

HANDLUNGSHILFE
WAS IST ZU TUN BEI ...?

„PFLEGE“

- SCHNELLE UNTERSTÜTZUNG FÜR BETROFFENE:
DIE WICHTIGSTEN INHALTE AUF EINEN BLICK -

Zum Thema „Pflege“ finden Sie nachfolgend einige Hinweise, die Ihnen eine Orientierung zum Thema geben:

1. Welche **Schritte** sind beim Thema Pflege zu berücksichtigen?
2. Wo und wie finde ich **wichtige Informationen und Ansprechpartner**¹?
3. Was ist bei einem Gespräch mit einem **Pflegestützpunkt** zu berücksichtigen?
4. Welche **Begriffe** sollten zum Thema Pflege bekannt sein?

(Die Begriffe, die fortlaufend erwähnt sind und im Abschnitt 4 näher erläutert werden, sind *kursiv* gedruckt)

1 WELCHE SCHRITTE SIND BEIM THEMA „PFLEGE“ ZU BERÜCKSICHTIGEN?

Wenn Angehörige pflegebedürftig werden, sind Unterstützung und finanzielle Hilfen wichtig. Die Pflegeversicherung, über die jeder Sozialversicherte verfügt, gewährt diese Zahlungen (z. B. Pflegegeld, Übernahme von Pflegekosten). Wie hoch diese finanziellen Hilfen sind, ist abhängig von der Pflegestufe der zu pflegenden Person. Sie richtet sich nach dem Zeitbedarf für die persönliche Pflege und die hauswirtschaftliche Versorgung. Festgestellt wird die Pflege durch den *medizinischen Dienst der Krankenkasse* (gesetzlich Versicherte) bzw. durch *Medicproof* (Privatversicherte).

Was ist wichtig?	Wer hilft?
1. Verschaffen Sie sich einen Überblick über die wichtigen Dokumente des zu Pflegenden (z. B. Welche Krankenkasse? Welcher Hausarzt?).	Angehörige/Freunde
2. Beantragen Sie eine Pflegestufe .	Krankenkasse/Pflegekasse
3. Lassen Sie sich beraten .	<i>Pflegestützpunkt/Pflegeberater</i>
4. Führen Sie zur Vorbereitung für den <i>medizinischen Dienst der Krankenkasse</i> ein Pflegetagebuch .	<i>Pflegestützpunkt</i>
5. Lassen Sie eine Begutachtung des zu Pflegenden durch den <i>medizinischen Dienst</i> (für gesetzlich Versicherte) oder <i>Medicproof</i> (für Privatversicherte) durchführen.	Krankenkasse/Pflegekasse

Abhängig von der *Pflegestufe* (d.h. Pflegebedürftigkeit) wären weitere Maßnahmen sinnvoll, um die Pflegesituation zu erleichtern, z. B.:

- Überlegen Sie, ob die **Pflege zu Hause** leistbar ist **oder** ob eine **Unterbringung in einem Pflegeheim** sinnvoll erscheint. Nehmen Sie *Angehörige/ Freunde, Pflegestützpunkt, Pflegeberater*

¹ Zu Gunsten der einfacheren Lesbarkeit wird nur die männliche Form verwendet, die weibliche Form ist dabei selbstverständlich mit eingeschlossen.

sich Zeit für diese Entscheidungen und lassen Sie sich beraten.	<i>Pflegekasse</i>
• Vergleichen Sie Kosten von ambulanter und stationärer Pflege.	Krankenkasse/Pflegekasse
• Nehmen Sie eine Wohnungsanpassung (z. B. rollstuhlgerecht) vor.	<i>Pflegekasse</i>
• Beantragen Sie Hilfsmittel (z. B. Pflegebett, Toilettenstuhl).	<i>Pflegekasse</i>
• Besuchen Sie Pflegekurse .	<i>Pflegekasse</i>
• Beantragen Sie einen ambulanten Pflegedienst .	<i>Pflegekasse</i>
• Treffen Sie Vorsorgemaßnahmen (<i>Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung</i>).	Bundesministerium der Justiz/Gesundheit, Hausarzt
• Beantragen Sie eine kurzzeitige Arbeitsverhinderung zur Pflegevorbereitung .	Arbeitgeber
• <i>Beantragen Sie Pflegezeit</i> .	Arbeitgeber

(in Anlehnung an: Bundesministerium für Gesundheit, „Pflegebedürftig. Was nun?“, 2011)

2 WO UND WIE FINDE ICH WICHTIGE INFORMATIONEN UND ANSPRECHPARTNER ZUM THEMA?

Schriftliche Informationen, persönliche Beratung und Adressen zur Pflege finden Sie generell bei der Krankenkasse des Pflegebedürftigen, bei der Stadtverwaltung (z. B. Sozialamt, Pflegebüro, Bürgerbüro etc.) oder bei gemeinnützigen Verbänden/Wohlfahrtsverbänden (z. B. Caritas, Diakonisches Werk etc.). Darüber hinaus können die folgenden Ansprechpartner Sie unterstützen:

Thema	Ansprechpartner
Informationen rund um das Thema Pflegeleistungen	Diese finden Sie in Internetportalen Ihrer Krankenkasse und im Servicezentrum Ihrer Krankenkasse vor Ort.
Adressen zum Pflegestützpunkt	Informationen gibt Ihre Krankenkasse vor Ort.
Ratgeber zur Pflege (d.h. ausführliche Informationen zu allen Einzelthemen rund um Pflege)	Bundesministerium für Gesundheit: Ratgeber zur Pflege
Kurzinformationen zur Pflegebedürftigkeit	Bundesministerium für Gesundheit: „Pflegebedürftig. Was nun?“
Informationen rund um das Betreuungsrecht , die Patientenverfügung , die Vorsorgevollmacht	Bundesministerium der Justiz: Übersicht mit verschiedenen Formularen und weiteren Informationen: Patientenverfügung
Ratgeber für die häusliche Pflege zu Hause (Informationen zu praktischen Bereichen der Pflege Tätigkeit zu Hause)	Bundesministerium für Gesundheit: Online-Ratgeber Pflege zu Hause
Suchportal für Senioren- und Pflegeeinrichtungen und Betreutes Wohnen	Wohnen im Alter Internet GmbH: Ein Suchportal, um passende Wohn- und Pflegeeinrichtungen zu finden: www.wohnen-im-alter.de/
Online-Beratung für pflegende Angehörige (durch ausgebildete Diplom-Psychologen)	Modellprojekt der Catania, gemeinnützige GmbH im Zentrum Überleben (gefördert durch das BMFSFJ): http://www.pflegen-und-leben.de/

3 WAS IST BEI EINEM GESPRÄCH MIT EINEM PFLEGESTÜTZPUNKT ZU BERÜCKSICHTIGEN?

Die *Pflegestützpunkte* in Ihrer Region beraten in allen Fragen rund um das Thema Pflege und stellen Unterstützungs- und Hilfsangebote zur Verfügung. Die Kontaktadresse des nächsten *Pflegestützpunktes* erfahren Sie bei Ihrer Krankenkasse.

Vorbereitung	Überlegen Sie sich vorher genau, was Sie in dem Gespräch erfahren möchten und machen Sie sich eine Liste mit Ihren wichtigen Fragen.
Kontaktaufnahme	Einen Termin im <i>Pflegestützpunkt</i> können Sie am besten telefonisch vereinbaren. <i>Pflegeberater</i> kommen bei Bedarf auch zu Ihnen nach Hause. Wenn Sie nur kleine Informationen benötigen, bietet sich eine telefonische Beratung an.
Erstgespräch führen	Der <i>Pflegeberater</i> kann Ihnen im Erstgespräch genaue Informationen geben, welche Schritte zu tun sind, welche Unterstützungsmöglichkeiten Sie bekommen können und wo Sie weitere Informationen und Ansprechpartner finden.
Unterlagen mitbringen	Bringen Sie möglichst alle Unterlagen mit, die dem <i>Pflegeberater</i> einen Überblick über Ihre Situation verschaffen können (z.B. <i>Pflegetagebuch</i> , Unterlagen von der Krankenkasse, falls Sie dort schon Nachweise, Einstufungen etc. bekommen haben).
Fragen Sie nach!	Holen Sie sich genaue Informationen und fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstehen. Notizen während des Gesprächs helfen, alle Informationen im Blick zu behalten.

4 WELCHE BEGRIFFE SOLLTEN ZUM THEMA PFLEGE BEKANNT SEIN?

Ambulanter Pflegedienst	Der ambulante Pflegedienst unterstützt den pflegenden Angehörigen in der Alten- bzw. Krankenpflege, worunter auch Hauswirtschaft, psychiatrische Pflege oder Haushaltshilfe gefasst werden kann.
Betreutes Wohnen	Betreutes Wohnen begleitet und unterstützt Menschen, die ihr alltägliches Leben nicht oder nicht komplett ohne Unterstützung bewältigen können. Sozialarbeiter, Erzieher, Psychologen, Therapeuten oder Pflegekräfte helfen ihnen, in dieser Wohnform zu leben.
Kurzzeitpflege	Für einen Zeitraum von vier Wochen pro Kalenderjahr hat der pflegende Angehörige die Möglichkeit, die pflegebedürftige Person in einer vollstationären Einrichtung unterzubringen, z.B. bei eigener Krankheit oder Urlaub.
Kurzzeitige Arbeitsverhinderung	In einem akuten Pflegefall besteht laut Pflegezeitgesetz die Möglichkeit, kurzzeitig der Arbeit fernzubleiben (max. 10 Arbeitstage; z.B. zur Organisation einer bedarfsgerechten Pflege oder zur Gewährleistung der pflegerischen Versorgung). Ein Anspruch auf vollständige Entgeltfortzahlung besteht nach dem Pflegezeitgesetz nicht, jedoch in aller Regel Kündigungsschutz.
MDK - Medizinischer Dienst der Krankenkasse	Der MDK (Medizinische Dienst der Krankenkassen) ist dafür zuständig, als Beratungs- und Begutachtungsdienst der Pflege- und Krankenversicherung die Pflegebedürftigkeit festzustellen und den zu Pflegenden in eine Pflegestufe einzuordnen. Auch bei der Bewilligung von Hilfsmitteln hat der MDK die Pflicht, dies zu prüfen. Medicproof ist der medizinische Dienst für Privatversicherte.
Patientenverfügung	Eine Patientenverfügung umfasst, welche medizinischen Behandlungen in einer lebensbedrohenden Situation vorgenommen werden sollen und welche Wünsche zur Lebenserhaltung des Betroffenen bestehen. Behandlungsteam, Bevollmächtigte und Betreuer sind daran gebunden, wenn die beschriebene Situation eintritt.

Pflegeberatung/ Pflegestützpunkt	Alle wichtigen Antragsformulare und Informationen sind bei einem Pflegestützpunkt erhältlich. Vor Ort helfen Pflegeberater, den organisatorischen Aufwand bei Pflegebedürftigkeit von Angehörigen zu reduzieren.
Pflegebedürftigkeit	Von Pflegebedürftigkeit spricht man, wenn der zu Pflegenden wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung für die gewöhnlichen und regelmäßig auftretenden Alltagsverrichtungen auf Dauer (voraussichtlich für mind. sechs Monate) in erheblichem Umfang Hilfe benötigt.
Pflegegeld	Ob Anspruch auf Pflegegeld und Pflegesachleistungen besteht, richtet sich nach der Pflegestufe. Auskunft darüber geben Pflege- bzw. Krankenkassen.
Pflegehilfsmittel	Pflegehilfsmittel, wie z.B. Pflegebett oder Hebehilfen, können die Pflegetätigkeit unterstützen. Ansprechpartner dafür sind Hausärzte und Krankenkassen.
Pflegekurse	Viele Krankenkassen oder private Anbieter bieten (teilweise kostenlose) Pflegekurse an, in denen generelle Fragen zum Thema beantwortet werden und den Pflegenden u.a. Pflegetechniken oder der Umgang mit Hilfsmitteln vermittelt wird.
Pflegetagebuch	Es ist wichtig, ein Pflegetagebuch zu führen, damit der MDK hinsichtlich des zeitlichen Aufwandes eine Einstufung in die Pflegestufen vornehmen kann. Das Pflegetagebuch sollte alle relevanten Tätigkeiten der Grundpflege und der hauswirtschaftlichen Versorgung beinhalten.
Pflegestufen	Die Pflegestufe wird durch den medizinischen Dienst festgelegt. Die drei typisierten Pflegestufen richten sich unter anderem nach dem durchschnittlichen zeitlichen Hilfebedarf des zu Pflegenden pro Tag.
Pflegezeit (Arbeitsfreistellung)	Beschäftigte haben einen Anspruch auf Pflegezeit, die kurzfristig bis zu zehn Tagen (s. <i>kurzfristige Arbeitsverhinderung</i>) oder dauerhaft bis zu sechs Monate in Anspruch genommen werden kann. Für die Dauer der Pflegezeit besteht kein Anspruch auf Entgeltfortzahlung, jedoch in aller Regel Kündigungsschutz.
Pflegeversicherung/ Pflegekasse	Die Pflegeversicherung tritt im Fall einer Pflegebedürftigkeit ein, um den Pflegebedürftigen finanzielle Unterstützung zu geben. Es besteht Versicherungspflicht für alle gesetzlich und privat Versicherten. Jeder gesetzlich Krankenversicherte ist automatisch in der sozialen Pflegeversicherung versichert. Jeder Privatversicherte muss eine private Pflegeversicherung abschließen.
Tagespflege	Für Pflegebedürftige, die sich nicht selbständig versorgen können, wird die Tagespflege angeboten. Darunter wird die Betreuung über Tag von Fachkräften der Altenpflege oder von Sozialarbeitern verstanden.
Verhinderungspflege	Wenn der pflegende Angehörige wegen Urlaubs oder Krankheit den Pflegebedürftigen nicht pflegen kann, zahlt die Pflegekasse eine Ersatzpflege. Dieser Anspruch besteht für maximal 28 Tage im Kalenderjahr. Die Verhinderungspflege kann auch stundenweise in Anspruch genommen werden.
Vorsorgevollmacht	Vorsorglich - für den Fall einer Notsituation - bevollmächtigt eine Person eine andere, alle oder nur bestimmte Aufgaben für den Vollmachtgeber zu tätigen (z. B. Finanzgeschäfte).

Hinweis zum Dokument:

Die LoS!-Handlungshilfe „Pflege“ ist im Rahmen des Projektes LoS! (Lebensphasenorientierte Selbsthilfekompetenz - Entwicklung eines ganzheitlichen und lebensphasenorientierten Angebotes zum Erhalt von Beschäftigungs- und Leistungsfähigkeit) durch das Institut für gesundheitliche Prävention (IFGP) entwickelt worden. Das Projekt wird im Rahmen der Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA) durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert (Laufzeit: 2011-2013). Nähere Informationen zum Projekt finden sich unter www.ifgp.de und 02506 300280.