nur für einen gewissen Zeitraum möglich.	
Häusliche Umgebung	Nicht jede Wohnung oder jedes Haus ermöglicht eine Pflege. Treppenstufen, enge Eingänge, kleine Bäder oder zu wenig Platz für Pflegebett, Hilfsmittel und Verbrauchsmaterialien können die Pflegesituation erschweren oder sogar unmöglich machen. Hier sollten die räumlichen Gegebenheiten ganz genau geprüft werden. Es besteht in vielen Fällen die Möglichkeit, Umbauten im Rahmen der wohnumfeldverbessernden Maßnahmen durchführen zu lassen. Diese Maßnahmen werden häufig von der Pflegekasse bezuschusst, wofür jedoch ein separater Antrag erforderlich ist. Insbesondere bei der Pflege von Menschen mit Demenz sollte zusätzlich über ein Sicherheitskonzept nachgedacht werden. Lässt sich das vorhandene Wohnumfeld nicht der aktuellen Situation anpassen, muss ein Umzug in Erwägung gezogen werden. Ein Zuschuss für die Umzugskosten kann ebenfalls beantragt werden.  Wichtig ist, dass bei den Vorbereitungsarbeiten für die häusliche Pflege in Wohnung und Haus auch auf Sturzgefahren und Stolperfallen geachtet wird. Pflegebedürftige sind häufig kraftlos und schwach, weshalb steile Treppenstufen oder rutschige Teppiche ein hohes Gefahrenpotenzial bergen.	
Planung häusliche Pflege	Auch die häusliche Pflege muss geplant und organisiert werden. Dies, zumal individuell auf die Pflegeintensität eingegangen werden muss. Zu klären ist beispielsweise, wer den Haushalt versorgen und die Mahlzeiten zubereiten soll. Für Dienste wie Essen auf Rädern kann unter Umständen das Sozialamt Zuschüsse leisten. Des Weiteren müssen Einkäufe, Wäsche und Reinigungsarbeiten erledigt werden. In diesem Zusammenhang kann es hilfreich sein, wenn andere Familienmitglieder bei der Pflege Unterstützung leisten. Neben der Entlastung durch Angehörige ist es möglich, sich bei der Stadtverwaltung oder Gemeinde nach ehrenamtlichen Mitarbeitern für die Betreuung zu erkundigen.  Der guten Vorbereitung dient das Bereithalten von Kontaktdaten qualifizierter Ärzte und Kliniken. Je nach Erkrankung und Gesundheitszustand gilt dies auch für Anbieter im Bereich Ergotherapie, Psychotherapie, Physiotherapie und andere Verfahren.	
Eigene Fähigkeiten	Um einen Angehörigen in der häuslichen Umgebung zu pflegen, bedarf es Fachwissen. Krankenkassen und Ausbildungsinstitute bieten speziell auf die häusliche Pflege zugeschnittene Pflegekurse an. Auch über die Mobilität muss nachgedacht werden. Muss ein anderes Fahrzeug angeschafft werden? Ist es möglich, alleine mit dem Pflegebedürftigen das Haus zu verlassen? Können soziale Kontakte aufrechterhalten werden? Können dem Pflegebedürftigen noch Freizeitangebote ermöglicht werden? Im Idealfall wird bereits früh Ausschau nach einer Unterstützung gehalten, die im Notfall oder bei Verhinderung auch einmal einspringen kann.	



Kriterie	Beschreibung	
Plan B	Der gesundheitliche Zustand von Pflegebedürftigen kann sich auch plötzlich rapide verschlechtern. Wenn eine häusliche Versorgung und Betreuung aus diesem Grunde nicht mehr möglich ist, muss eine stationäre Unterbringung in die Wege geleitet werden. Deshalb ist es sinnvoll, sich schon früh über Pflegeheime, Altenheime und andere Einrichtungen in der Nähe zu erkundigen. Plätze in Heimen sind Mangelware, weshalb Wartelisten geführt werden. Vielleicht ist es möglich, den Pflegebedürftigen als Interessent auf einer Warteliste vermerken zu lassen.	
Notizen		

# Pflegegrad & Pflegeleistungen

Nach der Prüfung, ob eine häusliche Pflege möglich ist, sollte nach Unterstützungsmöglichkeiten Ausschau gehalten werden. Grundsätzliche Voraussetzung für zahlreiche Leistungen ist die Feststellung der Pflegebedürftigkeit bzw. das Vorhandensein eines Pflegegrades, wofür ein Antrag bei der Pflegeversicherung gestellt werden muss:

Handlung	Unterstützungsmöglichkeit	
Antrag	Beim Antrag auf Einteilung in einen Pflegegrad hilft beispielsweise der Sozialdienst der Klinik oder der Reha-Einrichtung. Ambulante Pflegedienste und Pflegestützpunkte unterstützen beim Ausfüllen der Antragsformulare für Pflegeleistungen.	
Pflegetagebuch und Begutachtung	Zur Vorbereitung der Begutachtung durch den MDK (bei Privatversicherten durch MEDICPROOF) sollte ein Pflegetagebuch geführt werden. Mit diesen Aufzeichnungen lässt sich in der Begutachtung sehr gut nachweisen, in welchen Bereichen der Pflegebedürftige Unterstützung und Hilfe benötigt.	
Widerspruch	Wurde der Pflegegrad nicht genehmigt oder erscheint zu gering, kann innerhalb einer Frist von einem Monat nach Zustellung der Entscheidung Widerspruch eingelegt werden. Die Rechtsmittelbelehrung muss sich auf dem jeweiligen Feststellungsbescheid befinden. Um eine Widerspruchsbegründung vorbereiten zu können, wird zunächst formlos Widerspruch eingelegt und um Übersendung des Gutachtens gebeten.	
Notizen		



#### Hilfe & Unterstützung

In der häuslichen Pflege kommt es vor, dass die Pflegeperson vielleicht einmal verhindert ist oder selber erkrankt. Für derartige Fälle sieht die Pflegeversicherung Unterstützungen im Bereich der Kurzzeit- und/oder Verhinderungspflege in stationären Einrichtungen vor. Die häusliche Pflege kann auch durch einen ambulanten Pflegedienst ergänzt werden, der Aufgaben aus der medizinischen Fachpflege durchführen kann. Alternativ kombiniert die 24 Stunden Betreuung Leistungen aus dem hauswirtschaftlichen Bereich mit Aufgaben aus der Grundpflege. Bei diesem Betreuungskonzept werden Angehörige so entlastet, dass sie sich auf Besuche und Freizeitaktivitäten mit dem Pflegebedürftigen fokussieren können.

Hilfe und Unterstützung kann insbesondere durch folgende Vorbereitungsarbeiten und Leistungen gewährleistet werden:

	Vorbereitungsarbeiten und Leistungen	
•	Rehabilitationsmaßnahmen zur Verbesserung des Gesundheitszustandes	
•	persönliche Assistenz für eine zusätzliche Bezugsperson	
•	Vorrichtung der verordneten Medikamente in Dispensern; ggf. durch den ambulanten Pflegedienst	
•	Involvierung eines ambulanten Pflegedienstes für Maßnahmen aus der medizinischen Fachpflege und/oder Grundpflege	
•	Pflegegeld oder Kombinationsleistung	
•	Entlastungsangebote zur Unterstützung im Alltag	
•	Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege	
•	Tages- oder Nachtpflege	
•	von der Krankenkasse gewährte Krankenpflege	
•	Nachbarschaftshilfe, Seniorenbetreuung, mobile Hilfsdienste	
•	Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel	
•	Medikamentenpläne vom behandelnden Arzt	
•	Ordner mit vollständigen Krankenunterlagen, um im Notfall Informationen zugänglich machen zu können	
•	Schwerbehindertenausweis, der finanzielle und steuerliche Vorteile bieten kann	
•	Hilfe zur Pflege durch das Sozialamt, die dann beantragt werden kann, wenn die vorhandenen finanziellen Mittel nicht ausreichen	
•	Fahrtkostenzuschuss, der für Fahrten zum Arzt und zu Behandlungen unter bestimmten Voraussetzungen bei der Kasse beantragt werden kann	
•	Zuzahlungsbefreiung für Verordnungen, die bei der Krankenkasse beantragt werden kann	
•	Ggf. Befreiung von den GEZ-Gebühren	
•	Stromkostenerstattung von der Krankenkasse bei elektrisch betriebenen Hilfsmitteln	
•	Medizinische Fußpflege als Kassenleistung bei Diabetikern	
•	Kostenübernahme von Leistungen durch die Unfallversicherung, sofern die Pflegebedürftigkeit auf einem Unfall beruht	



#### Hilfsmittel

Insbesondere Hilfsmittel sollen sowohl den Pflegebedürftigen unterstützen als auch pflegenden Angehörigen den Pflegealltag erleichtern. Welche Hilfsmittel in Betracht gezogen werden sollten, kann mit Ärzten, Pflegediensten oder der Sozialstation besprochen werden. Nach der Hilfsmittelberatung kann ein entsprechender Antrag erfolgen. Auch gegen ablehnende Hilfsmittelbescheide besteht die Möglichkeit, Widerspruch einzulegen. Zu den gängigen Hilfsmitteln gehören beispielsweise:

	Hilfsmittel	
•	Pflegebett	
•	Spezialmatratzen, Pflegematratzen, Dekubitus-Matratzen	
•	Hilfsmittel für die Mobilität wie Rollator, Rollstuhl, Elektromobile	
•	Badewannenlifter	
•	Gehhilfen	
•	Windeln, Inkontinenzmaterial	
•	Kompressionsstrümpfe	
•	Hausnotruf	
•	Pflegehilfsmittel wie Einmalhandschuhe, Bettschutzeinlagen, Mundschutz, Desinfektionsmittel, Einmalschürzen	
	Weitere:	

> Pflegebedürftigen mit Pflegegrad steht monatlich in Budget von 40,00 € (wegen der Corona-Pandemie bis Ende Dezember 2020 sogar 60,00 €) zu.



# Verfügungen und Vollmachten

In der häuslichen Pflege werden Angehörige oftmals mit bürokratischen Entscheidungen und Schweigepflichten konfrontiert. Im Idealfall werden daher die wichtigsten Verfügungen schon früh getroffen. Hierzu gehören u.a.:

	Vorbereitungsarbeiten und Leistungen	
•	Vorsorge- und Generalvollmacht zur Vorlage bei Ärzten, Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen	
•	Patientenverfügung zur Dokumentation der Wünsche über medizinische Maßnahmen und Wiederbelebung	
•	Betreuungsverfügung für rechtliche Vertretungsbefugnisse und Vermeidung einer gesetzlichen Betreuung	
•	Schweigepflichtentbindungserklärung von behandelnden Ärzten	
•	Organverfügung	
•	Postvollmacht	
•	Sorgerechtsverfügung	
•	Bankvollmacht	
•	Testament/Erbvertrag	
•	Sterbeverfügung/Beerdigungsverfügung	
	Notizen	