

# Auf einen Blick

---

<b>Über die Autoren</b> .....	<b>7</b>
<b>Einführung</b> .....	<b>19</b>
<b>Teil I: Notfallset Pflege</b> .....	<b>23</b>
<b>Kapitel 1:</b> Die allerwichtigsten Schritte .....	25
<b>Kapitel 2:</b> Der Gepflegte und Sie – manchmal eine komplizierte Beziehung .....	37
<b>Kapitel 3:</b> Sie sind nicht allein .....	45
<b>Teil II: Gesetze und Regeln: Ohne Juristisches geht es nicht</b> ....	<b>51</b>
<b>Kapitel 4:</b> Vollmachten und Co – gut, wenn man rechtzeitig vorgesorgt hat .....	53
<b>Kapitel 5:</b> Das Pflegestärkungsgesetz .....	67
<b>Kapitel 6:</b> Gesetzliche Regelungen zur Vereinbarkeit von Pflege und Beruf .....	77
<b>Teil III: Das liebe Geld: Wer zahlt für was?</b> .....	<b>85</b>
<b>Kapitel 7:</b> Die Pflegeversicherung .....	87
<b>Kapitel 8:</b> Privater Zusatzschutz für den Pflegefall .....	103
<b>Kapitel 9:</b> Wenn die Zahlungen aus der Pflegeversicherung nicht ausreichen .....	109
<b>Kapitel 10:</b> Weitere Unterstützungsmöglichkeiten für Pflegebedürftige und Pflegende .....	121
<b>Teil IV: Pflege im Alltag</b> .....	<b>129</b>
<b>Kapitel 11:</b> Einen Pflegegrad beantragen – der Weg zu Leistungen aus der Pflegeversicherung .....	131
<b>Kapitel 12:</b> Den passenden Ort für die Pflege auswählen .....	145
<b>Kapitel 13:</b> Pflege in den eigenen vier Wänden .....	155
<b>Kapitel 14:</b> Die Pflege-WG – eine besondere Form des Lebens zu Hause .....	169
<b>Kapitel 15:</b> Betreutes Wohnen – noch zu fit fürs Pflegeheim .....	179
<b>Kapitel 16:</b> Wohnen im Pflegeheim .....	187
<b>Kapitel 17:</b> Palliativversorgung – helfen und begleiten am Lebensende .....	199
<b>Teil V: Der Top-Ten-Teil</b> .....	<b>209</b>
<b>Kapitel 18:</b> Zehn Tipps für kleine Extras im Alltag des Gepflegten .....	211
<b>Kapitel 19:</b> Zehn Tipps für Sie zum Durchatmen .....	215
<b>Kapitel 20:</b> Zehn Internetseiten zum Weiterlesen .....	221
<b>Stichwortverzeichnis</b> .....	<b>227</b>



# Inhaltsverzeichnis

<b>Über die Autoren</b> .....	<b>7</b>
<b>Danksagung</b> .....	<b>7</b>
<b>Einführung</b> .....	<b>19</b>
Über dieses Buch.....	19
Törichte Annahmen über den Leser.....	20
Konventionen in diesem Buch.....	20
Wie dieses Buch aufgebaut ist.....	20
Teil I: Notfallset Pflege.....	21
Teil II: Gesetze und Regeln: Ohne Juristisches geht es nicht .....	21
Teil III: Das liebe Geld: Wer zahlt für was? .....	21
Teil IV: Pflege im Alltag.....	21
Teil V: Der Top-Ten-Teil .....	22
Symbole, die in diesem Buch verwendet werden.....	22
Wie es weitergeht .....	22
<b>TEIL I</b>	
<b>NOTFALLSET PFLEGE</b> .....	<b>23</b>
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Die allerwichtigsten Schritte</b> .....	<b>25</b>
Der plötzliche Einstieg in die Pflege .....	25
Checkliste: Die ersten 48 Stunden.....	26
Checkliste: Die erste Woche .....	28
Checkliste: Der erste Monat .....	30
Der allmähliche Einstieg in die Pflege.....	33
Checkliste: Worauf Sie achten sollten.....	33
Checkliste: Was Sie tun sollten.....	34
<b>Kapitel 2</b>	
<b>Der Gepflegte und Sie – manchmal eine komplizierte Beziehung</b> .....	<b>37</b>
Pflege aus der Sicht des Gepflegten .....	37
Abhängigkeit von Pflege – eine dramatische Veränderung des Lebens ...	38
»Ich brauche keine Hilfe!«.....	39
Pflege aus der Sicht des Pflegenden.....	40
Pflegeverantwortung – eine dramatische Veränderung des Lebens.....	40
»Ich muss möglichst schnell Hilfe organisieren!« .....	41
Pflege im Zusammenspiel von Gepflegtem und Pflegendem.....	42

<b>Kapitel 3</b>	
<b>Sie sind nicht allein</b> .....	<b>45</b>
Beratungsangebote .....	45
Für gesetzlich Versicherte: Pflegestützpunkte .....	46
Für privat Versicherte: compass pflegeberatung .....	46
Gesetzliche und private Krankenkassen .....	47
Sozialdienst im Krankenhaus .....	47
Pflegeberatung .....	48
Entlastungsmöglichkeiten .....	48
Entlastung durch professionelle Dienstleister .....	48
Entlastung durch ehrenamtliche Helfer .....	49
Unterstützung in Selbsthilfegruppen .....	49

**TEIL II**  
**GESETZE UND REGELN: OHNE JURISTISCHES GEHT ES NICHT .... 51**

<b>Kapitel 4</b>	
<b>Vollmachten und Co. – gut, wenn man rechtzeitig vorgesorgt hat</b> .....	<b>53</b>
Vollmachten und Verfügungen erstellen .....	54
Hilfe bei der Erstellung .....	54
Die Form des Dokuments .....	55
Aufbewahrung des Dokuments .....	56
Die Vorsorgevollmacht im Detail .....	56
Ganz wichtig: Die Geschäftsfähigkeit .....	57
Gute Gründe für die Vorsorgevollmacht .....	58
Mögliche Inhalte der Vorsorgevollmacht .....	59
Die Betreuungsverfügung im Detail .....	60
Ganz wichtig: Die Einwilligungsfähigkeit .....	60
Gute Gründe für die Betreuungsverfügung .....	61
Mögliche Inhalte der Betreuungsverfügung .....	62
Wenn keine Vorsorgevollmacht oder Betreuungsverfügung vorliegt .....	62
Die Patientenverfügung im Detail .....	63
Ganz wichtig: Die Einwilligungsfähigkeit .....	64
Gute Gründe für die Patientenverfügung .....	64
Mögliche Inhalte der Patientenverfügung .....	64
Wenn keine Patientenverfügung vorliegt .....	65

<b>Kapitel 5</b>	
<b>Das Pflegestärkungsgesetz</b> .....	<b>67</b>
Ziel des Gesetzes .....	68
Der Begriff »Pflegebedürftigkeit« .....	68
Beeinträchtigung der Selbstständigkeit – die Module .....	69
Modul 1 – Mobilität .....	70
Modul 2 – Kognitive und kommunikative Fähigkeiten .....	70
Modul 3 – Verhaltensweisen und psychische Problemlagen .....	70
Modul 4 – Selbstversorgung .....	71

Modul 5 – Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen ...	71
Modul 6 – Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte .....	72
Module 7 und 8 – Außerhäusliche Aktivitäten und Haushaltsführung .....	72
Berechnung der Pflegegrade .....	73
Pflegepersonen .....	74

**Kapitel 6  
Gesetzliche Regelungen zur Vereinbarkeit von  
Pflege und Beruf ..... 77**

Das Pflegezeitgesetz .....	78
Kurzzeitige Arbeitsverhinderung .....	78
Pflegezeit .....	80
Begleitung in der letzten Lebensphase .....	81
Das Familienpflegezeitgesetz .....	82

**TEIL III  
DAS LIEBE GELD: WER ZAHLT FÜR WAS? ..... 85**

**Kapitel 7  
Die Pflegeversicherung ..... 87**

Der Versichertenkreis .....	87
Gesetzlich Versicherte .....	88
Freiwillig gesetzlich Versicherte .....	88
Privat Versicherte .....	89
Rentner .....	89
Finanzielle Leistungen .....	89
Pflegesachleistungen für häusliche Pflege .....	90
Pflegegeld für häusliche Pflege .....	91
Pflegehilfsmittel .....	92
Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson .....	93
Kurzzeitpflege .....	94
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen .....	95
Anschubfinanzierung für Pflege-WG .....	96
Wohngruppenzuschlag in Pflege-WG .....	97
Teilstationäre Leistungen der Tages- und Nachtpflege .....	97
Entlastungsbetrag .....	98
Leistungen für vollstationäre Pflege .....	99
Weitere Ansprüche auf Leistungen aus der Pflegeversicherung .....	100
Pflegeberatung .....	100
Pflegekurse .....	101

**Kapitel 8  
Privater Zusatzschutz für den Pflegefall ..... 103**

Arten des privaten Zusatzschutzes .....	103
Pflegetagegeldversicherungen .....	104
Pflegerentenversicherung .....	104

## 14 Inhaltsverzeichnis

Pflegekostenversicherung .....	105
Pflege-Bahr .....	106
Zusatzschutz für wen? .....	106

### Kapitel 9

#### Wenn die Zahlungen aus der Pflegeversicherung nicht ausreichen .....

**109**

Finanziell nicht abgedeckt: Die zu erwartende Deckungslücke .....	109
Deckungslücke bei ambulanter Pflege durch einen Pflegedienst. ....	110
Deckungslücke bei stationärer Pflege. ....	112
Finanzierung der Deckungslücke aus den Einkünften und dem Vermögen des Pflegebedürftigen .....	113
Einkommen: Rente, Pension und Co. ....	113
Immobilien: Die eigenen vier Wände .....	114
Sonstiges Vermögen .....	114
Finanzierung durch Ehepartner und Kinder .....	114
Finanzierung durch Ehe- und Lebenspartner .....	115
Finanzierung durch Kinder .....	115
Finanzierung der Deckungslücke durch das Sozialamt .....	118

### Kapitel 10

#### Weitere Unterstützungsmöglichkeiten für Pflegebedürftige und Pflegendes .....

**121**

Schwerbehindertenausweis. ....	122
Steuerliche Entlastung für Pflegepersonen. ....	123
Urlaubsangebote für Pflegendes und Gepflegte .....	123
Kuraufenthalte und Reha-Angebote. ....	124
Psychotherapeutische Unterstützung für Pflegendes .....	125
Finanzielle Anerkennung im Erbfall .....	127

## TEIL IV

### PFLEGE IM ALLTAG .....

**129**

### Kapitel 11

#### Einen Pflegegrad beantragen – der Weg zu Leistungen aus der Pflegeversicherung .....

**131**

Ohne Antrag keine Unterstützung: Die Antragstellung .....	132
Formulare, Formulare .....	132
Checkliste für das Ausfüllen des Antrags .....	133
Fristen für den Bescheid. ....	133
Ihr Anspruch auf Beratung. ....	134
Die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst beziehungsweise Medicproof .....	135
Die Begutachtung aus der Perspektive des Gepflegten und des Pflegenden .....	135

Checkliste: Was Sie vor und während des Begutachtungstermins tun sollten .....	136
Checkliste: Was Sie vor und während des Begutachtungstermins nicht tun sollten .....	139
Das Gutachten des Medizinischen Dienstes beziehungsweise von Medicproof .....	141
Checkliste: Was Sie beim Lesen des Gutachtens beachten sollten .....	141
Checkliste: Was Sie beim Widerspruch beachten sollten .....	143
Leistungen aus der Pflegeversicherung abrufen .....	144

<b>Kapitel 12</b>	
<b>Den passenden Ort für die Pflege auswählen .....</b>	<b>145</b>
Vorstellungen und Wünsche als »Kompass« für die richtige Ortswahl .....	146
Check: Der geeignete Ort für Ihre Pflegesituation .....	147
Sicherheit im Mittelpunkt .....	148
Vermeidung späterer Ortswechsel als Ziel .....	149
Soziale Kontakte erhalten und neue knüpfen .....	150
Selbstbestimmung und Eigenorganisation im Fokus .....	150
Angehörige pflegerisch und organisatorisch entlasten .....	151
Finanzielle Belastung gering halten .....	152

<b>Kapitel 13</b>	
<b>Pflege in den eigenen vier Wänden .....</b>	<b>155</b>
Vor- und Nachteile der Pflege zu Hause .....	156
Vor- und Nachteile der Pflege zu Hause im Allgemeinen .....	156
Vor- und Nachteile der Pflege im Zuhause des Gepflegten .....	156
Vor- und Nachteile der Pflege im Zuhause des Pflegenden .....	156
Checkliste: Wie Sie sich auf die Pflege zu Hause vorbereiten sollten .....	159
Ambulante Pflege: Die Suche nach einem guten Pflegedienst .....	161
Der Prüfbericht des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen beziehungsweise des Prüfdienstes der Privaten Krankenversicherung ...	161
Von Erfahrungen anderer profitieren .....	163
Der persönliche Eindruck .....	163
Eine ganz besondere Form der Unterstützung – die »24-Stunden-Kraft« .....	166
Beschäftigungsmodelle und Kosten .....	166
Aufgaben der »24-Stunden-Kraft« .....	167
Vor- und Nachteile der »24-Stunden-Kraft« .....	168

<b>Kapitel 14</b>	
<b>Die Pflege-WG – eine besondere Form des Lebens zu Hause .....</b>	<b>169</b>
Begriffsklärung und Varianten .....	169
Vor- und Nachteile der Pflege-WG .....	171
Checkliste: Eine geeignete Pflege-WG finden .....	172
Gründung einer Pflege-WG .....	174

Die Trägerform . . . . .	174
Interne Organisation . . . . .	175
Die wichtigsten Schritte . . . . .	176

<b>Kapitel 15</b>	
<b>Betreutes Wohnen – noch zu fit fürs Pflegeheim . . . . .</b>	<b>179</b>
Was betreutes Wohnen bietet (und was nicht) . . . . .	180
Kosten für betreutes Wohnen . . . . .	181
Vor- und Nachteile des betreuten Wohnens . . . . .	181
Checklisten: Eine geeignete Einrichtung für betreutes Wohnen finden . . . . .	182
Checkliste: Vergleichen der Kosten für betreutes Wohnen . . . . .	182
Checkliste: Eine geeignete Einrichtung für betreutes Wohnen finden . . . . .	183

<b>Kapitel 16</b>	
<b>Wohnen im Pflegeheim . . . . .</b>	<b>187</b>
Begriffsklärung . . . . .	187
Vor- und Nachteile des Wohnens im Pflegeheim . . . . .	190
Checkliste: Ein geeignetes Pflegeheim finden . . . . .	192
Der Prüfbericht des Medizinischen Dienstes . . . . .	192
Freiwillige Zertifizierungen . . . . .	192
Checkliste: Vergleichen der Kosten für Pflegeheime . . . . .	193
Der persönliche Eindruck . . . . .	194

<b>Kapitel 17</b>	
<b>Palliativversorgung – helfen und begleiten am Lebensende . . . . .</b>	<b>199</b>
Palliativversorgung: Die Idee dahinter . . . . .	199
Die ganzheitliche Betreuung . . . . .	200
Regelungen der Palliativversorgung für gesetzlich Krankenversicherte . . . . .	202
Angebote der Palliativversorgung . . . . .	202
Allgemeine ambulante Palliativversorgung (AAPV) . . . . .	203
Spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV) . . . . .	204
Palliativstationen . . . . .	205
Qualität in der Palliativversorgung . . . . .	206

<b>TEIL V</b>	
<b>DER TOP-TEN-TEIL . . . . .</b>	<b>209</b>

<b>Kapitel 18</b>	
<b>Zehn Tipps für kleine Extras im Alltag des Gepflegten . . . . .</b>	<b>211</b>
Zeit fürs Zuhören . . . . .	211
Kleine Aufmerksamkeiten . . . . .	212
Komplimente . . . . .	212
Kleine Aufgaben . . . . .	212
Gemeinsam ausgehen . . . . .	212
Besuche bei Freunden . . . . .	213
Freunde einladen . . . . .	213



Besuch durch einen Friseur oder eine Kosmetikerin .....	213
Besuche besonderer Orte .....	213
Normalität und Respekt .....	214

**Kapitel 19**  
**Zehn Tipps für Sie zum Durchatmen ..... 215**

Scheuen Sie sich nicht, um Unterstützung zu fragen .....	215
Nutzen Sie professionelle Entlastungsmöglichkeiten .....	216
Tauschen Sie sich mit anderen aus .....	216
Informieren Sie Ihren Arbeitgeber .....	217
Setzen Sie feste kleine Auszeiten im Alltag .....	217
Pflegen Sie Ihre Kontakte und Hobbys .....	218
Lassen Sie es mal »gut« sein .....	218
Auch Sie haben das Recht auf einen schlechten Tag .....	218
Gönnen Sie sich selbst mal was .....	219
Gehen Sie nicht über Ihre Grenzen hinaus .....	219

**Kapitel 20**  
**Zehn Internetseiten zum Weiterlesen ..... 221**

Die Allgemeine: Das Bundesgesundheitsministerium .....	221
Von A bis Z: Die Pflegestärkungsgesetze .....	222
Wege zur Pflege: Dringende Fragen, präzise Antworten .....	222
Zuhause im Alter: Die Online-Wohn-Beratung .....	222
Für alle Beteiligten: »Das sichere Haus« .....	222
Recht wichtig: Vollmacht und Verfügungen .....	223
Das Heimverzeichnis .....	223
»Einfach teilhaben« .....	224
Pflegeverantwortung: Faktenwissen für Angehörige .....	224
Pflegen und leben .....	224

**Stichwortverzeichnis ..... 227**

