

# Zu Hause pflegen – gesund bleiben!

Was den Alltag leichter macht

## Häusliche Pflege muss verwaltet werden

Die Pflege eines Angehörigen bringt immer auch einen riesigen formalen Organisationsaufwand mit sich: Anträge müssen gestellt, Fragebögen ausgefüllt, Rezepte und Medikamente beschafft, finanzielle Unterstützung gesichert und Nachweise aller Art geführt werden. Je weiter die Abhängigkeit des Pflegebedürftigen fortschreitet, umso umfangreicher wird die Verwaltung. In vielen Fällen mündet sie darin, dass der Pflegendenach und nach die komplette Lebensorganisation des Pflegebedürftigen übernimmt.

### Ohne sie geht nichts – Vollmachten

Die wichtigste Arbeitsgrundlage für alle verwaltungstechnischen Angelegenheiten sind Vollmachten. Silke Niewohner von der Landesstelle Pflegenden Angehörige in Münster empfiehlt allen Betroffenen, eine Vorsorgevollmacht zu erstellen. „Diese detaillierte Generalvollmacht ermächtigt den Bevollmächtigten, in allen Lebensbereichen im Interesse des Pflegebedürftigen zu handeln, zum Beispiel Anträge bei Kostenträgern zu stellen, Gespräche mit Ärzten zu führen, Verträge mit Dienstleistern zu schließen oder in Vermögens- oder Immobilienangelegenheiten tätig zu werden.“ Die Fachfrau rät nachdrücklich, die Formulare der Justizministerien zu verwenden. „Damit ist man auf der sicheren Seite – sowohl was den Inhalt als auch was Formulierungen angeht.“ Kontovollmachten müssen üblicherweise bei der Bank oder Sparkasse auf banküblichen Formularen geregelt werden.

Diese Vollmachten werden im Idealfall frühzeitig, schon vor Beginn einer Pflegebedürftigkeit, geregelt. „Bei dementiellen Erkrankungen ist es wichtig, dass der Pflegebedürftige die Vollmachten zu einem Zeitpunkt unterzeichnet, wo er noch voll geschäftsfähig ist“, sagt Christel Vogt-Röher, Pflegeberaterin aus Porta Westfalica. Sinnvoll ist in jedem Fall, diese Vollmachten mit einer Patientenverfügung zu koppeln.

### Aktenordner mit System

Die Übernahme einer häuslichen Pflege bedeutet für die Angehörigen meist eine Krisensituation. Doch wenn die Schriftwechsel etwa mit Behörden, Sozialversicherungsträgern, Ärzten erst einmal begonnen haben, wachsen die Papierberge schnell ins Unüberschaubare. „Wir erleben in der Beratung oft Angehörige, die alle Papiere nach Eingang aufeinanderheften oder auch im Schuhkarton sammeln“, berichtet die Pflegeberaterin. „Das macht die Verwaltung der Pflege enorm schwer: Man hat kaum eine Chance, im Bedarfsfall die Unterlagen auf einen Griff zu finden, die gerade benötigt werden.“ Am besten wird deshalb sofort ein Ordnungssystem aufgebaut.

Dafür gibt es verschiedene Möglichkeiten. Natürlich kann für jeden Korrespondenzpartner ein eigener Aktenordner angelegt werden. Dann wird allerdings ein und derselbe Vorgang – etwa die Beschaffung eines Hilfsmittels – an unterschiedlichen Orten abgelegt. Eine praktische Alternative ist, alle wichtigen Dokumente in einem Ordner abzulegen, der nach Kapiteln gegliedert ist und bei Bedarf Querverweise auf andere Ordner enthält. „Auf diese Weise hat man alles gut greifbar, etwa für Beratungsgespräche oder auch bei einem Krankenhausaufenthalt“, sagt Vogt-Röher. Zu den wichtigsten Unterlagen gehören zunächst alle Ausweise. „Von der Versichertenkarte, dem Personalausweis, aber auch dem Impfausweis, dem Allergie- oder dem Diabetikerpass sollten Kopien gemacht werden“, rät Niewohner. Der Einstufungsbescheid in eine Pflegestufe sollte genauso greifbar sein wie der Medikamentenplan, aber auch Diagnosen und Untersuchungsergebnisse von Ärzten. Hier bietet es sich an, Computerausdrucke abzuheften. Sehr hilfreich ist eine vollständige Liste aller Ansprechpartner und ihrer Erreichbarkeit – vom sozialen Netzwerk über alle Sozialversicherungsträger und Behörden bis hin zu Ärzten

und Therapeuten. „Für Notfallsituationen wie einer kurzfristigen Krankenhaus-Einweisung ist außerdem eine Checkliste praktisch“, sagt Niewohner. Darauf können Dinge notiert werden, die auf jeden Fall eingepackt werden müssen – etwa eine Brille, ein Gebiss oder ein Hörgerät.

Diese Dokumente müssen immer, wenn sich etwas verändert, aktualisiert werden. Es empfiehlt sich, sie routinemäßig, zum Beispiel einmal im Jahr, zu überprüfen. Möglicherweise kann dabei auch das eine oder andere Schriftstück aus dem aktuellen Ordner entfernt und archiviert werden.

### Arbeitsteilung erwägen

Die ganze Pflegelast auf die Schultern einer Person zu legen – das ist viel zu viel. „Arbeitsteilungen sind daher in der häuslichen Pflege unbedingt sinnvoll“, sagt Pflegeberaterin Vogt-Röher. „So kann man etwa zu Beginn der Pflegesituation im familiären und sozialen Umfeld schauen: Wer kann was gut? So kann sich vielleicht eine Person verstärkt um Betreuungsaufgaben kümmern und eine andere übernimmt den Verwaltungsteil.“

Eine solche Arbeitsteilung setzt natürlich gute Absprachen und koordiniertes Vorgehen voraus. Und: Sie muss bei der Ausstellung der Vollmachten berücksichtigt werden. „Denkbar ist auch, einen ehrenamtlichen Betreuer zu beauftragen. Allerdings will ein solcher Schritt wohl überlegt sein, da er einen großen Eingriff ins Privatleben bedeutet“, sagt die Fachfrau von der Landesstelle.

Pflegestützpunkte, aber auch Betreuungsvereine der Wohlfahrtsverbände haben die Aufgabe, pflegende Angehörige bei solchen Arbeitsaufteilungen zu beraten.

### Zeit für die Grundorganisation einplanen

Pflegende Angehörige sollten sich Zeit nehmen, um alle Aspekte der Pflege-Verwaltung zu organisieren. Und zwar am besten direkt zu Beginn der häuslichen Pflege. Berufstätige pflegende Angehörige haben diverse Möglichkeiten, sich diesen Freiraum zu schaffen: Wird ein naher Angehöriger akut pflegebedürftig, hat der pflegende Angehörige das Recht, bis zu zehn Arbeitstage der Arbeit fernzubleiben, um eine gute Pflege zu organisieren. Eine solche kurzzeitige Freistellung können alle Beschäftigten in Anspruch nehmen – unabhängig von der Anzahl der beim Arbeitgeber Beschäftigten. Der Schutz in der Kranken-, Pflege-, Renten- und Arbeitslosenversicherung bleibt bestehen.

Mitarbeiter von Unternehmen mit mehr als 15 Beschäftigten können darüber hinaus eine bis zu sechsmonatige Pflegezeit nehmen, sich also unbezahlt und sozialversichert von der Arbeit freistellen lassen. Es gibt auch die Möglichkeit, mit dem Arbeitgeber eine schriftliche Vereinbarung über eine teilweise Freistellung zu treffen.