

Auswahlhilfe Betreuungsform und Wahl der externen Unterstützung

1

Zeitaufwand der Pflege



2

Die geeignete Betreuungsform



3

Unterstützung organisieren



Du solltest Dir gemeinsam mit dem Entlassungsmanagement, dem/der Hausarzt/-ärztin und Deiner Familie überlegen, welche **Unterstützungsleistungen** notwendig sind, wie oft, am **Tag** oder auch in der **Nacht**.

Gibt es **Hilfsmittel** für die Wohnung, die hilfreich sind und den Unterstützungsaufwand reduzieren?

Wie kann die Pflege **kurz-/ mittel-/ langfristig** organisiert werden? Es gibt auch Kurzzeit-Angebote, wenn die Angehörigen einmal für eine **kurzen Zeitraum** externe **Unterstützung** benötigen.

DERZEITIGE BETREUUNG (ZUHAUSE)

Um eine - für alle passende - Betreuungsform auswählen zu können, sind ein paar wichtige Bereiche wie der Zeitaufwand der Pflege und die Vor- und Nachteile der Betreuungsformen zu klären. Mehr dazu im Fragebogen auf der nächsten Seite.

Umfang der individuellen Betreuung

Was ist wann, wie oft, wo, durch wen zu tun?

Was kann die betroffene Person noch gut alleine machen? Was muss komplett für sie übernommen werden?

Durchführung der individuellen Betreuung

Welche unterstützenden Personen leben im selben Haushalt / in der Nähe?

Wer übernimmt die Tätigkeiten zu welchem Zeitpunkt?

HINWEIS

Das Kapitel "Finanzielle Unterstützung" und der Fragebogen zu "Selber betreuen - ja oder nein?" können bei Deiner Arbeit mit diesem Arbeitsblatt hilfreich sein.



1

Zeitaufwand der Pflege

Bestehe unbedingt auf ein ausführliches **Gespräch** mit den **Ärzten/ Pflegepersonen** bzw. dem **Entlassungsmanagement** im Krankenhaus / in der Reha-Einrichtung, damit Du den Zeitaufwand pro Tag besser einschätzen kannst.



Aufstehen und Hygiene

| | | | | | | T | N |
|--------------------------------|--------------------------|---|------|---|------|--------------------------|--------------------------|
| Aufstehen / Niederlegen, Gehen | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ankleiden bzw. Auskleiden | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Zähneputzen / Mundpflege | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| WC-Gang (Umsetzen, Reinigung) | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Waschen und Körper-/Hautpflege | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Inkontinenzschutz wechseln | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rasieren / Haarewaschen | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | | |

Pflegerisch

| | | | | | | | |
|--------------------------------|--------------------------|---|------|---|------|--------------------------|--------------------------|
| Einnehmen von Medikamenten | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wundversorgung / Verbände | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Blutdruckmessen | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Injektionen, Blutzuckermessung | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Umpositionieren (Dekubitus) | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Entleerung Katheter etc. | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Trinken / Nahrungsgabe | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Haushalt

| | | | | | | | |
|----------------------------|--------------------------|---|------|---|------|--|--|
| Kochen / Geschirrspülen | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | | |
| Haushaltsreinigung | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | | |
| Wäsche waschen / Bügeln | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | | |
| Einkaufen / Besorgungen | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | | |
| Betreuung Tiere / Pflanzen | <input type="checkbox"/> | X | min. | = | min. | | |



2 Die geeignete Betreuungsform

Nun weißt Du, wie viel **Zeit** hinter Deinen Aufgaben in der Betreuung und Pflege Zuhause steckt. Zu den verschiedenen Betreuungsformen gibt es hier Informationen, die Dich über Vorteile informieren. Du hast bereits viel Arbeit geleistet, die für eine Gesamteinschätzung notwendig ist!

VORTEILE EXTERNER HILFEN

Zu Hause

Stationär

Mobile Hilfe / Alltagsbetreuung

Wenn Hilfe nur für ein paar Stunden und bei bestimmten Tätigkeiten benötigt wird und zu Hause passieren soll.
Ideal für stundenweise Entlastung.

Tageszentren

Wenn tagsüber durchgehend Hilfe benötigt wird und sozialer Anschluss gesucht wird.
Ideal für Entlastung den ganzen Tag.

24-Stunden-Betreuung

Wenn Hilfe in der Nacht und bei häufig vorkommenden Tätigkeiten benötigt wird und die Betreuung zu Hause möglich ist.

Betreutes Wohnen / Pflegeheim

Wenn Hilfe rund um die Uhr benötigt wird und Betreuung zu Hause nicht (mehr) möglich oder gewünscht ist.

HINWEIS 1

Gerade bei den **mobilen Hilfen für die Pflege und Betreuung zu Hause** gibt es einige Berufsgruppen, die verschiedene Leistungen anbieten. Erkundige Dich auf unserer Homepage zu den **unterschiedlichen Tätigkeitsbereichen** der Hauskrankenpflege, Heimhilfe, Begleit- und Besuchsdienst und der Mehrstündigen Alltagsbetreuung. Du kannst hier Deine Notizen zur geeigneten Unterstützung festhalten:

HINWEIS 2

Unser Artikel *"Betreuung in der Nacht – ist diese notwendig?"* erklärt, ob eine rund-um-die-Uhr Betreuung aus professioneller Sicht tatsächlich notwendig ist. Ist eine Betreuung in der Nacht notwendig, kommen nur drei Betreuungsformen in Frage:

Betreutes Wohnen / WG J N weil...

Pflegeheim J N weil...

24h Betreuung J N weil...

3

Unterstützung organisieren

Damit die Unterstützung auch **erfolgreich** sein kann, ist es wichtig, die zu pflegende / betreuende Person einzubinden. Wenn die **Akzeptanz** vorhanden ist, kann die Unterstützung gut angenommen werden. Lasse Dich dazu auf ein **Gespräch** mit der betroffenen Person ein. Erkläre, in welcher Situation Du bist und stelle die Möglichkeiten vor. Erkundige dich eventuell vorher bei der Betreuungsstelle, ob es die Möglichkeit einer ersten **Probephase** gibt. Einige Organisationen bieten dies an.



VOR DEM GESPRÄCH

Was sind **Deine persönlichen Gründe**, Unterstützung anzunehmen?

Welche **Sorgen vermutest Du** bei der zu pflegenden/betreuenden Person?

EXTERNE UNTERSTÜTZUNG

Welche **3 Betreuungsformen** kommen in die engere Wahl? Hast du bereits **Kontaktdaten** zu den Einrichtungen notiert?

Bieten die Organisationen ein **Gespräch** zum Kennenlernen / professionelle Beratungsgespräche mit Angehörigen und Betroffenen an?



Denke daran, dass Dir Unterstützung zusteht. Nur wer Kraft schöpfen kann, kann anderen helfen. Es mag am Anfang ein mühsamer Weg sein, doch langfristig wird er sich lohnen.



HINWEIS

Tipps zum fit und gesund bleiben liest du in unserer Reihe "Mentale Unterstützung".

