

# Checkliste „Häusliche Pflege“ für pflegende Angehörige

Mit dieser Checkliste möchten wir Ihnen Ihre Arbeit als pflegende/r Angehörige/r erleichtern. Ihre Gesundheit steht dabei im Mittelpunkt unseres Interesses, denn die Unfallkasse NRW ist Träger der gesetzlichen Unfallversicherung für pflegende Angehörige.

Im Folgenden finden Sie Fragen, deren Beantwortung Ihnen bei der Planung der Pflege hilft.

## Familie

- Klären Sie die Grundvoraussetzungen: Wollen Sie pflegen? Warum wollen/sollen Sie pflegen?  
Wo soll die Pflege stattfinden?
- Berufen Sie einen Familienrat ein, um die Organisation der Pflege gemeinsam zu besprechen.  
Binden Sie die ganze Familie ein und verteilen Sie die Aufgaben auf mehrere verlässliche Schultern.  
Klare Absprachen sind hilfreich.

## Pflegeberatungsstelle bzw. Pflegestützpunkt

Nehmen Sie Kontakt zum örtlichen Pflegestützpunkt bzw. zur Pflegeberatungsstelle oder im Falle eines Krankenhausaufenthaltes auch zum Krankenhaussozialdienst auf!

- Lassen Sie sich beraten zur Einstufung in einen Pflegegrad.  
Besprechen Sie die Antragstellung und den Begutachtungstermin.
- Die Pflegeberater helfen Ihnen, die Pflege und Betreuung Ihres Angehörigen zu Hause zu organisieren.  
Vergessen Sie dabei Ihre eigene Gesundheit nicht!
- Besprechen Sie die unterschiedlichen Dienste zu Ihrer Entlastung.  
(Tagespflege, ambulante Dienste, Kurzzeitpflege usw.)
- Schaffen Sie sich individuelle Netzwerke, eins für die Pflege zu Hause und eins für den Notfall!  
(Die Broschüre PIN 67 „Handlungshilfen für pflegende Angehörige“ hilft weiter.)
- Erstellen Sie einen Wochen- und Tagesplan zur Organisation der häuslichen Pflege.
- Klären Sie, wie die Pflege finanziert werden kann.
- Besuchen Sie einen Pflegekurs. Die Kosten übernimmt die Pflegekasse.
- Kümmern Sie sich um Schutzkleidung und Hilfsmittel (Einmalhandschuhe, Desinfektionsmittel, Spritzenbehälter)
- Setzen Sie Hilfsmittel zum Bewegen von Pflegebedürftigen ein. Auch zu diesem Thema informiert Sie Ihre Pflegeberatungsstelle und oder die Pflegekasse.
- Klären Sie die Notwendigkeit einer Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.

### Arbeitgeber

- Sprechen Sie mit Ihrem Arbeitgeber über flexible Arbeitszeiten, Heimarbeit und /oder die gesetzliche Pflegezeit.
- Beantragen Sie ggfs. beim Arbeitgeber eine bezahlte Freistellung.

### Pflegekasse

- Stellen Sie einen Antrag auf Pflegeeinstufung bei der Pflegekasse. Den Antrag können Sie auch telefonisch stellen.
- Sprechen Sie Hilfsmittel an, wie z. B. ein Pflegebett oder Hilfsmittel zum Bewegen von Pflegebedürftigen. Stellen Sie gegebenenfalls einen Antrag.

### Sozialamt

- Ggf. beim Sozialamt einen Antrag auf Hilfe zur Pflege stellen.

### Wohnberatungsstelle

- Lassen Sie sich beraten über Wohnraumanpassung und alternative Wohnformen.

### Unterstützungsmöglichkeiten für Sie als Pflegendе

Ihre Ansprechpartner hierzu sind: Pflegekassen, Pflegestützpunkte, Pflegeberatungsstellen, Krankenhaussozialdienste und Pflegedienste

- Pflegegeld, Pflegesachleistung oder Kombinationsleistung
- Verhinderungspflege, Ersatzpflege, Kurzzeitpflege
- Tagespflege – Nachtpflege
- Leistungen für Pflegebedürftige mit besonderem Betreuungsbedarf
- Technische Hilfsmittel (Lifter, Rollator, Rollstuhl)
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Mahlzeitendienst, Hausnotrufgerät

### Informationsmaterial

Kostenlose Broschüren der Unfallkasse NRW zur Vertiefung

-  **PIN 67** „Handlungshilfen für pflegende Angehörige“
-  **PIN 61** „Demenz – in der Weite des Vergessens. Hilfen für pflegende Angehörige“

#### Herausgeber

Unfallkasse NRW  
Sankt-Franziskus-Straße 146  
40470 Düsseldorf  
Telefon 0211 9024-0  
Telefax 0211 9024-1355  
E-Mail [info@unfallkasse-nrw.de](mailto:info@unfallkasse-nrw.de)  
Internet [www.unfallkasse-nrw.de](http://www.unfallkasse-nrw.de)

#### Druck

F&D, Lichtenfels

**1. Auflage Oktober 2017**

800 Exemplare

#### Bestellnummer

S 84

#### Portal „Neuheit für Pflege“

[www.unfallkasse-nrw.de/pflegende-angehoerige](http://www.unfallkasse-nrw.de/pflegende-angehoerige)