

Handlungsplan & Checkliste für Angehörige

Ein roter Faden, wenn Sie merken: Zu Hause braucht jemand mehr Unterstützung. Zum Ausdrucken, Abhaken und Mitnehmen.

Teil 1 – Anzeichen: Was fällt Ihnen auf?

Je mehr Punkte zutreffen, desto eher lohnt sich ein Gespräch mit Hausarzt, Pflegeberatung oder uns.

- | | |
|--|--|
| ☐ Körperpflege fällt schwer oder wird vermieden | ☐ Vergesslichkeit & Orientierung (Herd, Wege) |
| ☐ Essen & Gewicht: kaum gekocht, Gewicht verändert | ☐ Rückzug von Hobbys, Freunden, Terminen |
| ☐ Medikamente vergessen, doppelt oder ungenommen | ☐ Wohnung ungewohnt unordentlich/unsauber |
| ☐ Unsicher beim Gehen , Stürze, blaue Flecken | ☐ Haut & Wunden: schlecht heilende Stellen |
| ☐ Post & Finanzen bleiben liegen, Mahnungen | ☐ Sie selbst sind erschöpft/überlastet |

Teil 2 – Handlungsplan: Schritt für Schritt

- 1 Situation einschätzen – Pflegetagebuch führen**
1–2 Wochen notieren: Was klappt allein? Wo, wie oft, wie lange ist Hilfe nötig?
- 2 Kostenlose Pflegeberatung nutzen**
Pflegestützpunkt oder Pflegekasse – unabhängig und unverbindlich.
- 3 Pflegegrad beantragen**
Formloser Anruf bei der Pflegekasse genügt. Antragsdatum schriftlich bestätigen lassen.
- 4 Ärztliche Verordnung besorgen**
Für Wundversorgung, Medikamente, Injektionen: Verordnung häuslicher Krankenpflege vom Hausarzt.
- 5 Pflegedienst wählen & Erstgespräch führen**
In Ruhe kennenlernen, Leistungen und feste Zeiten festlegen.
- 6 Hilfsmittel & Wohnung anpassen**
Rollator, Pflegebett, Haltegriffe, Hausnotruf – vieles wird bezuschusst.

Gut zu wissen: Pflegerische Leistungen laufen über den Pflegegrad (Pflegeversicherung). Medizinische Behandlungspflege (z. B. Wunden, Medikamente) übernimmt bei ärztlicher Verordnung die Krankenkasse – unabhängig vom Pflegegrad.

Teil 3 – Ihre wichtigen Kontakte

Tragen Sie die Nummern ein, die Sie im Alltag brauchen – dann haben alle in der Familie alles griffbereit.

Hausarzt / Praxis	Telefon
Pflegekasse / Krankenkasse	Versichertennummer
Pflegestützpunkt / Beratung	Telefon
Apotheke	Telefon
Pflegedienst	Telefon
Angehörige/r (Ansprechpartner)	Telefon
Antrag Pflegegrad gestellt am	Aktueller Pflegegrad

Notizen & offene Fragen

Sie sind unsicher, was in Ihrer Situation richtig ist? Rufen Sie uns an – wir beraten Sie kostenlos und unverbindlich und schauen gemeinsam, was zu Ihnen passt. 08041 / 808 48 38