

## Plötzlich Pflegefall – eine Checkliste

Plötzlich ist er da, der Pflegefall, und mit ihm kommen viele Fragen bei den Angehörigen auf. Unsere Checkliste beschreibt die wichtigsten Schritte, die für die Organisation der Pflege erforderlich sind.



### Schritt 1: Holen Sie sich kompetente Unterstützung!

Wichtige Ansprechpartner sind:

Hausärztin/Hausarzt

---

Fachärztin/Facharzt

---

Sozialdienst der Klinik

---

*(mehr in Schritt 3)*

Pflegeberatung

Nutzen Sie unbedingt das Angebot einer lokalen Pflegeberatung: Holen Sie sich mit einem/einer Pflegeberater:in vor Ort einen kompetenten und Sie begleitende:n Ansprechpartner:in ins Boot. Jede:r Pflege-Versicherte hat Anspruch auf dieses kostenfreie Angebot.

So finden Sie Ihre passende Pflegeberatungsstelle:

#### Hotline Pflegewegweiser NRW

- Rufen Sie uns an -

 **0800 4040 044**

Die kostenlose Hotline

Mo, Di, Mi, Fr 9-12 und Do 14-17 Uhr

#### Pflegedatenbank Pflegewegweiser NRW

- Beratungsstellen online finden -



Meine Pflegeberatungsstelle

---

Ansprechpartner:in

---

Telefon-Nr.

---

#### Immer griffbereit - die Daten der pflegebedürftigen Person

Pflegeversicherung

---

Versichertennummer

---

Telefon-Nr. Pflegeversicherung

---

## Schritt 2: Verschaffen Sie sich Zeit und Luft!

Sind Sie berufstätig? Ja  Nein

### Berufstätig: JA

Folgende Möglichkeiten haben Sie:

- **Sofort:** Kurzfristige Freistellung von der Arbeit erledigt
- **Kurzzeitpflege** für pflegebedürftige Person erledigt

*Für die eigene Suche nach Plätzen: Nutzen Sie entsprechende Datenbanken, siehe Schritt 7.*

- **Mittel bis längerfristig:** Pflegezeit und/oder Familienpflegezeit erledigt

**Wichtig:** Für die kurzfristige Freistellung braucht es ggf. einen ärztlichen Nachweis. Die längerfristige Freistellung erfordert einen Pflegegrad. Geben Sie beim Antrag auf einen Pflegegrad den Wunsch nach Freistellung an und lassen Sie sich als Pflegeperson eintragen. Hierbei unterstützt Sie die **Pflegeberatung**.

### Weitere Informationen

Informationen zu  
Vereinbarkeit von Pflege und Beruf  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Musterformulare  
für Anträge zur Freistellung  
[wege-zur-pflege.de](http://wege-zur-pflege.de)



## Schritt 3: Beantragen Sie einen Pflegegrad.

Aktueller Krankenhausaufenthalt? Ja  Nein

### Krankenhausaufenthalt: JA

Nehmen Sie Kontakt zum **Sozialdienst** und zum Arzt auf, um folgende Themen zu besprechen:

- Eilverfahren für einen Pflegegrad, binnen zwei Wochen erledigt
- Anschlussversorgung (Kurzzeitpflege, Rehabilitation) erledigt
- Ärztliche Einschätzung Hilfebedarf erledigt
- Medikamentenplan, Arztberichte erledigt
- Entlassmanagement erledigt

*Sichert den Übergang von der Krankenhausbehandlung zur weiteren Versorgung (z.B. Rehabilitation).*

- Familiäre Pflege erledigt

*Fachkräfte vermitteln praktisches Pflegewissen und -trainings im Krankenhaus und anfangs zu Hause.*

## Krankenhausaufenthalt: NEIN

Sichern Sie sich die Leistungen der Pflegeversicherung für die weitere Versorgung und beantragen Sie einen Pflegegrad bei der zuständigen **Pflegekasse** Ihres pflegebedürftigen Angehörigen.

Beantragen Sie einen Pflegegrad

- Anruf **oder**
- formloses Schreiben

Antrag erfolgte am: \_\_\_\_\_

Termin für die Begutachtung: \_\_\_\_\_

*Ab Antragsstellung muss die Begutachtung innerhalb von 20 Arbeitstagen erfolgt sein.*

Bescheid eingegangen am: \_\_\_\_\_

*Ab Eingang des Antrags bei der Pflegekasse muss diese innerhalb von 25 Arbeitstagen über einen Pflegegrad entscheiden.*

## Weitere Informationen

Musterbrief: Einen Pflegegrad  
beantragen  
[verbraucherzentrale.de](http://verbraucherzentrale.de)



Checkliste zur Vorbereitung  
des MD-Besuchs  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Informationen zur  
Pflegebegutachtung  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Übersicht der Leistungen der  
Pflegeversicherung  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Widerspruch gegen die  
Entscheidung der Pflegekasse  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Musterbrief:  
Widerspruch gegen Bescheid  
[verbraucherzentrale.nrw](http://verbraucherzentrale.nrw)





## Schritt 4: Organisieren Sie kurzfristig die Pflege zu Hause.

Müssen Sie kurzfristig die Versorgung zu Hause sicherstellen, können Familie, Freunde und andere nahestehende Personen bei Alltagstätigkeiten helfen. Zusätzlich gibt es noch weitere Möglichkeiten:

### Körper- und Behandlungspflege

erledigt

- Pflegedienst

*Für die Behandlungspflege (z.B. Wundverbände, Medikamentengabe) braucht es eine Verordnung vom behandelnden Haus-/Facharzt. Ihr/e Pflegeberater:in hilft bei der Suche nach einem Pflegedienst.*

### Unterstützung im Alltag (Haushalt/Betreuung)

erledigt

- Nachbarschaftshilfe
- Betreuungsdienste
- Anbieter zur Unterstützung im Alltag
- Pflegedienste

### Mahlzeiten

erledigt

- Essen auf Rädern

*Auf der Suche nach Anbietern für „Essen auf Rädern“ sprechen Sie mit Ihrer/m Pflegeberater:in.*

### Praktische Hilfe in der Pflege

erledigt

- Familiäre Pflege
- Pflegekurse

*Pflegekurse werden meist von Wohlfahrtsverbänden, Krankenhäusern und Pflegediensten organisiert. Online-Angebote erfragen Sie bei Ihrer Pflegekasse. Die Familiäre Pflege unterstützt auf dem Weg vom Krankenhaus nach Hause: Ansprechpartner ist der Sozialdienst der Klinik.*

### Weitere Therapien

erledigt

- Physiotherapie
- Ergotherapie
- Logopädie

## Weitere Informationen

Nachbarschaftshilfe  
in NRW  
[nachbarschaftshilfe.nrw](http://nachbarschaftshilfe.nrw)



Anerkannte Anbieter zur  
Unterstützung im Alltag  
[pfaduia.nrw.de](http://pfaduia.nrw.de)



Essen auf Rädern:  
Auswahlkriterien  
[verbraucherzentrale.nrw](http://verbraucherzentrale.nrw)





## Schritt 5: Bleiben Sie handlungsfähig.

Liegen Vollmachten vor?

Ja

Nein

Die wichtigsten Vollmachten:

### Vorsorgevollmacht

vorliegend

Mit einer Vorsorgevollmacht legen Sie fest, wer Sie vertreten soll, wenn Sie Ihre medizinischen und finanziellen Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können.

Bevollmächtigte:r \_\_\_\_\_

### Patientenverfügung

vorliegend

Diese regelt alle erwünschten und nicht erwünschten ärztlichen Maßnahmen, wie z.B. lebenserhaltende Maßnahmen nach Unfällen.

Bevollmächtigte:r \_\_\_\_\_

### Betreuungsverfügung

vorliegend

Diese regelt, wer im Ernstfall für Sie zum/zur rechtlichen Betreuer:in bestellt wird.

Bevollmächtigte:r \_\_\_\_\_

**Wichtig:** Eine bevollmächtigte Person ist nur handlungsfähig, wenn er/sie die Vollmacht im Original vorlegen kann. Daher empfiehlt es sich, die Originale der bevollmächtigten Person zu übergeben oder die Dokumente an einem gut zugänglichen und bekannten Ort aufzubewahren.

**Tipp:** Liegt die Originalvollmacht nicht bei der bevollmächtigten Person, hilft im Notfall eine schriftliche **Notiz in der Geldbörse des Vollmachtgebers** mit dem Hinweis, dass eine Vollmacht vorliegt und wo diese zu finden ist. Nutzen Sie außerdem das **kostenfreie Beratungsangebot** zum Thema „**rechtliche Betreuung**“ durch Betreuungsvereine und örtliche Betreuungsstellen - zu finden in unserer **Pflegedatenbank**.

### Weitere Informationen

Vorsorgevollmachten  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Gesetzliche Betreuung  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Online Tools zur Erstellung von  
Vorsorgevollmachten  
[verbrauchszentrale.de](http://verbrauchszentrale.de)





## Schritt 6: Überlegen Sie Ihre Möglichkeiten.

Die ersten wichtigen Schritte, um sich Luft zu verschaffen und damit Raum für die weitere Organisation und Auseinandersetzung mit dem Thema zu geben, sind getan. Nun müssen Sie entscheiden, ob Sie zu Hause die Pflege gewährleisten können und wollen oder ob die Pflege zukünftig in einer Pflegeeinrichtung erfolgen soll.

Die **Pflegeberatung** kann Ihnen helfen, sich für weitere Schritte zu entscheiden.

**Wichtige Fragen**, die jetzt bedacht und ehrlich beantwortet werden sollten:

**1. Was sind die Wünsche der pflegebedürftigen Person?**

*Möchte diese:r in der eigenen Häuslichkeit bleiben oder kommt ein Umzug in eine Pflegeeinrichtung in Betracht?*

**2. Was sind Ihre Wünsche als pflegende:r Angehörige:r?**

*Wollen und können Sie die Pflege übernehmen?*

## Wunsch der häuslichen Pflege: JA

**Schätzen Sie sich und Ihre persönlichen Umstände als pflegende:r Angehörige:r ehrlich ein.**

- *Warum übernehme ich die Pflege? Aus Überzeugung, aus Dankbarkeit oder Pflichtbewusstsein?*
- *Kann und will ich meine Erwerbstätigkeit ggf. reduzieren?*
- *Was würde es für mich bedeuten, würde ich diese ganz aufgeben?*
- *Kann ich die finanziellen Belastungen auffangen?*
- *Kann ich die Pflege mit den Abläufen in der eigenen Familie koordinieren?*
- *Kann ich weiterhin meinen eigenen Interessen nachgehen und meine sozialen Kontakte pflegen?*
- *Wie belastbar bin ich/fühle ich mich?*

**Platz für Notizen:**

**Wichtig:** Ob Sie die Pflege übernehmen, sollten Sie nie alleine entscheiden. Ihre Familie und vor allem die/der pflegebedürftige Angehörige müssen in die Überlegungen eingebunden sein. Versuchen Sie, möglichst offen über Erwartungen, Wünsche, Ängste und Sorgen zu sprechen.

**Das Pflege-Setting:** Wer könnte bei der Pflege zuhause unterstützen?

Person/Dienst	Art der Unterstützung	Wann/wie oft?
Angehörige/Familie		
Freunde/Nachbarn/Bekannte		
Pflegedienst		
Betreuungsdienst		
Alltagsbegleiter		
Sogenannte „24-h-Kraft“ <sup>1</sup>		

**Weitere Informationen**

<sup>1</sup>Ausländische Haushalts- und Betreuungskräfte  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Sich Pflege zutrauen  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Hilfe finden zur Organisation der Pflege (siehe Schritt 4)

Anerkannte Anbieter zur Unterstützung im Alltag  
[pfaduia.nrw.de](http://pfaduia.nrw.de)

Nachbarschaftshilfe NRW  
[nachbarschaftshilfe.nrw](http://nachbarschaftshilfe.nrw)

Prüfen Sie die **räumlichen Gegebenheiten zu Hause**.

- Müssen Türen an einen Rollstuhl angepasst werden? Ja  Nein   
*Wenn ja:* Möglichkeit wohnumfeldverbessernde Maßnahmen
- Muss das Badezimmer umgebaut werden? Ja  Nein   
*Wenn ja:* Möglichkeit wohnumfeldverbessernde Maßnahmen
- Müssen Treppenstufen (vor/im Haus) überwunden werden? Ja  Nein   
*Wenn ja:* Mögliche Hilfsmittel: Rampen, Treppenlift
- Passt ein Pflegebett ins Schlafzimmer? Ja  Nein   
*Wenn ja:* Möglichkeit Zimmertausch/Integration Wohn- & Schlafzimmer
- Wohnungsgröße ausreichend für Hilfsmittelnutzung? Ja  Nein   
*Wenn nein:* Umzug, Wohnberatung.
- Steht ein Zimmer für eine sogenannte „24-h-Kraft“ zur Verfügung? Ja  Nein

**Tipp:** Speziell zu diesem Thema berät in NRW die **Wohnberatung** – individuell und kostenfrei. Eine passende Wohnberatungsstelle finden Sie in der **Pflegedatenbank**.

## Wunsch der Versorgung in einer Pflegeeinrichtung: JA

Besteht dieser Wunsch, bedenken Sie folgende Punkte:

1. Eine geeignete Pflegeeinrichtung finden.
2. Die Finanzierung prüfen.

**Tipp:** Nehmen Sie die **Pflegeberatung** in Anspruch, um einen ausführlichen Überblick über die entstehenden **Kosten und die Finanzierungsmöglichkeiten** zu erhalten. Denken Sie über **alternative Wohnformen** nach: Dazu beraten Ihre **Pflegeberatungsstelle** und/oder **Wohnberatungsstelle**.

### Weitere Informationen

Wohnumfeldverbessernde  
Maßnahmen  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Alternative Wohnformen  
[pflgewegweiser-nrw.de](http://pflgewegweiser-nrw.de)



Umzug in ein Pflegeheim  
[verbraucherzentrale.de](http://verbraucherzentrale.de)





## Schritt 7: Entscheidung treffen.

Wo wird die Pflege stattfinden?    Zuhause     Pflegeeinrichtung

### Pflege in einer vollstationären Pflegeeinrichtung

Nutzen Sie für Ihre Suche nach einer geeigneten Einrichtung folgende Datenbanken und Checkliste:

Heimfinder NRW  
[heimfinder.nrw.de](http://heimfinder.nrw.de)



Pflegelotse  
[pflugelotse.de](http://pflugelotse.de)



AOK Pflegenavigator  
[aok.de](http://aok.de)



Checkliste  
„Das richtige Pflege- und  
Seniorenheim“  
[bagso.de](http://bagso.de)



### Pflege Zuhause

Nutzen Sie für den Aufbau des Settings die **Tabelle „Wer könnte zu Hause unterstützen?“** (Schritt 6) und sprechen Sie unbedingt mit Ihrer Pflegeberatung.

**Wichtig:** Absprachen müssen verbindlich sein, damit die Pflege zuhause sichergestellt und langfristig geleistet werden kann. Sprechen Sie deshalb in Ruhe mit allen Beteiligten und machen Sie sich das bewusst.

## Zum Schluss: Nehmen Sie sich Zeit und Raum für sich.

Wenn Sie alles geschafft haben, braucht es auch Zeit, die neue Situation zu verarbeiten. Der Austausch mit anderen Betroffenen kann helfen – nutzen Sie soziale Medien oder folgende Angebote:

Pflegeselbsthilfe  
[Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe](http://kontaktbueros-pflegeselbsthilfe.de)



App für pflegende Angehörige  
[wir-pflegen.net](http://wir-pflegen.net)

