

Pflege

EIN THEMA — FÜNF FRAGEN

Allianz 

ERFAHRUNGSBERICHT

*Julia Kowalski erzählt,
warum die Pflege von
Angehörigen zur
Zerreißprobe wird*

**HILF DIR SELBST, DANN
WIRD DIR GEHOLFEN**

An alle, die selbst entscheiden wollen, wie sie gepflegt werden

INTERVIEW

*Tobias sitzt im Rollstuhl, Aida hat MS.
Ein Gespräch übers Weitermachen*

JEDER ZWEITE WIRD ZUM PFLEGEFALL

*Was wäre, wenn Sie Pflege bräuchten?
Sind Sie ausreichend abgesichert?*



Jeder Zweite wird im Laufe seines Lebens pflegebedürftig

Was die häufigsten Ursachen sind,
wie sich Alzheimer von Demenz
unterscheidet und weitere wichtige
Fakten zum Thema Pflege.

SEITE 6



”

Wichtig ist,
dass man im
Pflegefall
so viel Selbst-
ständigkeit
wie möglich
bewahrt.

Désirée Leyer, Pflegeberaterin



Im Interview erzählt die
Allianz Mitarbeiterin, was sie
in ihren Beratungsgesprächen
besonders berührt.

SEITE 14

Papa braucht jetzt Hilfe –

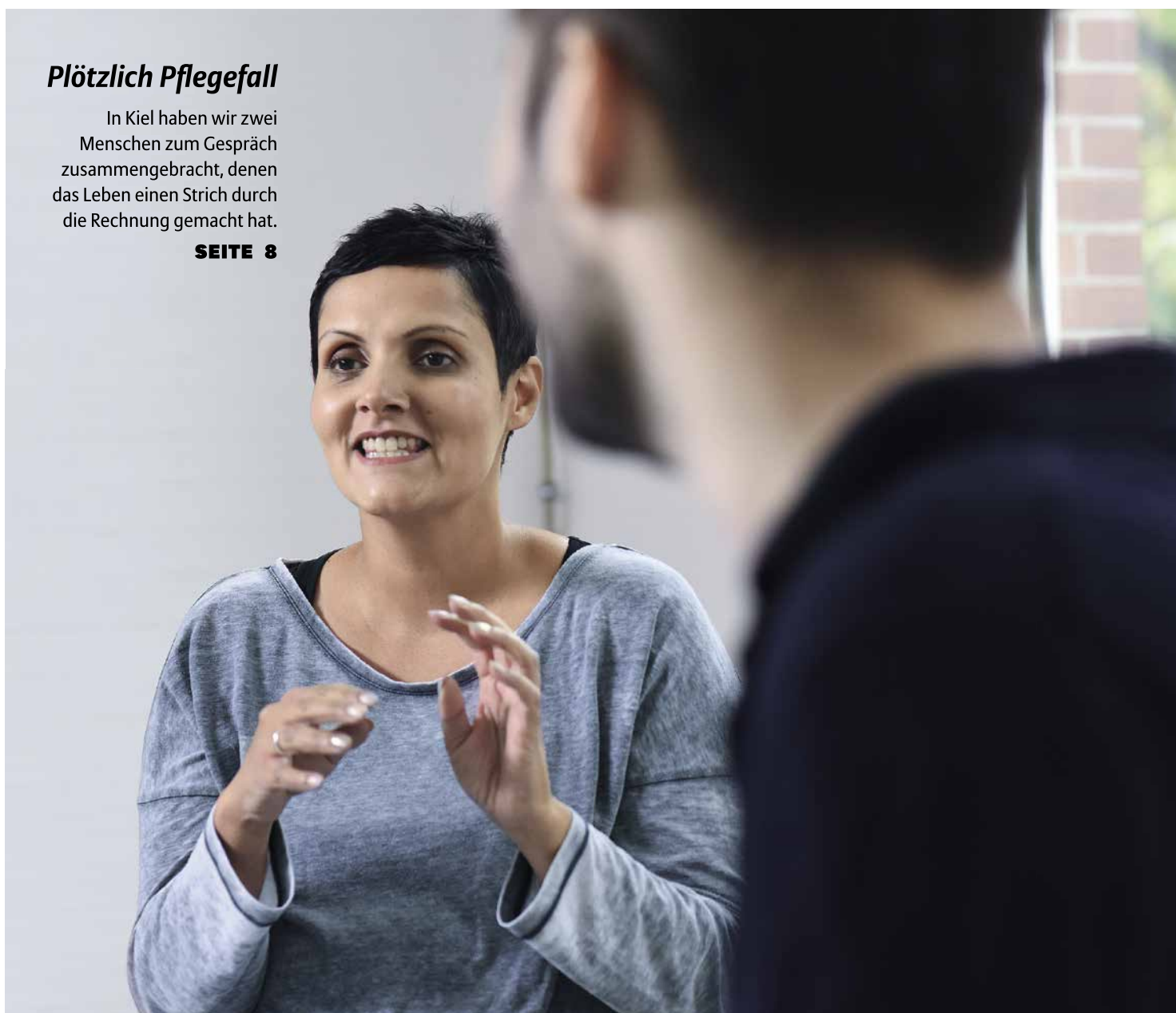
das betrifft die ganze
Familie. Vor allem
Tochter Julia muss mit
ziemlicher Belastung
zurechtkommen.

SEITE 4

Plötzlich Pflegefall

In Kiel haben wir zwei
Menschen zum Gespräch
zusammengebracht, denen
das Leben einen Strich durch
die Rechnung gemacht hat.

SEITE 8





Titel- und Editorialfotos: Bernhard Huber (2); Jonas Friedrich (1); Darius Ramazani (1) Illustration: C3 Visual Lab

Inhalt

EIN THEMA — FÜNF FRAGEN

1 Wieso sollte ich das Thema Pflege jetzt angehen?

*Schon heute ist jeder zweite Mann in hohem Alter pflegebedürftig, und es werden immer mehr. Pflege betrifft auch die Angehörigen – wie Julia Kowalski, die sich zwischen Familie, Beruf und Pflege zerreißt. Ein Bericht. **SEITE 4***

2 Wie ist die Pflegesituation in Deutschland?

*Drei Viertel der Frauen in Deutschland brauchen im Laufe ihres Lebens Pflege, jeder dritte Pflegepatient ist im Heim untergebracht. Zahlen und Fakten im Überblick. **SEITE 6***

3 Was ist mir im Pflegefall wichtig?

*Aida Alic hatte gerade angefangen zu arbeiten, als sie multiple Sklerose bekam. Tobias Gutzeit war 18, als er in einen Badensee sprang und sich die Halswirbelsäule brach. Mit der Allianz sprechen die beiden über unerwartete Wendungen im Leben und wie wichtig Eigenständigkeit auch für Pflegepatienten ist. **SEITE 8***

4 Worauf sollte ich vorbereitet sein?

*Wie viel Organisation erfordert Pflege? Welche Entscheidungen muss ich treffen? Habe ich gut vorgesorgt? Unser Ratgeber informiert. **SEITE 12***

5 Welche Vorsorge passt zu mir?

*Was empfiehlt eine Pflegeberaterin, die täglich Menschen zum Thema berät? Welche Arten der privaten Absicherung gibt es eigentlich? Und welche fördert der Staat? **SEITE 14***

IMPRESSUM

HERAUSGEBER
Allianz Deutschland AG
Marktmanagement

STAND
Dezember 2016

PAPIER
Das Papier entspricht den Anforderungen des Blauen Engels und ist hergestellt aus 100% Recyclingpapier sowie zertifiziert zu 100% als FSC-Recyclingpapier.

QUELLEN
Die Quellen der Infografiken und Illustrationen wurden von der Redaktion zusammengefasst, um den Lesefluss zu erleichtern. Bei Bedarf sind sie bei der C3 Creative Code and Content GmbH einsehbar.

1. Wieso sollte ich das Thema Pflege jetzt angehen?

Ein Pflegefall betrifft die ganze Familie: Julia Kowalski hat ihre Eltern von Essen zu sich nach Berlin geholt. Sie sind nun im Betreuten Wohnen untergebracht. Julias Vater ist 74 Jahre alt und leidet an Parkinson, ihre Mutter ist 70 und pflegt ihn rund um die Uhr. Julias Mann und die Kinder helfen mit. Gerade geht es noch gut – doch viel dazukommen darf nicht mehr.

Manchmal gibt man sein Bestes und weiß: Es wird nicht reichen. So geht es der Familie Kowalski, einer Familie, in der alle mitanpacken. Denn Opa ist ein Pflegefall. „Mein Papa kann nicht lange alleine bleiben“, sagt Julia Kowalski, 40 Jahre alt. Ihr Vater Jürgen ist an Parkinson erkrankt. Zunächst konnte er weiter seinen Alltag leben. Doch in den vergangenen fünf Jahren wurde die Nervenkrankheit immer schlimmer.

Jürgen Kelschbach gehört nun zu knapp drei Millionen Pflegebedürftigen in Deutschland. Mehr als zwei Drittel von ihnen werden zu Hause gepflegt, so wie er. Seine Frau Brunhilde kümmert sich um ihn: „Ich bin Tag und Nacht für ihn da.“ Nur dienstags nimmt sich die 70-Jährige frei, kann zur Wassergymnastik und in Ruhe einkaufen gehen. Jürgen ist dann im „Opagarten“, wie sein zehnjähriger Enkel Ben die Tagesbetreuung nennt. Dort malt der Opa Aquarelle. „Für einen Parkinson-Patienten habe ich sehr ruhige Hände“, sagt Jürgen.

Fast jede seiner Hosen ist an den Knien durchgeschauert. Wenn der 74-Jährige aus dem Rollstuhl aufsteht und ein paar Schritte geht, kann es passieren, dass er mitten in der Bewegung erstarrt. Seine Nervenbahnen leiten dann plötzlich keine Signale mehr weiter, und er stürzt: „Das ist wie ein Vorhang, der runterfällt. So ein kaltes Gefühl. Ich will zwar weiterlaufen, aber ich kann nicht“, sagt der 74-Jährige. Julia Kowalski, seine Tochter, ergänzt: „Oft kriegt Papa blaue Flecken davon, aber gebrochen hat er sich bis jetzt zum Glück nichts.“

Der Umzug ins ferne Berlin

Die Kelschbachs wuchsen in Essen auf, fanden sich, heirateten, wurden Eltern, dann Großeltern – und merkten schließlich, dass sie Hilfe brauchten. Tochter Julia aber war weit weg, vor 15 Jahren mit ihrem Mann Stefan nach Berlin gezogen, um dort zu arbeiten. Sie

Enkeltochter Maja mit ihrem Opa – es sind die kleinen Dinge, über die sich die Familie freut.



„
Helft euch selbst, bevor euch geholfen werden muss.“

Brunhilde Kelschbach,
Rentnerin, Berlin

haben zwei Kinder, neben Ben noch die 14 Jahre alte Maja. Julia besuchte ihre Eltern mehrmals im Jahr. Dennoch: „Ich konnte da nicht ständig hinfahren. Und zurückziehen war auch keine Option.“ In ein Heim wollte sie die beiden auch nicht geben. Ein Dilemma. „Es ist furchtbar, wenn man aus der Ferne mitkriegt, dass es den Eltern immer schlechter geht“, erinnert sich Julia.

In ihrer Heimatstadt Essen sahen die Kelschbachs kaum noch die Sonne. „Wir kamen fast gar nicht mehr aus der Wohnung“, sagt Brunhilde. Es waren zu viele Hindernisse für Jürgen: Die drei Stufen runter zur Straße, über ruckeliges Kopfsteinpflaster den Berg hinab zum Einkaufen. Oder den Berg hinauf zur Bushaltestelle. Nicht gerade rollstuhlgerecht. Doch zwei alte Bäume verpflanzt man nicht so leicht. Oder doch?

„Unsere Ableger waren ja schon hier“, sagt Brunhilde und lacht. Dennoch sträubten sie sich lange, in die Hauptstadt zu ziehen, zu groß, zu fern. Den Ausschlag gab dann ein Satz: „Helft Euch selbst, bevor Euch geholfen werden muss.“ Als Brunhilde diese Worte hörte, kribbelte es in ihr, sie wusste, das war die Wahrheit. Mit einem Mal war klar: Entweder sie entschieden jetzt selbst, wo und wie sie leben wollten – oder irgendwann würde irgendjemand anderes entscheiden. „Ich habe gesehen, wie es mit meinem Mann abwärts ging. Parkinson ist nicht heilbar und schreitet weiter fort“, sagt Brunhilde und fügt entschlossen hinzu: „Wir wollten selbst wählen, wie wir im Alter leben.“

Ein bisschen Geld hatten sie angespart, das investierten sie in den Umzug, bei dem alle mithalfen. Julia und ihr Mann packten 150 Umzugskartons und fuhren Brunhilde und Jürgen nach Berlin.

Noch kann sich Brunhilde von früh bis spät um ihren Mann kümmern – aber was, wenn ihr selbst die Kraft ausgeht?



**Zerreißprobe
zwischen Familie,
Beruf und Pflege** –
noch kommt Julia
Kowalski mit der
Belastung klar.
Viel abfedern kann
sie nicht mehr.

„
Ich will meinen
Kindern nicht
zur Last fallen.
Mich sollen
Profis pflegen.

Julia Kowalski, Krankenschwester, Berlin

Fotos: Bernhard Huber (3)



Gemeinsame Zeit ist kostbar

500 Kilometer weiter östlich ihrer Heimat begann das neue Leben des alten Ehepaars. Seit zwei Jahren leben die beiden nun in Berlin. Fünf Kilometer von ihrer Tochter entfernt, in einer barrierefreien Wohnung im Betreuten Wohnen, mit Hausmeisterdienst und Hausnotruf. 50 helle und aufgeräumte Quadratmeter mit Balkon, Pflegebett und genug Platz für den Rollstuhl. An den Wänden hängen Bilder, die Jürgen gemalt hat.

Die gesamte Familie kommt jetzt mindestens einmal die Woche zusammen, meist am Wochenende. Es sind die kleinen Dinge, über die sich jetzt alle freuen: Kreuzworträtsel lösen, einkaufen gehen, mal ein Eis essen. „Ich finde es toll, dass sie da sind“, sagt Julia. „Gemeinsamen Alltag hatten wir so lange nicht mehr zusammen. Und wir wollen die Zeit nutzen. Die Tage sind gezählt, so hart das klingt.“ Wenn Julia einmal nicht zu den Eltern geht, hat sie ein schlechtes Gewissen: „Ich denke, ich habe sie hergeholt, jetzt muss ich mich auch kümmern.“ Sie steht zwischen zwei Generationen, sorgt für ihre Eltern und für ihre Kinder. Zudem arbeitet sie – das allerdings gerne: „Wenn ich meinen Job nicht hätte, würde ich wahnsinnig werden“, sagt sie. Als Assistentin eines Anästhesisten fährt sie mit ihm quer durch Brandenburg. „Gott sei Dank macht mir meine Arbeit Spaß, da kann ich auftanken, da bin ich einfach nur ich selbst. Nicht Tochter, nicht Mutter.“

Jürgen hat Pflegegrad 2, das Ehepaar bekommt monatlich ein kleines Pflegegeld von der gesetzlichen Pflegeversicherung. „Da muss ich sehen, wie ich damit auskomme“, sagt Brunhilde. Finanzielle Reserven haben sie keine, auch keine private Pflegezusatzversicherung. Noch reicht das Geld. Doch wie soll es weitergehen? Um diese Frage macht die Familie einen großen Bogen. Julia erklärt das so: „Wir klammern das aus. Es gibt so viele Variablen. Es kann sein, dass es meiner Mutter plötzlich schlechter geht, es kann sein, dass es meinem Vater plötzlich schlechter geht. Ich möchte das nicht zu Ende denken. Wir haben beschlossen, dass wir uns darum kümmern, wenn es so weit ist. Ich würde nachts kein Auge mehr zu tun, wenn ich mir diese Schreckensszenarien vorstellen würde.“

Profis sollen die Pflege übernehmen

Mutter Brunhilde sagt: „Noch kann ich mich um meinen Mann kümmern. Wenn wir beide mehr Unterstützung brauchen, müssen wir den Pflegedienst kommen lassen.“ Tochter Julia sieht das allerdings weniger entspannt. Wenn ihrer Mutter etwas passieren sollte, könnte es schwierig werden, sagt sie: „Mit einem ambulanten Pflegedienst wäre es bei meinem Vater nicht getan, weil dann ja die Aufsicht nicht da ist. Mein Vater müsste dann in irgendeine Einrichtung.“ Wie in vielen Familien ist das aber auch eine Geldfrage. Eine private Pflegezusatzversicherung hat niemand in ihrer Familie. Brunhilde ist eines klar: „Wenn wir ins Heim müssten, dann würde das Geld nicht reichen. Zum Glück hat mein Mann sich seinen Humor bewahrt und jammert nicht.“ Jürgen blickt sie liebevoll an: „Ich gebe mir Mühe nicht zu jammern, Schatz, obwohl mir manchmal danach ist. Aber Jammern hilft nicht.“

Und im Fall der Fälle selbst pflegen? Für Julia keine Option: „Es müsste rund um die Uhr jemand bei meinem Vater sein, und dann würden wir uns nach zwei Wochen wahrscheinlich gehörig auf die Nerven gehen. Ich bin auch nicht diejenige, von der er auf die Toilette gesetzt werden möchte. Wenn sie selbst einmal Hilfe brauchen sollte, sagt Julia, wolle sie ihren Kindern auch nicht zur Last fallen und von ihnen gepflegt werden: „Ich hab’ früher immer gedacht, das sei eine tolle Idee. Mittlerweile glaube ich, das ist eine Schnapsidee. Ich fände es besser, wenn die zweimal die Woche zu Besuch kommen, und die Pflege übernehmen Profis. Ich denke, das sieht mein Vater genauso.“ ■

2. Wie ist die Pflegesituation in Deutschland?

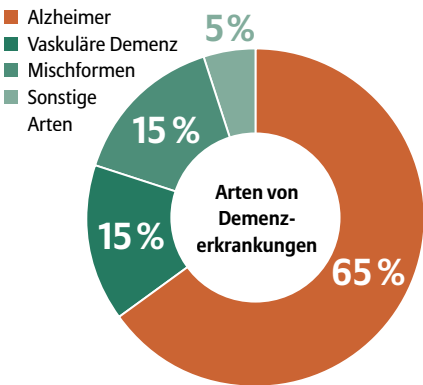
Im Alter wird es wahrscheinlicher, Pflege zu brauchen. Doch eine Krankheit oder ein Unfall können dazu führen, dass auch junge Leute Unterstützung benötigen. Wie viele Menschen gepflegt werden und auf welche Weise – ein Überblick.



DEMENZ

Jeder Zehnte

Mit dem Alter nimmt die Wahrscheinlichkeit zu, an Alzheimer oder einer anderen Form von Demenz zu erkranken: Etwa jeder Zehnte der über 65-Jährigen in Deutschland leidet an Demenz. Bis zum Jahr 2050 werden rund drei Millionen Menschen von der Krankheit betroffen sein.



Was ist Alzheimer, was ist Demenz?

Bei einer Demenz ist die geistige Leistungsfähigkeit so schwerwiegend eingeschränkt, dass die Betroffenen nicht mehr selbstständig leben können. Die Alzheimerkrankheit, benannt nach dem deutschen Psychiater Alois Alzheimer, ist eine Form von Demenz.

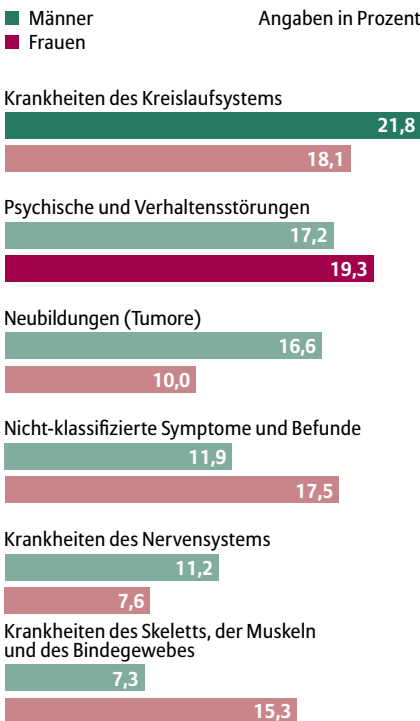


Bereits heute wird mehr als **jeder Zweite** zum Pflegepatient – und gute Pflege kostet Geld.

Quelle: BEK Gesundheitsreport

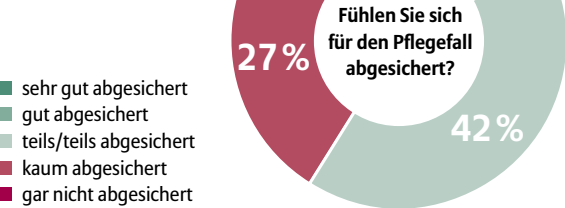
URSACHEN

Der Medizinische Dienst der gesetzlichen Krankenkassen (MDK) ermittelt jährlich, welche Ursachen am häufigsten zur Pflegebedürftigkeit führen. Ein Überblick:



PRIVATE PFLEGEVERSICHERUNG

Nur die wenigsten fühlen sich für den Pflegefall gut oder sehr gut abgesichert. 41 Prozent der Bevölkerung sind nach Erkenntnissen der Allianz kaum oder gar nicht abgesichert.



1 von 2 DEUTSCHEN wäre lieber tot ALS EIN PFLEGEFALL

So schlimm ist für sie die Vorstellung, auf Pflege angewiesen zu sein, wie eine repräsentative Umfrage unter mehr als 1.000 Erwachsenen ergab.

Derzeit sind in Deutschland **2.626.206 MENSCHEN** pflegebedürftig – und jährlich werden es mehr.

200.0

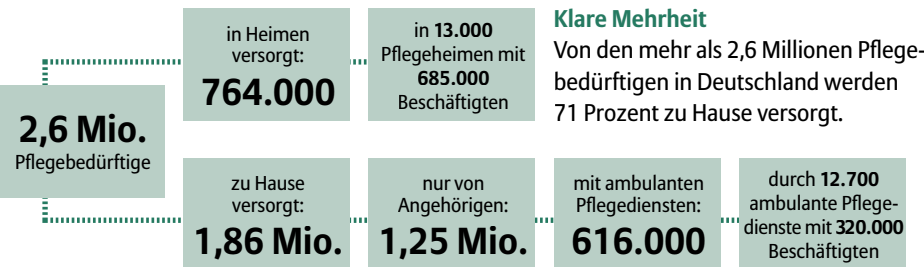
Menschen in Deutschland sind laut Bundesversicherungsamt an multipler Sklerose (MS) erkrankt. MS ist eine Entzündung des vegetativen Nervensystems und trifft zu etwa 70 Prozent Frauen, oft im jungen Erwachsenenalter. MS tritt meist in Schüben auf – mit chronischer Müdigkeit, Lähmungserscheinungen und Sehstörungen. Diese Erkrankung führt häufig zur Pflegebedürftigkeit.

Pflege wird zur zunehmenden **BELASTUNG FÜR FAMILIEN**, weil Pflegebedürftige möglichst lange zu Hause gepflegt werden möchten.

29 Prozent der Pflegebedürftigen sind im Heim untergebracht.



Wie werden Pflegebedürftige versorgt?



30 %

der Eltern und ihre erwachsenen Kinder in Deutschland wohnen mehr als 100 Kilometer voneinander entfernt. Bei 11 Prozent der Familien sind es mehr als 500 Kilometer. Erwachsene Söhne wohnen übrigens häufiger mit den Eltern zusammen als Töchter – dafür ziehen Töchter im Schnitt weniger weit weg, wenn sie fortgehen.



In jungen Jahren

werden Menschen auch durch Krankheit oder Unfall pflegebedürftig. Etwa 1.600 Menschen in Deutschland werden jährlich querschnittsgelähmt – 4 Prozent von ihnen, also mehr als 60 Menschen, erleiden allein bei Badeunfällen bleibende Lähmungen. Wie Tobias Gutzeit, der auf Seite 8 über seinen Schicksalsschlag spricht.

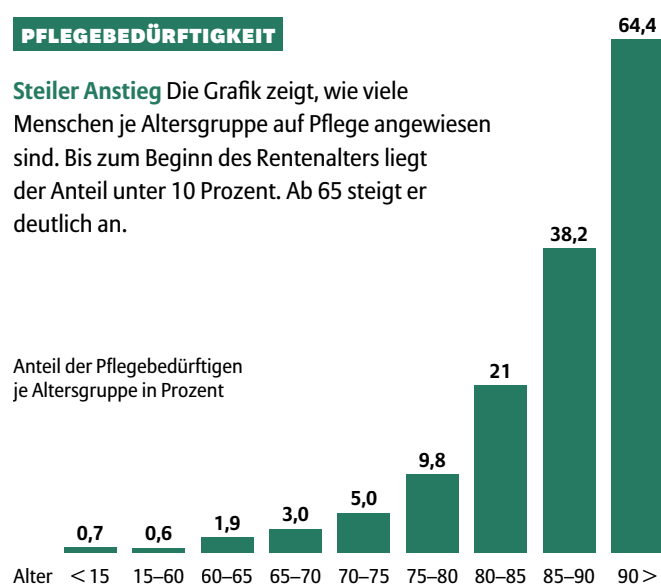
70.484

Kinder unter 15 Jahren in Deutschland sind pflegebedürftig. Meist sind genetisch bedingte Krankheiten, Geburtsfehler und Unfälle die Ursache. Jugendliche über 15 Jahren sind dabei noch gar nicht mitgezählt. Dem Statistischen Bundesamt zufolge müssen in der Altersgruppe der 15- bis 60-Jährigen immerhin 243.808 Menschen gepflegt werden.

PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT

Steiler Anstieg Die Grafik zeigt, wie viele Menschen je Altersgruppe auf Pflege angewiesen sind. Bis zum Beginn des Rentenalters liegt der Anteil unter 10 Prozent. Ab 65 steigt er deutlich an.

Anteil der Pflegebedürftigen je Altersgruppe in Prozent



3 von 4 DEUTSCHEN

fühlen sich schlecht über Pflegeleistungen informiert.

Nur jeder Fünfte weiß einer Umfrage zufolge, was bei einem Pflegefall im persönlichen Umfeld zu tun ist. Unser Ratgeber **ab Seite 14** beantwortet bereits manche Frage.

4,4 Millionen

Menschen werden im Jahr 2050 voraussichtlich Pflege brauchen. Vor allem der Anteil hochbetagter Pflegepatienten wird drastisch wachsen, wie aus dem Pflegebericht der Barmer GEK hervorgeht. 60 Prozent der pflegebedürftigen Männer und 70 Prozent der pflegebedürftigen Frauen werden demnach 85 Jahre oder älter sein.



Infografik: C3 Visual Lab Foto: Cordia Schlegelmilch (1)

INTERVIEW

Langes Leben macht Vorausdenken nötig



Prof. Dr. Gertrud M. Backes ist Inhaberin des Lehrstuhls „Altern und Gesellschaft“ an der Universität Vechta. Als Expertin für Fragen zu Alter(n) und Gesellschaft berät die Soziologin auch politische Einrichtungen. Sie war unter anderem Mitglied der Expertenkommission zum „5. Altenbericht der Bundesregierung“.

Professor Backes, Prognosen zeigen, dass die Zahl der Pflegebedürftigen dramatisch steigen wird – was bedeutet das für uns?

Gertrud Backes: Prognosen beinhalten immer Unsicherheitsfaktoren. Wir gehen hier von den Informationen aus, die wir derzeit zur Lebenserwartung, zur medizinischen Versorgung und zur Pflegebedürftigkeit haben. Es fließt dabei ein, was wir zu Demenz wissen, der Hauptursache für Pflegebedürftigkeit im Alter. Wir wissen aber nicht, ob nicht morgen oder übermorgen eine Therapie für Demenz möglich sein wird, die die gesamte Prognose aus den Angeln hebt. Von daher sind wir gut beraten, keine fixen Pläne zu machen, die auf einer Prognose beruhen, sondern am besten in unterschiedlichen Szenarien zu planen.

Wenn sehr wahrscheinlich eine große Gruppe sehr alt werden wird, was heißt das für den Einzelnen?

Dass die Lebenserwartung steigt, heißt nicht, dass jeder Einzelne so alt wird. Es heißt auch nicht, dass sie weiter steigt. Man hat in verschiedenen Ländern gesehen, dass die Lebenserwartung zwischenzeitlich wieder gesunken ist, das hat vor allem mit sozialer Ungleichheit zu tun. Es gibt diesen sehr vereinfachenden Satz: Wer arm ist, stirbt früher. Das Gegenteil wäre demnach, wer nicht arm ist, stirbt später – und unter besseren Bedingungen. Grundsätzlich stimmt das.

Was bedeutet das für meine Lebensplanung?

Wenn ich weiß, dass ich diese Chance habe, kann ich ganz anders auf meinen Lebenslauf schauen, nämlich vorsorgend, präventiv. Ich sehe, dass ich Einflussmöglichkeiten habe, etwa, was meine Bildung, Arbeit, Ernährung, Gesundheit, Wohnsituation und so weiter angeht. Ich kann lernen, wo ich individuell etwas beeinflussen kann.

Wie sehr geht es auch um finanzielle Vorsorge?

Ein ganz wichtiger Präventionsfaktor ist Bildung, und damit meine ich nicht einseitig Abitur und Studium, sondern ganz allgemein eine solide Ausbildung, die am besten schon so angelegt und offen ist, dass ich mich lebenslang weiterbilden und weiterentwickeln kann. Idealerweise in einem Beruf, in dem man davon ausgehen kann, dass man weitgehend materielle Unabhängigkeit erreicht. Genauso wichtig wie Prävention ist Flexibilität. Wir sollten uns darüber klar sein, dass ein gutes und gesundes langes Leben dann wahrscheinlicher ist, wenn wir nicht nur vorsorglich handeln, sondern auch flexibel sind.

In welcher Hinsicht sollten wir flexibel sein?

Wir sollten von der Vorstellung abrücken, ich lerne jetzt diesen oder jenen Beruf, und dann übe ich ihn aus, bis ich 65 oder 69 bin, und dann bin ich alt und werde sehr alt und genieße das Leben. Diese Dreiteilung des Lebenslaufes, die immer noch in unseren Köpfen ist, hat sich überholt. Unsere

Lebensläufe, vor allem unser Arbeiten, sind heute unsicher, es können sehr viel mehr Dinge passieren, insbesondere arbeitsmarktbedingt.

Wie stellen wir uns am besten darauf ein?

Wir brauchen Offenheit für Veränderungen, uns etwas Neues, eine andere Stelle zu suchen, wenn die alte zu verschleißend ist, Offenheit, mal einen Sprung zu wagen. Wir sollten von Anfang an darauf eingestellt sein, einen Plan B oder sogar Plan C zu haben, wenn Veränderungserfordernisse kommen. Denn sie werden kommen. Wir sollten

lernen, unser Leben in Szenarien zu denken: Was mache ich, wenn dies oder das geschieht? Wie kann ich noch dies oder das tun, wenn jenes nicht mehr geht?

Welche Rolle spielt unser soziales Umfeld – jetzt, wo es die schützende Großfamilie nicht mehr gibt?

Die klassische Großfamilie, in der einer sich um den anderen kümmert, die gab es nie. Oder

höchstens in sozial privilegierten Schichten. Sie ist ein Mythos, der sich bis heute trägt. Die Vorstellung, dass man in einem familiären Umfeld zeitlebens bis ins hohe Alter gut aufgehoben ist, ist eine Illusion. Das wissen wir, wenn wir uns konkret ansehen, was in Familien passiert. Beziehungen scheitern, Kinder ziehen weg – oder brechen den Kontakt zu den Eltern ab. So etwas kommt heute deutlich häufiger vor als vor 30, 40 Jahren.

Woran liegt das?

Vielleicht war das soziale Netz der Familie früher quantitativ stärker. Aber nicht qualitativ. Für familiären Schutz muss man etwas tun, sich anstrengen, Gespräche führen – und unter Umständen stellt man fest, es geht nicht. Früher hätte sich ein Kind vielleicht nicht getraut zu sagen, ich will mit euch nichts mehr zu tun haben. Heute traut es sich. Heute haben wir die Freiheit, soziale Netzwerke mit Freunden, mit Nachbarn zu entwickeln ...

... die an die Stelle der Familie treten?

Wenn das Alte nicht mehr da ist, besteht die Notwendigkeit, etwas Neues zu entwickeln. Funktionalisierende, lebendige und tragfähige soziale Netze sind unabdingbar wichtig für uns. Nicht in dem Sinn, dass die Freunde einen pflegen sollen. Aber ihre Begleitung, ihr Unterstützungspotenzial, das Wissen, man kann sie ansprechen, das ist extrem wichtig für Lebensqualität. Darum geht es, ganz banal: Wo bleibt unsere Lebensqualität?

Was ist Ihnen selbst wichtig für den Ruhestand?

Ich selbst wünsche mir, dass ich sehr lange aktiv bleiben kann, aber mit mehr Eigenbestimmung. Dass ich also selbst entscheiden kann, wann tue ich was, wann brauche ich mehr Bewegung, wann eine Ruhepause. Das Alter ist nicht das, wo auf einmal alles geht, was zuvor nicht ging, diese Vorstellung ist Unsinn. Die meisten Menschen, die nicht nur arbeiten, um ihre Existenz zu sichern, sondern die es auch aus inhaltlichen Gründen tun, die wirklich einen Beruf haben, die möchten das in irgendeiner Form weitermachen. Die meisten wünschen sich, dass sie aktiv bleiben können, aber dass sie dabei auch die Freiheit haben, mal den Bauch in die Sonne zu halten und zu sagen: heute nicht. ■

ZUR PERSON

NAME
Aida Alic (39)

Aida war 22 Jahre alt, als sie die Diagnose multiple Sklerose traf – eine Erkrankung des zentralen Nervensystems. Weil sie immer wieder Gleichgewichts- und Sehstörungen hatte, musste sie mit 24 Jahren ihren Beruf als Sekretärin aufgeben.

IM GESPRÄCH

Vieles ändert sich, wenn man auf Pflege angewiesen ist – aber das Gute ist: Das Leben geht weiter.

Zwei Menschen, zwei Schicksale. Tobias Gutzeit, 23, wurde vor fünf Jahren plötzlich zum Pflegefall, weil er sich beim Baden bei einem Sprung in den See die Halswirbelsäule brach. Seitdem ist er querschnittsgelähmt und rund um die Uhr auf Hilfe angewiesen. Bei Aida Alic, 39, wurde vor 17 Jahren multiple Sklerose festgestellt – eine Nervenerkrankung, die sie schleichend zum Pflegefall werden lässt. Wie geht man mit einem derartigen Schicksal um? Wir brachten die beiden zum Gespräch zusammen.

”

Ich erfreue mich am Hier und Jetzt. Meine Tochter hält mich auf Trab.

Aida Alic, ehemalige Sekretärin, Untereisesheim

Erinnern Sie sich an den Moment, der Ihr Leben verändert hat?

Tobias: Natürlich. Es war im Juni 2011. Ich war mit Freunden an einem Badesee in der Nähe von Kiel. Es gab da einen Steg, von dem ich kopfüber in den See gesprungen bin. Das erste Mal ging es gut. Beim zweiten Sprung schlug ich mit dem Kopf auf den Grund des Sees auf. Mehr weiß ich nicht mehr. Meine Freunde zogen mich

aus dem Wasser, ich konnte mich nicht mehr bewegen. Ohne ihre Hilfe wäre ich ertrunken. Am nächsten Tag wachte ich im Krankenhaus auf – nach meiner OP. Mir wurde erst nach und nach klar, was passiert war. Vor dem Unfall war ich recht sportlich – ich habe getanzt, gerudert und Handball gespielt. Plötzlich war ich komplett auf Hilfe angewiesen. Das war nicht leicht für mich. Aber ich musste sehr schnell lernen, das anzunehmen. Ob ich wollte oder nicht.

Aida: Wenn ich deine Geschichte höre, finde ich meine ja fast harmlos. Ich weiß nicht, wie ich damit umgegangen wäre. Im Gegensatz zu dir konnte ich mich auf mein Schicksal einstellen. Meine Krankheit kam

so nach und nach – die Gehstörungen, die schnelle Erschöpfung und die andauernde Müdigkeit. Trotzdem war es anfangs auch für mich ein Schock. Ich war 22, als ich die Diagnose bekam. Wer denkt in dem Alter schon daran, so krank zu werden? Zwei Jahre später musste ich wegen der Krankheit meinen Beruf als Sekretärin aufgeben. Da fehlte mir mein altes Leben erst mal sehr. Dass das Leben weitergeht und dass es wieder schön wird, das musste ich erst lernen.

Tobias: In den ersten Monaten nach dem Unfall habe ich auch mit meinem Schicksal gehadert. Ich lag im Krankenhaus, war ans Bett gefesselt. Da hat man viel Zeit zum Nachdenken: Warum trifft es ausgerechnet mich? Wieso musste ich an dieser Stelle in den See springen? Ich war völlig aus meinem Leben gerissen. Ich wollte in dem Jahr Abi machen und dann vielleicht studieren.

3. Was ist mir im Pflegefall wichtig?

Es kann so schnell gehen: ausgerutscht, falsch aufgekommen, querschnittsgelähmt. Wie geht man als junger Mensch damit um, wenn das Leben von einer Stunde auf die andere so eine Wendung nimmt? Was ändert sich? Und wie bewahrt man dennoch seine Eigenständigkeit? Ein Gespräch mit zwei Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind.



ZUR PERSON

NAME

Tobias Gutzeit (23)

Tobias war 18 Jahre alt, als er beim Baden in einen See sprang und sich die Halswirbelsäule brach. Seitdem sitzt er im Rollstuhl – er kann nur seine Arme heben und den Kopf bewegen. Gerade hat er seine Ausbildung zum Fachinformatiker abgeschlossen.

Ich wusste nicht, wie es weitergehen sollte. Als ich nach einigen Wochen in eine Rehaklinik kam, lernte ich, geduldig zu sein. Damals hätte ich nie gedacht, dass ich irgendwann alleine meinen Rollstuhl fahren könnte. Geschweige denn, dass ich mal eine Ausbildung zum Fachinformatiker abschließen würde.

Aida: Woher hast du die Kraft dafür geschöpft?

Tobias: Meine Eltern unterstützten mich sehr, die brachten mich auf den Weg. Ein Jahr nach dem Unfall wurde ich aus der Klinik entlassen und stand vor der Frage: Was mache ich nun? Ich hatte ein Schuljahr verpasst und hätte die Klasse wiederholen müssen. Da hatte ich keine Lust drauf. Ich kam auf die Idee, dass ich vielleicht als Informatiker arbeiten könnte. Für Computer hatte ich mich immer interessiert. Meine Abschlussprüfung habe ich nun mit einer selbst gebauten Schreibhilfe absolviert. Mit der kann ich halbwegs schnell tippen.

Wie stellen Sie sich Ihre Zukunft vor?

Aida: Ich habe keine Pläne. Ich weiß nicht, wie meine Krankheit verlaufen wird, deshalb kann ich nicht wissen, wie meine Zukunft wird. Ich erfreue mich am Hier und Jetzt.

Tobias: Ich denke auch nicht weit. Das Wichtigste ist gerade, dass ich Arbeit finde, allein für mein Selbstwertgefühl. Ich will etwas tun.

Warum ist Ihnen das wichtig?

Tobias: Dann kommt man nicht so schnell auf dumme Gedanken. Man braucht einen Beruf oder eine Aufgabe. Auch Freunde geben eine Menge Halt. Als ich noch im Krankenhaus lag, waren meine Freunde für mich da. Sie haben mich regelmäßig besucht. Heute schleppen sie mich ab und zu mit ins Kino, oder wir gehen zu einem Handballspiel. Das tut gut. ►



Für Tobias ist eine vertraute Umgebung wichtig – er ist rund um die Uhr auf Hilfe angewiesen. Deshalb fuhr Aida für das Gespräch aus der Nähe von Heilbronn nach Kiel.

Aida: Das sehe ich auch so. Mein Mann und ich kennen uns seit Teenagertagen, wir wollten immer Kinder haben. Mit 28 Jahren habe ich – der Krankheit zum Trotz – meine Tochter Lejla bekommen. Sie hält mich auf Trab und gibt mir Kraft. Denn nicht nur die Krankheit kostet mich Energie. Auch das Gefühl, immer mehr Eigenständigkeit einzubüßen, macht mich traurig und verunsichert mich.

Wie herausfordernd ist der Alltag für Sie?
Aida: Ich bin schnell erschöpft. Deswegen achte ich sehr auf Erholungsphasen. Und ich gehe nicht mehr so gut – mein rechtes Bein kann ich kaum anheben, brauche einen Stock. Wenn ich längere Strecken zurücklege, dann sitze ich im Rollstuhl. Als meine Tochter klein war, war sie dabei auf meinem Schoß, dann sind wir zusammen durch die Gegend gedüst. Sie ist mit meiner Krankheit aufgewachsen und kennt es nicht anders. Trotzdem hatte ich brenzlige Situationen mit ihr: Einmal rannte sie auf eine Straße, und ich konnte nicht hinterher. Das war ein schlimmes Gefühl.

Tobias: Gerade in solchen Situationen ist man hilflos. Man merkt, dass man im Alltag nicht mehr so flexibel ist wie vorher. Natürlich auch nicht mehr so selbstbestimmt. Einfach mal alleine ans Meer fahren, mich an den Strand setzen und die Sonne genießen, das geht eben nicht mehr. Zudem sind meine Tage strukturiert. Ich brauche täglich vier bis fünf Stunden Hilfe bei der Versorgung. Ein Pflegedienst kommt dreimal täglich und hilft mir unter anderem beim Waschen. Meine Eltern gehen für mich einkaufen und helfen mir beim Essen.

Sie kommen jeden Tag. Dafür mussten auch sie ihr Leben komplett umstellen. Meine Mutter arbeitet derzeit nicht, weswegen das funktioniert. Ich mag mir gar nicht vorstellen, wie es wird, wenn mir meine Eltern mal nicht mehr helfen können.

„Man braucht eine Aufgabe. Für Computer habe ich mich immer interessiert.“

Tobias Gutzeit, Fachinformatiker, Kiel

Pflege ist auch eine finanzielle Frage. Wie kommen Sie zurecht?

Aida: Ich habe Glück. Als ehemalige Angestellte im öffentlichen Dienst erhalte ich eine Erwerbsminderungsrente, von der meine Tochter und ich leben können – selbst wenn meinem Mann etwas passieren sollte. So gut abgesichert ist man in anderen Berufen vielleicht nicht. Und selbst ich hätte eine Berufsunfähigkeits- oder eine Pflegeversicherung abgeschlossen, wenn ich geahnt hätte, was auf mich zukommt. Gerade bei multipler Sklerose weiß man nicht genau, ob man zum Pflegefall wird und wie viel Pflege man einmal brauchen wird. Ich habe jetzt Pflege beantragt – wir haben eine Treppe im Haus, die komme ich ohne Hilfe nicht mehr hoch.

Tobias: Klar wäre eine private Absicherung besser. Aber gerade wenn man jung ist, hat man anderes im Kopf. Meine Eltern und ich haben nach dem Unfall zusammen eine behindertengerechte Wohnung gekauft, in der ich lebe. Von der gesetzlichen Pflegeversicherung bekomme ich Pflegegeld, davon bezahle ich meinen Pflegedienst. Weitere Ausgaben sind damit nicht gedeckt. Meine Eltern unterstützen mich finanziell – sonst hätte ich ein Problem und müsste Sozialhilfe beantragen. ■



FAKTEN

Eigenständigkeit ist das Wichtigste

Finanziell unabhängig zu sein und in den eigenen vier Wänden zu wohnen, ist den Deutschen am wichtigsten, wenn sie ans Alter denken. Außerdem wollen sie ihren Alltag frei gestalten, wie die Stiftung Zentrum für Qualität in der Pflege herausfand.

Eigene finanzielle Unabhängigkeit	96%
Leben in den eigenen vier Wänden	96%
Freie Gestaltung des eigenen Alltags	95%
Eigenes soziales Netz	91%
Selbstversorgung	90%
Altersgerechte Infrastruktur	85%
Eigene Familie finanziell unterstützen	74%
Politische Teilhabe	62%
Arbeit statt Ruhestand	32%



Mit ein bisschen Unterstützung kommt Christine Steinacker noch gut alleine zurecht – und sie hofft, dass das auch so bleibt.

ZUR PERSON

NAME

Christine Steinacker (87)

Christine lebt seit mehr als 60 Jahren auf ihrem Hof im hessischen Langenschwarz. Ihre Tochter, vier Enkelinnen und sechs Urenkel wohnen alle ganz in der Nähe von ihr.

„Meiner Familie mag ich das nicht zumuten“

Christine Steinacker war 84 Jahre alt, als ihr Mann Heinrich starb. Vier Jahre lang hatte sie ihn zuvor zu Hause gepflegt, er litt an Demenz. Nun lebt die frühere Landwirtin alleine auf dem Hof in Hessen. Im Großen und Ganzen kommt „Oma Christel“ gut zurecht – bloß morgens kommt ein mobiler Pflegedienst und hilft ihr ein bisschen.

Christine Steinacker sitzt am Küchentisch und schüttelt ungläubig den Kopf. „Manchmal“, sagt die Seniorin, „manchmal kann ich es nicht fassen, dass ich schon 87 bin.“ Die Zeit sei so schnell vergangen, es war ja immer so viel zu tun. Sie fühle sich noch gar nicht so alt. 87, sagt sie noch einmal, als müsse sie sich selbst überzeugen, dass es stimmt.

Es ist ein volles Leben, auf das Christine Steinacker zurückblickt. Mit 24 hat sie in einen Bauernhof im Hessischen eingeheiratet, den Betrieb zusammen mit ihrem Mann Heinrich mehr als drei Jahrzehnte lang bewirtschaftet, Schweine, Kühe, 30 Acker Land. „Im Frühjahr haben wir ein Schwein geschlachtet und eins im Herbst“, erzählt sie. Hart gearbeitet hätten sie, eine Tochter groß gezogen. Inzwischen freut sie sich über vier Enkelinnen und sechs Urenkel. Als ihr Mann in Rente ging und der Hof stillgelegt wurde, begannen sie zu reisen. Von Spanien und Österreich erzählt sie, zweimal waren sie in Masuren. Zu Hause trafen sich bei „Oma Christel“ die Kinder aus der Nachbarschaft. „Bei uns war immer was los“, erinnert sie sich.

2013 starb Heinrich, bis zuletzt hatte sie sich um ihren Mann gekümmert, er war an Demenz erkrankt. Zwei Pflegerinnen haben sie abwechselnd unterstützt. „Mein Mann wollte nicht von zu Hause weg“, sagt sie. „Auch für mich wäre es das Schlimmste, in ein

Pflegeheim zu ziehen.“ Oder ihrer Tochter zur Last zu fallen. Sie hätten zu Heinrichs Lebzeiten gut gewirtschaftet, ihre Rente reiche aus, und im Haus sei Platz genug, um noch jemanden unterzubringen. Notfalls könnte sie auch zu ihrer Tochter ziehen. Aber das mag sie gar nicht. „Ich habe immer alles aus eigener Kraft geschafft“, betont die frühere Bäuerin.

Noch bewältigt sie allein, was der Alltag ihr abfordert. Einkaufen, kochen, das Haus in Schuss halten – all das klappt ohne fremde Hilfe. Für Besuche beim Arzt und beim Friseur nutzt sie den Fahrdienst der Gemeinde. Bei größeren Besorgungen springt der Schwiegersohn ein. Und morgens kommt die Mitarbeiterin eines ambulanten Pflegedienstes und hilft ihr, die Thrombosestrümpfe anzuziehen. Die Kosten dafür übernimmt die Krankenkasse.

Denn selbstverständlich ist das Alter nicht ganz spurlos an „Oma Christel“ vorbeigegangen. Tabletten für die Schilddrüse nimmt sie und gegen Bluthochdruck. Der Rücken sei hinüber und schmerze gelegentlich, sagt sie, und beim Spazieren – jeden Tag eine halbe Stunde – komme sie schneller als früher aus der Puste, wenn es bergauf geht. Aber sonst sei sie gesund und munter. So munter, dass sie mit ihrer Freundin Anna zum Einkaufen in die Nachbarstadt fährt oder zum Senioren-Café. Nur nicht hängenlassen. Im Mai will sie ihren Geburtstag feiern. Möglichst gesund, möglichst mit der Familie. Ist schließlich noch kein Alter, 88. ■

„
Ich habe
immer alles aus
eigener Kraft
geschafft.“

Christine Steinacker,
Rentnerin, Langenschwarz

MEHrgenerationenwohnen

Gegenseitige Hilfe

Bis ins hohe Alter hinein selbstbestimmt leben und wohnen: Das funktioniert, wenn Jung und Alt füreinander da sind.

Fensterputzen, Einkaufen oder Ämtergänge – vieles fällt im Alter zunehmend schwer. Oft fühlen sich ältere Menschen auch einsam. Wer sich Gesellschaft und Hilfe wünscht, ist in einem Mehrgenerationen-Wohnprojekt gut aufgehoben.

Familien, Singles und Ältere leben hier in einem Haus zusammen, um sich gegenseitig zu unterstützen. Senioren können zum Beispiel babysitten, während ihnen die Jüngeren mit dem Computer helfen.

Ähnlich funktionieren die vom Bundesfamilienministerium geförderten Mehrgenerationenhäuser. Alter und Pflege sind ein Schwerpunkt des Aktionsprogrammes, welches das generationsübergreifende Miteinander fördern soll.

Weitere Informationen finden Sie unter:

 mehrgenerationenhaeuser.de

Foto: Bernhard Huber (1)

4. Worauf sollte ich vorbereitet sein?

Gute Pflege will organisiert werden, das kostet Zeit und Energie.
Welche Entscheidungen kommen auf mich zu? Was leistet die gesetzliche Pflegeversicherung und was nicht? Klar ist: Um im Pflegefall nicht auch noch finanziell unter Druck zu geraten, sollten Sie beizeiten vorsorgen.

„
Man sollte sich informieren. Und zwar rechtzeitig. Es kann schnell gehen, und die gesetzliche Versicherung deckt nicht alles ab.“

*Désirée Leyer,
Pflegeberaterin Allianz, Berlin*



SELBST AKTIV WERDEN

Je früher, desto besser

Auf Pflege angewiesen zu sein, kann jeden treffen. Je früher Sie sich über eine mögliche Pflegesituation Gedanken machen, desto besser sind Sie im Fall der Fälle vorbereitet – und können die für Sie richtigen Entscheidungen treffen.



Vollmachten

Damit im Ernstfall alles genau so abläuft, wie Sie es sich wünschen

Ob Patientenverfügung, Betreuungsverfügung oder Vorsorgevollmacht: Diese Dokumente regeln, wer welche Entscheidungen für Sie treffen darf, wenn Sie es nicht mehr können. Vordrucke zum Herunterladen und weitere Informationen bietet das Bundesministerium der Justiz.

bmjv.de



Vermögen

Ein finanzielles Polster hilft dabei, einen möglichen Pflegefall abzufedern

Ein Heimplatz in Deutschland kostet gut und gerne 3.000 EUR monatlich – bei jahrelanger Pflege können Kosten von mehreren Hunderttausend EUR entstehen. Das meiste davon müssen Sie aus eigener Tasche bezahlen, der Staat übernimmt nur einen geringen Teil. Wenn Ihr Vermögen aufgebraucht ist, müssen Sie unter Umständen sogar Ihr Haus oder Ihre Wohnung verkaufen. Besonders hart trifft Sie das, wenn Sie die Immobilie an Ihre Kinder vererben wollten. Lassen Sie sich am besten beraten, wie Sie Ihre Kinder und sich absichern.

verbraucherzentrale.de



Wohnen

Auch im Pflegefall können Sie weiter selbstbestimmt wohnen – wenn Sie vorbereitet sind

Schwellen entfernen, Durchgänge erweitern, Bad und Küche barrierefrei machen: Wer sein Zuhause vorausschauend umbauen oder modernisieren möchte, kann bei der KfW einen Förderkredit beantragen. „Altersgerecht Umbauen“ sieht einen Kreditbetrag von bis zu 50.000 EUR vor. So können Sie dem Alter gelassen entgegensehen.

kfw.de



Organisatorisches

Pflege ist nicht bloß eine Geldfrage – dazu kommt eine Menge „Papierkram“

Einen Pflegegrad bekommen: Wie geht das eigentlich? Welche staatlichen Zuschüsse stehen Ihnen als Betroffener oder Angehöriger zu? Und welche Formulare müssen dafür ausgefüllt werden? Pflege bringt großen organisatorischen Aufwand mit sich – der zur psychischen und finanziellen Belastung noch dazukommt. Um den Überblick zu bewahren und alles richtig und rechtzeitig zu beantragen, helfen Ihnen unsere Pflegeexperten gerne auch bei organisatorischen Fragen.

allianz.de/pflegewelt



Wenn die Eltern Pflege brauchen

Kinder müssen unter Umständen einen Teil der Kosten übernehmen

Wenn die Eltern im Heim gepflegt werden müssen und ihr Vermögen aufgebraucht ist, springt zunächst der Staat ein. Allerdings versuchen die Behörden, sich einen Teil der Kosten von den Kindern zurückzuholen. Auch das sollten Sie mit bedenken, wenn Sie sich erstmals mit Pflege beschäftigen. Ob und wie viel Sie zahlen müssen, erklärt die Stiftung Warentest.

test.de

NEUE PFLEGEGRADE

Wie selbstständig bin ich?

Seit Januar 2017 gelten fünf Pflegegrade statt der drei Pflegestufen. Die Pflegebedürftigkeit hängt nun noch mehr davon ab, wie sehr die selbstständige Lebensführung beeinträchtigt ist.

Um den Grad einer Pflegebedürftigkeit festzustellen, beurteilt ein Gutachter persönlich die Fähigkeiten eines Menschen zu einer selbstständigen Lebensführung – anhand von sechs Bereichen, die unterschiedlich gewichtet werden. Für jeden Bereich verteilt er Punkte. Je höher am Ende die Summe insgesamt ist, desto höher der Pflegegrad – von geringer Beeinträchtigung (Pflegegrad 1) bis zu schwersten Beeinträchtigungen mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung (Pflegegrad 5).

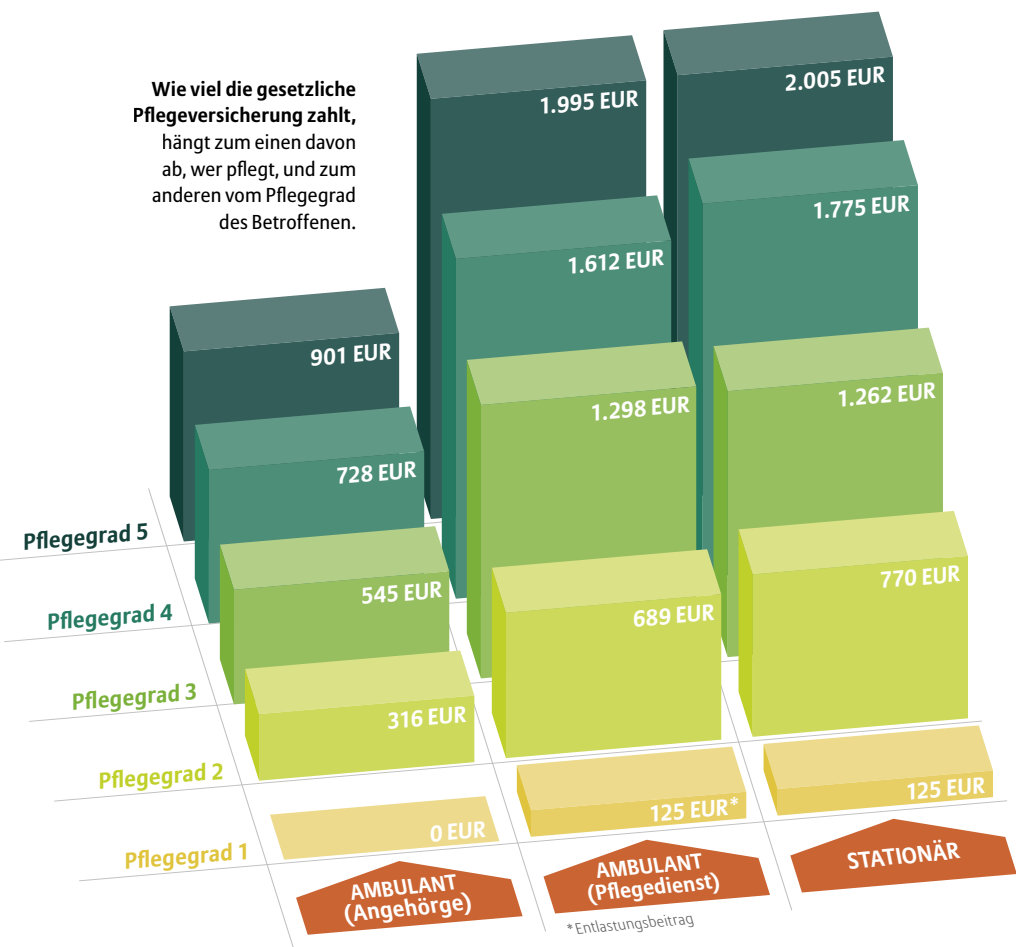
Ein Beispiel: Die 82-jährige Maria Bauer kann alleine Treppen steigen und die Toilette aufsuchen, auch in der Wohnung findet sie sich gut zurecht. Doch beim Kochen und bei der Körperpflege braucht sie Hilfe. Außerhalb der bekannten Umgebung fällt ihr die Orientierung schwer, sie wacht zudem nachts auf und sucht ihren verstorbenen Mann. Bei Frau Bauer stellt der Gutachter insgesamt also eine schwere Beeinträchtigung der Selbstständigkeit fest – und damit Pflegegrad 3.

Gut zu wissen: Jeder mit einer Pflegestufe wird seit Januar 2017 ohne erneute Begutachtung automatisch übergeleitet. Es gilt: Niemand wird schlechter gestellt. ■



LEISTUNGEN

Das zahlt die gesetzliche Pflegeversicherung



Die Leistungen der gesetzlichen Pflegeversicherung werden abhängig vom Pflegegrad gezahlt. In den meisten Fällen decken sie aber nicht die vollständigen Kosten für die Pflege ab. Es entsteht dann eine Lücke zwischen gesetzlicher Leistung und den tatsächlichen Kosten, wie die beiden Beispiele unten zeigen. Ein Pflegeheimplatz bei Pflegegrad 4 kostet in unserem Rechenbeispiel etwa 3.530 EUR. Das ist fast doppelt so viel wie die Leistung der gesetzlichen Pflegeversicherung, die 1.775 EUR monatlich beträgt. Die „Versorgungslücke“ zwischen tatsächlichen Kosten und gesetzlicher Leistung beträgt also 1.755 EUR. ■

ZWEI BEISPIELRECHNUNGEN

Was heißt das konkret?

Auf den ersten Blick wirkt eine gesetzliche Leistung von 1.775 EUR vielleicht nicht schlecht. Wenn man davon aber einen Heimplatz bezahlen muss, sieht die Rechnung gleich wieder anders aus. Auch bei niedrigen Pflegegraden schlagen schon kleine Alltagshilfen ordentlich zu Buche. Meist sind diese Extrakosten nicht durch die gesetzliche Pflegeversicherung gedeckt (siehe Beispiel 1). ■



RATGEBER

Mehr Informationen zum Thema Pflege



Pflegeportal der PKV

Die privaten Krankenversicherungen bieten auf einem Web-Portal hilfreiche Tipps zum Thema Pflege, zum Beispiel eine Suchmöglichkeit für Pflegeeinrichtungen, eine Plattform zum Erfahrungsaustausch für Betroffene, außerdem Expertentipps und Checklisten.



Hier geht es zum Portal:
pflegeberatung.de



Den Ratgeber finden Sie unter:
deutsche-alzheimer.de



Pflegeratgeber der Allianz

Viele weitere nützliche Informationen für Pflegepatienten und Angehörige finden Sie im „Ratgeber Pflege“ der Allianz – wie den „Entscheidungsfahrplan“, der Ihnen hilft, das richtige Pflegeheim zu finden.

Den Ratgeber gibt es kostenlos bei Ihrem Allianz Vermittler.

Infografik: C3 Visual Lab Fotos: Jonas Friedrich (1), Frederik Laux (1), PR (1)

Diagnose Demenz

Was nun?

Wenn ein Mensch an Demenz erkrankt, betrifft das auch die Angehörigen. Wie beim 83-jährigen Franz Weizenegger. Bei seiner Frau Ingeborg, 78, wurde vor sechs Jahren Demenz diagnostiziert.

Herr Weizenegger, wie ging es damals für Ihre Familie weiter?

Ich wusste erst mal nicht, wie man mit Demenz umgeht und was wir jetzt beantragen müssen – geschweige denn wo! Unsere Tochter Ute hatte zum Glück eine Freundin, deren Vater einige Jahre zuvor an Demenz erkrankt war. Die kannte sich aus und half uns. Ich pflegte meine Frau die nächsten vier Jahre zu Hause, denn ein Heim kam nicht infrage. Ich kochte, putzte, wusch sie. Unsere beiden Töchter kamen jeden Tag vorbei, telefonierten sich bei der Krankenkasse die Finger wund und kümmerten sich um den ganzen Papierkram. Sie beantragten beispielsweise eine Pflegestufe, die ein Gutachter des medizinischen Dienstes nach einem persönlichen Gespräch festlegte. Sie helfen immer noch, reichen etwa die Belege der Medikamente bei der Krankenkasse ein, damit sie die Zuzahlungen erstattet. Ohne die Hilfe meiner Töchter wäre ich mit dieser ganzen Bürokratie restlos überfordert gewesen. Ich war ja auch schon Mitte 70. Seit zwei Jahren ist meine Frau jetzt aber doch im Heim.

Wie kam es dazu?

Eines Tages stürzte Ingeborg auf der Straße und brach sich den Beckenring. Die Ärzte im Krankenhaus und in der Reha rieten uns dann, sie in ein Pflegeheim zu geben, weil sie öfter weglief, um Orte aus ihrer Kindheit zu suchen. Das ist typisch für Demenzkranke. Meine Frau musste daher in ein Heim mit einem sogenannten geschützten Bereich, also in eine geschlossene Abteilung. Doch in Stuttgart gab es nur drei Heime, die infrage kamen. Wir füllten diverse Anträge aus und standen sehr lange auf Wartelisten. Dann hatten wir Glück: Der Sozialdienst des Krankenhauses wusste, dass im „Haus im Sommerrain“ gerade ein Platz frei geworden war. Schon ein paar Tage später konnte meine Frau dort einziehen. Sie lebt in einem eigenen Zimmer mit Bad, besucht regelmäßig eine Gymnastikrunde und trifft sich mit den anderen Bewohnern im Gemeinschaftsraum oder im Garten. Es geht ihr gut.

Wie finanzieren Sie das Heim?

Trotz gesetzlicher Pflegeversicherung muss ich noch einen Eigenanteil von mehr als 2.500 EUR im Monat für das Pflegeheim tragen – so lange, bis mein Vermögen auf 5.000 EUR geschrumpft ist. Danach müssen mich meine Kinder oder das Sozialamt unterstützen.

„

Wer nicht privat vorgesorgt hat, wird früher oder später zum Sozialfall. Es ist nur eine Frage der Zeit.

Franz Weizenegger,
Rentner, Stuttgart



5. Welche Vorsorge passt zu mir?

In den kommenden 15 Jahren werden nach Schätzung der Bundesregierung **knapp eine Million mehr Menschen Pflege brauchen als bislang. Viele Pflegebedürftige wollen zu Hause bleiben, solange es geht. Aber auch dort brauchen sie Hilfe. Wie Sie für den Fall vorsorgen können, dass Sie einmal pflegebedürftig werden – in jedem Alter, auch mit geringen Beiträgen.**

ZUR PERSON

NAME

Désirée Leyer (39 Jahre),
Pflegeberaterin

Désirée Leyer arbeitet seit sieben Jahren als Patientenbegleiterin und Pflegeberaterin bei der Allianz in Berlin. Davor war sie als Krankenschwester tätig und studierte zudem Pflegemanagement. Ihren Patienten hilft Leyer bei allen Fragen weiter.

INTERVIEW

„
Wir stehen
unseren
Kunden zur
Seite

Illustration: C3 Visual Lab Foto: Jonas Friedrich (1)

Frau Leyer, was für Fragen haben Ihre Anrufer zum Thema Pflege?

Oft geht es um organisatorische Dinge: Wie beantrage ich einen Pflegegrad, wie viel bekomme ich aus der gesetzlichen Pflegeversicherung raus, wie kann ich selbst zu Hause pflegen? Ich helfe dann weiter. Aber man merkt: Die meisten haben sich keine Gedanken dazu gemacht, viele haben weder eine Patientenverfügung noch eine Vorsorgevollmacht, geschweige denn eine private Pflegezusatzversicherung.

Woran liegt das Ihrer Einschätzung nach?

Keiner will sich mit diesem unangenehmen Thema auseinandersetzen. Viele wollen einfach das Hier und Jetzt genießen, nicht an die Zukunft denken. Man schiebt das immer weiter weg. Es geht ja auch um Krankheit, ums Älterwerden. Viele glauben ja auch nicht, dass es wirklich sie treffen könnte. Bis es dann so weit ist.

Wer ruft bei Ihnen an?

Oft sind es die Angehörigen. Wir kommen ja meist dann ins Spiel, wenn es ein akutes Problem gibt, wenn der Vater einen Schlaganfall hatte oder die Mutter gestürzt ist und sich einen Schenkelhalsbruch zugezogen

„
Die meisten
haben sich noch
keine Gedanken
gemacht.

Désirée Leyer, Pflegeberaterin, Berlin

hat. So ein Pflegefall in der Familie stellt das ganze Leben auf den Kopf. Häufig muss man den gesamten Alltag neu organisieren.

Haben Sie ein Beispiel für eine Beratung?

Neulich hatte ich mal einen Fall, da habe ich mit dem Sohn eines Vaters gesprochen, der an Alzheimer erkrankt war. Das war aber zuerst gar nicht klar, der Vater war im Krankenhaus, weil er nachts die Treppe hinuntergestürzt war und sich den Kopf schlimm angestoßen hatte. Er hatte sogar noch selbst den Notarzt gerufen. Aber in der Klinik kam das dann nach ein paar Tagen heraus. Der Sohn war sogar zurückgezogen aus der Stadt, um seinem Vater zu helfen,

aber das war echt schwierig, weil der erstmal gar nicht verstehen wollte, dass er Hilfe braucht. Die beiden habe ich über mehrere Wochen intensiv begleitet, wir haben fast jeden Tag telefoniert. Das hat mich auch sehr persönlich berührt, weil der Sohn sich so ins Zeug gelegt hat und der Vater so große Schwierigkeiten hatte, zu verstehen, warum sich denn jetzt sein ganzes Leben derart verändert. Am Ende ist der Vater in einer Demenz-WG untergekommen, das war optimal für alle.

Das sind ja auch sehr emotionale Themen, wie gehen Sie damit um?

Ich versuche, sachlich zu bleiben und zu helfen. Klar, das sind oft starke Emotionen auf der anderen Seite des Hörers. Aber es geht ja auch darum, das Problem so gut wie möglich zu lösen. Gerade wenn Kinder betroffen sind, finde ich es manchmal schwierig, das lässt mich dann auch nach Feierabend bisweilen nicht so recht los.

Was ist den Menschen Ihrer Erfahrung nach wichtig?

Dass man im Pflegefall so viel Selbstständigkeit wie möglich bewahrt. Dass die Patienten im vertrauten Umfeld bleiben,

also zu Hause wohnen können. Viele Angehörige wollen auch selbst pflegen. Aber das kann nicht jeder, auch wenn es da Kurse und Weiterbildungsmöglichkeiten gibt. Und klar, das Pflegeheim ist die letzte Option für die meisten, sowohl Angehörige als auch Patienten. Aber manchmal geht es nicht anders, wenn beispielsweise die Kinder weit weg wohnen und die Eltern nicht mehr für sich selbst sorgen können.

Was würden Sie jemandem raten, der sich mit dem Thema Pflege noch nicht so auseinandergesetzt hat?

Unbedingt informieren. Und zwar rechtzeitig, denn es kann schon schnell gehen. Und die gesetzliche Versicherung deckt nicht alles ab. Das glauben viele, aber das ist ein Trugschluss. Daher sollte man wirklich privat vorsorgen. Und man sollte mal mit der Familie darüber sprechen, auch wenn das für die meisten erst mal unangenehm ist. Hinterher fühlt man sich aber besser. ■

Wenn Sie privat pflegeversichert sind, steht Ihnen kostenlos die private Pflegeberatung COMPASS offen. Telefon: 08 00. 1 01 88 00. Mehr Informationen auch unter:

 compass-pflegeberatung.de

PASSGENAUER
SCHUTZ

Private Pflegeversicherungen

Wer sich wirklich absichern will, muss privat vorsorgen. Denn die gesetzliche Pflegeversicherung ist eine Art „Teilkasko“ und deckt nur einen geringen Teil der Kosten ab, die im Pflegefall entstehen. Besser schützen Sie sich mit einer privaten Pflegezusatzversicherung: Am beliebtesten sind das Pflegetagegeld und die Pflegerente.

PRIVATE ABSICHERUNG

Was passt am besten zu Ihrem Bedarf?

Ganz gleich, ob Sie lieber einmalig oder monatlich einzahlen, zu Hause gepflegt werden oder sich einen Platz in einer komfortablen Einrichtung sichern möchten – die Allianz bietet Ihnen eine individuelle, passgenaue Absicherung.

Früh anfangen lohnt sich übrigens: Die Beiträge sind niedriger, und bei der Gesundheitsprüfung kommen junge Menschen meist auch besser weg.

allianz.de/pflegeversicherung

DIE PFLEGERENTEN

Sicherheit und Flexibilität

Die Allianz PflegeRenten garantieren Ihnen im Pflegefall eine lebenslange Rente. Bei Bedarf können Sie auf Ihr Kapital zugreifen.

Die **PflegePolice Flexi** steht für flexible Vorsorge mit hoher Planungssicherheit:

- flexible Beitragszahlung und
- Planungssicherheit durch garantierte Beiträge.

Die **PflegeRente gegen Einmalbeitrag** gibt Ihnen finanzielle Freiheit im Pflegefall:

- Kapitalentnahmemöglichkeit ohne Auswirkung auf die Höhe der vereinbarten Pflegerente
- Todesfallleistung an die Hinterbliebenen selbst im Pflegefall

allianz.de/pflegerentenversicherung

SERVICELEISTUNGEN

Gut versorgt über das Finanzielle hinaus

Pflege ist nicht nur finanziell und psychisch belastend – dazu kommt eine Menge Organisatorisches. Die wenigsten Menschen wissen, was sie tun müssen, wenn sie selbst oder Angehörige pflegebedürftig werden. Deshalb bieten wir unseren Kunden eine bequeme Beratung an – auch vorsorglich, ehe ein Pflegefall eintritt.

Lassen Sie sich von unseren Pflegeexperten beraten, wie Sie einen Antrag auf Pflegebedürftigkeit stellen, den passenden Pflegedienst auswählen oder eine Haushaltshilfe finden. Einfach, kostenlos, am Telefon.

MONATLICH ZAHLEN

Pflegetagegeld zur freien Verfügung

Mit unserem PflegetagegeldBest sind Sie ganz flexibel, falls Sie einmal Pflege brauchen: Unabhängig davon, welche Pflegeleistungen nötig sind, ob Sie von Angehörigen gepflegt werden oder von einem professionellen Pflegedienst, erhalten Sie eine feste Summe pro Tag – ähnlich wie beim Krankentagegeld.

Zudem können Sie vereinbaren, dass Ihre Beiträge im Alter um bis zu 80 Prozent sinken. Und im Fall der Fälle bekommen Sie nicht nur Geld, sondern auch Service von uns: Bei allen Fragen rund ums Thema Pflege beraten wir Ihre Angehörigen und Sie gern, auf Wunsch auch zu Hause.

allianz.de/pflegetagegeld-best

STAATLICHE FÖRDERUNG

Gesundheitsprüfung entfällt beim „Pflege-Bahr“

Seit 2013 fördert der Staat die freiwillige private Vorsorge für den Pflegefall. Wer monatlich 10 EUR oder mehr für eine private Pflegezusatzversicherung aufbringt, bekommt 5 EUR im Monat dazu. Das Gute am sogenannten Pflege-Bahr: Die Gesundheitsprüfung entfällt. Diese Zusatzversicherung ist daher auch interessant für Menschen, die einen schnellen und einfachen Abschluss bevorzugen.

Die Allianz bietet unter dem Namen PflegeBahr eine Zusatzversicherung an, die größtmögliche Flexibilität mit staatlicher Förderung vereint.

Und was ist jetzt das richtige Produkt für mich?
Und wie viel kostet es? Unter folgendem Link finden Sie das passende Produkt für Ihre Bedürfnisse.

allianz.de/pflege

Die Allianz ist in
Ihrer Nähe. Rund
8.200

Allianz Vermittler
gibt es in Deutschland.

In großen Städten, in kleinen und auf dem Land – einer ist sicher auch bei Ihnen in der Nähe. Sie helfen Ihnen, die bestmögliche Absicherung zu finden.



HIER FINDEN SIE
IHREN VERMITTLER
allianz.de/agentursuche

Die Allianz ist immer für Sie da.

Auch spätabends. Und am Wochenende. Nehmen Sie Kontakt zu uns auf – im Internet über das Forum „Allianz hilft“ sowie auf Facebook oder Twitter.



ALLIANZ HILFT
forum.allianz.de



FACEBOOK
facebook.com/allianzdeutschland

Was interessiert Sie noch?

Neben dem Themenheft „Pflege“ bietet die Allianz weitere Hefte zu Themen wie Familie, Frauen und Altersvorsorge an. Sie bekommen sie kostenlos bei Ihrem Allianz Vermittler.



Immer für Sie da, wenn es darauf ankommt:

Besonderer Service für alle Allianz Kunden

Meine Allianz

Hier können Sie alles rund um Ihre Versicherungen jederzeit bequem erledigen. Der **Online-Versicherungsordner** bietet Ihnen permanent Überblick und Zugriff auf alle wichtigen Dokumente.

Mit dem neuen **Vorteilsprogramm** können Sie eine Vielfalt an attraktiven Einkaufsvorteilen und weiteren Angeboten nutzen – Tag für Tag.

Mehr unter:
www.allianz.de/meine-allianz

Allianz 