Pflege im Alter

Kontaktaufnahme im Notfall

Unvorhergesehene Notfälle erfordern meist sofortigen Handlungsbedarf. Was ist beispielsweise zu tun, wenn es in der Pflegesituation zu einem Notfall kommt?

Notfallkontakte

Um im Not- oder Krisenfall schnellstmöglich die bestmögliche medizinische Versorgung für sich oder seine Angehörigen zu erhalten, sollten Betroffene und Notfallkontakte schnell und zielgerichtet handeln. Die wichtigste Grundregel lautet dabei: Nehmen Sie auf jeden Fall Hilfe in Anspruch! In dringenden Notfällen kann rund um die Uhr jedes Krankenhaus über die jeweilige Notfallambulanz aufgesucht werden. Falls möglich können Angehörige, Freunde oder Nachbarn den Betroffenen dabei helfen und sie eventuell auch begleiten. Im Zweifel können diese aber auch bis zum Eintreffen der Rettungskräfte schon als Ersthelfer notwendige Vorsorgemaßnahmen treffen oder bei der Kontaktaufnahme mit dem Rettungsdienst behilflich sein.



Um sich für den Notfall zu wappnen, können Pflegebedürftige und ihre Angehörigen präventiv handeln. Werkfoto: compass

Diese sollten in sich anbahnenden und akuten Fällen sofort kontaktiert werden. Betroffene sollten dabei immer zuerst die Notfallrufnummer der Rettungsdienste 112 oder die polizeiliche Notrufnummer 110 wählen, sofern sie dazu in der Lage sind. Unter der Rufnummer 116117 berät in nicht ganz so dringenden Fällen auch der ärztliche Bereitschaftsdienst und für psychische Krisen steht die Telefonseelsorge unter der kostenfreien Nummer 0800/1110111 zur Verfügung. Zusätzliche Sicherheit können der digitale Hausnotruf oder andere elektronische Hilfssysteme bieten, mit denen Pflegebedürftige und Menschen mit Einschränkungen durchgehend Hilfe auf Knopfdruck fernab des Telefons anfordern können.

Darüber hinaus empfiehlt es sich, präventiv eine Notfallkarte oder eine Notfalldose mit den wichtigsten Angaben vorzubereiten. Eine Notfalldose mit einem Infoblatt wird im Kühlschrank, einem leicht zu findenden Ort, aufbewahrt und Aufkleber an Wohnungstür oder am Kühlschrank selbst weisen auf die Dose hin. Die Notfallkarte im Portemonnaie gibt Rettungskräften und behandelnden Ärzten ebenfalls erste wichtige Angaben zu Personendaten, Blutgruppe, Vorerkrankungen, Allergien, einzunehmenden Medikamenten sowie Unverträglichkeiten und nennt auch zu informierende Notfallkontakte.

Ein digitaler Notfallpass lässt sich mittlerweile auch in den meisten Smartphones anlegen und kann auf dem Sperrbildschirm des Telefons für Dritte zugänglich gemacht werden. Pflegende Menschen können Dritte über den Notfallkontakt auch über eine zu pflegende Person informieren und auf die Existenz einer Notfallmappe oder Checkliste hinweisen.

Dusch-WC



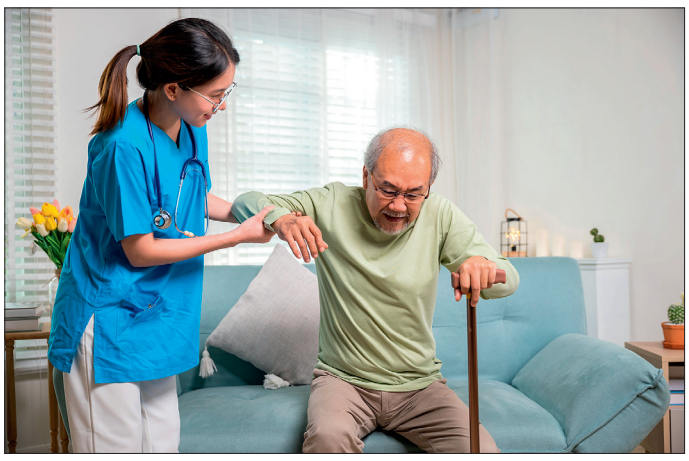
Inzwischen gehören Dusch-WCs aber auch zu den begehrtesten Hilfsmitteln bei körperlichen Einschränkungen und bei Pflegebedarf. Die Kosten für gelistete Modelle werden bei nachgewiesenem Bedarf und auf ärztliche Verordnung sogar von den Krankenkassen übernommen. Denn sie können bei stärkerer Bewegungseinschränkung den selbstständigen Toilettengang ermöglichen - eine Erleichterung für den Nutzer, der diese intime Handlung mit Dusch-WC oder WC-Aufsatz alleine bewältigen kann. Wer sich heute aus Komfortgründen für ein Dusch-WC entscheidet, sollte sich gleich überlegen, wo er später Haltegriffe anbringen kann. Auch ein integriertes Orientierungslicht kann hilfreich sein: Ein Sensor sorgt bei Annäherung für Beleuchtung und das automatische Öffnen des WC-Deckels. Werkfoto: Villeroy & Boch

Neues Zusatztool der Verbraucherzentralen

Werden Menschen pflegebedürftig, ist das für die Betroffenen selbst, aber auch für die Angehörigen oft eine große emotionale Belastung.

Neben der Frage, wer die Pflege übernimmt, geht es immer auch um die Frage, wie die Pflege bezahlt wird. Einen Teil der Pflegekosten übernimmt die gesetzliche Pflegeversicherung. Sowohl die Antragsstellung als auch die Einstufung in den Pflegegrad stellen Angehörige und Betroffene vor Herausforderungen. Hier hilft der Pflegegradrechner der Verbraucherzentralen. In seiner verbesserten Fassung soll er Orientierung und Entscheidungshilfen bieten.

Seit April 2024 bietet der Pflegegradrechner der Verbraucherzentralen wichtige Orientierung: Anhand von 64 Fragen können Betroffene ihren voraussichtlichen Pflegegrad ermitteln und sich auf Anträge bei der Pflegekasse vorbereiten. Im Sommer 2025 wurde Service um eine Funktion erweitert: den Widerspruchsgenerator. Er richtet sich an Menschen, die bereits eine Entscheidung der Pflegekasse über ihren Pflegegrad erhalten haben und prüfen möchten, ob sich ein Widerspruch lohnt.



Wer bezahlt die Pflege? Einen Teil der Kosten übernimmt die gesetzliche Pflegeversicherung. Werkfoto: VZ NRW/adpic

Eltern pflegen

Die meisten Pflegebedürftigen in Deutschland werden zuhause versorgt. Dies liegt teilweise an der Ausrichtung der sozialen Pflegeversicherung, aber auch an den Wünschen der meisten Pflegebedürftigen. Darüber hinaus fühlen sich erwachsene Kinder oft verpflichtet, die Unterstützung und Pflege ihrer Eltern zu übernehmen. Doch ist die Pflege oft sehr aufwändig, führt zur Reduktion oder Aufgabe des Jobs und zu gesundheitlichen Belastungen. Mit den Daten des Deutschen Alterssurveys wurden Personen ab 43 Jahren, die ihre Eltern pflegen, befragt, wie sich ihre Pflegearrangements zusammensetzen. Dabei konnte ermittelt werden, dass fast jeder Fünfte die Pflege und Unterstützung alleine trägt. Meistens jedoch kommen zwei bis vier weitere Personen oder Personengruppen hinzu, die sich an den Pflege- und Unterstützungsaufgaben beteiligen. In der Mehrheit der Fälle (84,2 Prozent) sind weitere Familienmitglieder Teil des Pflegearrangements.

Rollstuhllifte sorgen für Barrierefreiheit



Ein Plattformlift schafft Barrierefreiheit für Menschen, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind. Werkfoto: Lifta/Ganser Liftsysteme

Ein Plattformlift ist eine Alternative zum klassischen Sitzlift und schafft Barrierefreiheit für Menschen mit Mobilitätseinschränkung, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind.

Ohne auf einen Sitz umsteigen zu müssen, werden sie im eigenen Rollstuhl auf einer Plattform befördert, die sich entlang des Treppenverlaufs bewegt. Das ist komfortabel und sorgt für ein Plus an Sicherheit. Egal, ob die Treppe gerade oder kurvig ist: Mit einem an die baulichen Gegebenheiten angepassten und maßgefertigten Plattformlift lassen sich ganze Etagen überwinden! Spezielle Modelle für den Außenbereich erlauben zudem den uneingeschränkten Zugang zur privaten Grünoase.

Hublift

Wenn nur wenig oder gar kein Platz für ein Liftsystem auf der Treppe zur Verfügung steht, ist ein Hublift eine gute Lösung. Er bewegt sich senkrecht und ist nicht an einen Treppenverlauf gebunden. So können Rollstuhlfahrer kleine Höhenunterschiede, wie etwa die Stufen im Eingangsbereich, mühelos bewältigen. Mit jedem sanften Anheben und jeder geschmeidigen Fahrt werden Mobilität und Selbstständigkeit gestärkt.

Herstellernachweise: **Kontaktaufnahme:** Compass Private Pflegeberatung GmbH, Gustav-Heinemann-Ufer 74c, 50968 Köln, Tel.: 0800/1018800; **Neues:** Verbraucherzentrale NRW, Mintropstr. 27, 40215 Düsseldorf, Tel.: 0211/91380-1101; **Rollstuhllifte:** Lifta GmbH - Liftstar Marketing GmbH, Horbeller Str. 33, 50858 Köln, Tel.: 0221/46900-150; **Dusch-WC:** Vereinigung Deutsche Sanitärwirtschaft e.V. (VDS), Rheinweg 24, 53113 Bonn, Tel.: 0228/923999-30; **Eltern:** Deutsches Zentrum für Altersfragen (DZA), Manfred-von-Richthofen-Str. 2, 12101 Berlin, Tel.: 030/260740-0;

Redaktionelle Bearbeitung: AST