

A close-up photograph showing several hands of different ages and skin tones clasped together in a supportive grip. The hands are resting on a colorful, crocheted blanket with wavy patterns in shades of red, blue, green, and yellow. The background is softly blurred, focusing attention on the hands and the texture of the blanket.

R A I N E R R E I T Z L E R

Wenn Eltern Pflege brauchen

So begleiten Sie Ihre
Mutter und Ihren Vater

Inhalt

Vorwort	10
Soziales, ökonomisches und geistiges Altern	12
Im Land der Senioren	13
Biologisches und soziales Altern	16
Ökonomisches Altern	17
Geistiges Altern	18
Auf das Alter vorbereiten	21
Kinder sind nicht die beste Altersvorsorge	27
Die Not der 50-jährigen „Kinder“	28
Warum Senioren spezielle Vorsorge brauchen	31
Konsequenzen der Pflegebedürftigkeit	32
Wenn den Eltern etwas passiert	36
Der psychologische Schock und Bewältigungsstrategien	38
Hilfe organisieren – aber wie?	41
Pflegestützpunkte	43
Wie die Krankenkasse helfen kann	45
Hilfe vor dem Pflegefall.	46
Hilfen zu Hause und wo man nachfragen kann	52
Technische Hilfen	54

Wenn sich die Situation nicht bessert	57
Wie bekommt man Leistungen der Pflegeversicherung? . .	59
In zehn Schritten zur Leistung	60
Der Pflegeantrag	61
Was die gesetzliche Pflegeversicherung bietet	63
Pflegeeinstufung: Zwischen Wunsch und Wirklichkeit . . .	66
Apropos Widerspruch	69
Lücken der gesetzlichen Pflegeversicherung	72
Leistungen anderer Träger	73
Hilfe zur Pflege	73
Grundsicherung	75
Wenn die schlechten Zeiten	
von Dauer sind	78
Überzeugungsarbeit leisten	79
Hilfsmittel für Pflegebedürftige	81
Auswahl des Pflegedienstes	85
Professionelle Pflege	87
Organisationen, die den Alltag erleichtern	89
Wohlfahrtsverbände	89
Sozialer Dienst	90
Sozialstationen und private ambulante Dienste	90
Nachbarschaftshilfe	91
Selbsthilfegruppen	91
Private Vereine	92
Hilfen im Alltag planen	95
Preiswerte Haushaltshilfen aus dem Ausland	97

Pflege zu Hause	99
Wenn der Gutachter kommt	101
Widerspruch gegen die „richtige“ Einstufung	104
Leistungen bei häuslicher Pflege	104
Ergänzungsleistungen bei Demenz	107
Die Finanzierung der häuslichen Pflege	108
Soziale Absicherung pflegender Angehöriger	109
Pflege bei Wohnsitz oder längerem Aufenthalt im Ausland	112
Wenn häusliche Pflege nicht mehr ausreicht	116
Pflegenotstand: Die schlimmsten Fallen der Pflegeversicherung	117
Pflegegeld für Angehörige in Gefahr	118
Fallen für bedürftige ehrenamtliche Pfleger	119
Am Rande der Legalität: Haushaltshilfen	120
Wer bei der Suche von Haushaltshilfen aus Osteuropa hilft	123

Seniorenrechtliches Wohnen	127
Umbau der elterlichen Wohnung	128
Wer bei der Wohnungsanpassung berät	130
Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen	131
Die eigenen vier Wände im Pflegefall	132
Betreutes Wohnen als Kompromiss	134
Betreute Wohngemeinschaften	138
Altenheimverträge	140

Wohin bei fortgeschrittener

Pflegebedürftigkeit?	142
Endstation Pflegeheim	143
Leistungen bei stationärer Pflege	147
Wie man ein gutes Heim findet	149
Was kostet das Heim?	153
Was müssen Angehörige an Heimkosten beisteuern?	156
Teuer ist nicht automatisch gut	158
Verstöße am laufenden Band und wie man sich wehrt	159

Pflegefall Pflegeversicherung

und die Kur zur Besserung	163
Was die Pflegereform bringt und was nicht	165
Reform mit Kapitaldeckung	167
Private Pflegezusätze und was sie kosten	170
Warum so wenig Vorsorge betrieben wird	173

Lebensende in Würde	176
Vorsorgevollmacht	177
Patientenverfügung	178
Betreuungsverfügung	181
Hospiz- und Palliativpflege	182
Weiterführende Literatur	184
Adressen	185

Vorwort

Wie kaum ein anderes Thema wird ein möglicher Eintritt der Eltern in die Pflegebedürftigkeit verdrängt – und zwar massiv. Verständlich, denn niemand möchte sich gern damit auseinandersetzen, womöglich irgendwann einmal auf Pflege angewiesen zu sein. Nicht einmal die „Gefährdeten“ selbst, die „älteren Alten“, die es mit 80 Jahren aufwärts häufig betrifft, mögen sich mit dem Fall des Falles beschäftigen. Ganz zu schweigen deren Kinder. Solange alles gut läuft und die Eltern sich selbst versorgen können, wird dieses Thema nur in den allerseltensten Fällen angesprochen. Es ist ein Tabuthema. Die meisten Kinder verschließen die Augen davor, dass die Eltern plötzlich auf Hilfe angewiesen sein könnten, die meisten Eltern schweigen, weil sie ihre Kinder nicht belasten wollen.

Das alles geschieht vor dem Hintergrund, dass der klassische Familienverband immer seltener funktioniert und die Pflege längst nicht mehr abgesichert ist – weder körperlich noch psychisch und schon gar nicht finanziell. Die dramatischen Folgen machen sich noch am ehesten die „Kinder“ bewusst, denen der Pflegefall von Mutter oder Vater als handfeste emotionale, soziale, berufliche und damit vor allem finanzielle Bedrohung erscheint. Private Vorsorge durch die „jungen Alten“ erweist sich schon jetzt und mehr noch in Zukunft als einzig erfolgversprechendes Erben-Schutzprogramm, das zudem finanziellen Spielraum schafft, Pflege menschenwürdig zu organisieren. Ins Bewusstsein größerer Bevölkerungskreise ist das Problem, welche gewaltigen Umbrüche im Leben jedes einzelnen Angehörigen tatsächlich passieren, wenn Eltern in die Jahre kommen, jedoch noch längst nicht gedungen. Dabei wäre es so wichtig,

im Vorfeld Dinge zu besprechen, um im Fall des Falles im gegenseitigen Einvernehmen schnell handeln zu können.

Im vorliegenden Buch werden die Tatsachen schonungslos beim Namen genannt und Ansätze gezeigt, wie Familien der „Pflegefälle“ entgehen können. Häufig trifft nämlich alle Beteiligten ein gewaltiger psychologischer Schock, auf den sie überhaupt nicht vorbereitet sind. Hier versucht sich das Buch auch in praktischer Lebenshilfe, damit Sie aus der Starre recht schnell herauskommen und vernünftige Bewältigungsstrategien finden. Es bleibt also nicht beim Aufzeigen schlimmer Fälle und häufig anzutreffender Ausweglosigkeit, sondern im Buch werden die Auswege für die ganz private Krise skizziert, mit dem plötzlichen Problem Pflegebedürftigkeit umzugehen.

Wenn wir gleichzeitig einen kleinen Beitrag dazu leisten können, unsere Gesellschaft im Umgang mit den Senioren und für menschenwürdige Pflege weiter zu entwickeln, wären wir sehr glücklich. Es geht den Autoren wie allen anderen Familien: Wir sorgen uns kurzfristig um das lebenswerte Alter unserer eigenen Eltern und Großeltern. Langfristig betreiben wir damit auch Prophylaxe in eigener Sache. In 30 Jahren werden auch wir heute 45- bis 55-Jährigen vermehrt nach bestmöglicher Hilfe und Unterstützung im Alltag suchen – und hoffentlich auf gute und bezahlbare Möglichkeiten stoßen, die heute erst in Ansätzen vorhanden sind. Wenn wir nämlich – jeder zu seiner Zeit – in die Jahre kommen, werden wir jede helfende Hand, die wir kriegen können, brauchen. Auch wenn es vielleicht zu vernünftig klingt: Den Grundstein für diese Hilfe kann nahezu jeder von uns selbst legen: durch intakte Familienverhältnisse und solide private Finanzplanung.

Rainer Reitzler, München im November 2008

Soziales, ökonomisches und geistiges Altern

Das Alter bringt meist Einschränkungen und Krankheiten mit sich. Auf dieser Seite des Lebens möchte keiner gerne ankommen, doch der Segen der Medizin und die steigende Lebenserwartung haben auch markante Schattenseiten: Längst nicht jeder erreicht gesund ein hohes Alter, obwohl es sich jeder sehnlich wünscht. Die Schatten werden künftig noch deutlich länger, denn unsere Gesellschaft altert kollektiv in einem bisher nicht gekannten Ausmaß.

||| Beispiel Hildegard D.

Der Kummer steht der 77-jährigen ins Gesicht geschrieben. Der Frau selbst geht es entsprechend ihrem Alter eigentlich noch gut. Doch ihr Leben änderte sich vor vier Jahren schlagartig: Ihren Ehemann Kurt D., damals 74 Jahre alt, traf der Schlag. Seine linke Körperseite ist seitdem gelähmt; er muss im Rollstuhl sitzen. Seit diesem Tag ist auch kein einziges Wort mehr über seine Lippen gekommen. Lediglich mit Lauten, die für Außenstehende völlig unverständlich klingen, „spricht“ er mit seiner Frau.

Das war eine Riesenumstellung, berichtet die zierliche Frau, wenn der eigene Mann, der immer stark war, nach mehr als 50 Jahren gemeinsamen Lebens plötzlich und völlig unerwartet so zusammenklappt. Zum Glück verstehe sie ihn heute auch ohne Sprache – sie liest den Ausdruck seiner Augen und achtet auf seine Mimik. Dabei haben beide noch Glück gehabt. Kurt D. kann sich zwar allein noch immer nicht auf den Beinen halten, ist aber geistig fit. Er beobachtet alles, was um ihn herum passiert, verfolgt jedes Gespräch und hilft mit dem rechten Bein mit, wenn seine Frau ihn

auf die Toilette oder aus dem Bett hebt. Dennoch: Drei Jahre Pflege liegen jetzt hinter der Ehefrau. Es seien halt die schlechten Zeiten gekommen, meint Hildegard D. im Rückblick auf das Eheversprechen. Dabei merkt man ihr an, wie sehr der nur knapp 1,60 Meter großen Frau die Pflegearbeit zusetzt. Dennoch schiebt sie den Gedanken an ein Pflegeheim für ihren Mann weit von sich. Direkt nach dem Schlaganfall musste Kurt D. für vier Wochen in eine Klinik. Oft lag er stundenlang in seinen Ausscheidungen, nahm rapide ab und war deutlich sichtbar durcheinander. Für Hildegard D. war klar, dass ihr Mann unter solchen Umständen im wahrsten Sinne des Wortes eingehen würde. Als nachhaltiger Eindruck blieb bei ihr haften, dass Patienten wie Kurt D. vernachlässigt wurden, weil sie sich nicht wehren konnten. Das wollte sie sich und ihrem Lebensgefährten aus guten Zeiten nicht zumuten. Leider erholte er sich trotz aufopferungsvoller Pflege nicht so weit, dass an ein normales Leben zu denken wäre. Und da bleiben auch finanzielle Zukunftsängste, wenn sie die Pflege eines Tages nicht mehr bewältigen kann: Ein Heimaufenthalt würde jeden rund 3.000 Euro kosten, doch die Rente der beiden würde nicht mal für die Hälfte reichen. Eine Lösung ist weit und breit nicht in Sicht, nur die vage Hoffnung: „Vielleicht wachen wir ja eines Tages einfach zusammen nicht mehr auf.“

Im Land der Senioren

Neugeborene Jungen werden hierzulande 76,9 Jahre alt, berichtete das Statistische Bundesamt im Spätsommer 2008. Mädchen dürften es noch auf knapp fünf Jahre mehr bringen und im Schnitt 82,25 Jahre alt werden. Der Ausblick ist zunächst erfreulich, die Angst vorm frühen Tod im Durchschnitt der Bevölkerung also unbegründet. Doch wenn schon jetzt jeder zweite

Mann älter als 79 und jede zweite Frau 85 Jahre alt wird, so heißt das nicht, dass viele „alte Alte“ gesundheitlich auf Rosen gebettet sind. Die meisten Familien sind nämlich auf den Ernstfall Krankheit und Pflegebedürftigkeit überhaupt nicht vorbereitet.

Das Altern hat sich in den letzten zwei Generationen dramatisch verändert. Während unsere Urgroßeltern meist noch in festgefühten Verbänden von Großfamilien ihren Lebensabend verbrachten, ihre Enkel und mit etwas Glück auch Urenkel auf die Welt kommen sahen und mit Mitte 70 starben, hat sich schon bei den Großeltern der heute 45- bis 55-Jährigen manches gewandelt: Sie haben nicht nur das Wirtschaftswunder vollbracht, sondern profitierten als erste Generation von einem medizinischen Fortschritt. Die 30er-Jahre-Babys des 20. Jahrhunderts gehören wohl zur letzten Generation, die bis ins hohe Alter hinein von den Segnungen einer guten sozialen Absicherung profitiert, geordnete Verhältnisse zu hinterlassen versucht und erhebliche Opfer und Unterstützung für die nächsten Angehörigen auf sich genommen hat. Inzwischen läuft diese Generation Gefahr, durch ihr tendenziell höchstes Alter, das je in der Menschheitsgeschichte erreicht wurde, massenhaft im hohen Alter auf fremde Hilfe angewiesen zu sein. Es fehlt jedoch an Nachkommen, die wir, die Generation der Geburtsjahrgänge um 1960 und später, hätten zeugen müssen. So wundert es nicht, dass die Republik zu einem Land der Senioren heranwächst.