

Sehr geehrte Damen und Herren,
anbei erhalten Sie unseren Pflegebrief mit folgenden Themen:

1. **Corona bedingte Sonderregelung**
2. **Pandemie-relevante Angebote**
3. **Haushaltsunfälle und Stürze**
4. **Seniorenrechtliches Wohnen**
5. **Pflegebrief – Archiv**



1. Corona bedingte Sonderregelungen

Aufgrund des anhaltenden Infektionsgeschehens wurden zahlreiche Sonderregelungen für die Pflege bis 30.06.2021 verlängert. Neu sind seitdem vor allem die sich fast täglich ändernden Hinweise auf Schnelltests und Impfungen. Für letzteres gab es eine in der Öffentlichkeit fast untergegangene Regelung. Sie betrifft die

- **Impfung von Familienmitgliedern oder Betreuungskräften bei häuslicher Pflege**

Gemäß § 3 (3.) und §4 (3.) der Verordnung zum Anspruch auf Schutzimpfung gegen das Coronavirus SARS-CoV-2 des Bundesministeriums für Gesundheit können **aktuell einmalig bis zu zwei enge Kontaktpersonen** von einer nicht in einer Einrichtung befindlichen pflegebedürftigen Person benannt und geimpft werden. Diese Regelung wird allerdings derzeit in allen Bundesländern unterschiedlich ausgeführt und organisiert. So wird z.B. in einigen Bundesländern eine kostenlose An- und Abfahrt zu Impfbetrieben mit dem Taxi angeboten.
[bundesgesundheitsministerium.de/impfung](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/impfung)

Grundsätzlich können Sie also innerhalb der Familie individuell entscheiden, welche zwei engen Kontaktpersonen ebenfalls kostenlos geimpft werden sollen. Denn hierfür kommen alle Personen in Frage, die regelmäßig engen Kontakt mit der pflegebedürftigen Person haben. Das können zum Beispiel Familienangehörige, Nachbarn oder die Betreuungskräfte sein.

Inwieweit dies wie beschrieben auch umgesetzt werden kann, hängt vom Wohnort der zu pflegenden Person ab. Wenden Sie sich bei Bedarf also bitte an die für Sie zuständige Gesundheitsbehörde oder kommen Sie bei weiteren Fragen gerne auf uns zu.

Über einige der nun verlängerten Sonderregelungen hatten wir bereits in den letzten Pflegebriefen informiert www.we-care-24.de/pflegebriefe/. Dabei ging es u.a. um

- Veränderungen beim Pflegegeld und der Verhinderungspflege
- bereits umgesetzte Anpassungen hinsichtlich steuerlicher Entlastungen
- Regelungen für die häuslichen Betreuung durch den Einsatz von Betreuungskräften
- modifizierte Urlaubsansprüche

Weitere Regelungen mit Verlängerung bis mindestens Mitte des Jahres:

- **Betreuungs- und Entlastungsleistungen**

Personen mit Pflegegrad 1 können die Entlastungsleistung von monatlich 125,00 Euro flexibler nutzen, z. B. auch für eine stundenweise Seniorenbetreuung.

- **Erhöhter Zuschuss für Pflegehilfsmittel**

Mit Pflegegrad steht Ihnen aktuell ein erhöhter Zuschuss von 60 Euro für Pflegehilfsmittel, wie z. B. Mundschutz und Desinfektionsmittel, zu.

- **Lohnersatz bei kurzzeitiger Arbeitsverhinderung**

Arbeitnehmende können sich 20 Tage freistellen lassen, um die Pflege eines Angehörigen zu organisieren. Das Pflegeunterstützungsgeld dient dabei als Lohnersatz.

- **Teilzeit durch Familienpflegezeit**

Aktuell dürfen pflegende Angehörige ihre Arbeitszeit durch Familienpflegezeit kurzfristig und flexibler reduzieren. Lohneinbußen können Betroffene mit einem Darlehen ausgleichen.

- **Telefonische Beratungsgespräche**

Die verpflichtenden Beratungsgespräche für Pflegegeldempfänger können auf Wunsch telefonisch oder per Videokonferenz stattfinden.

- **Pflegegradbestimmung per Telefon**

Die Beurteilung des Pflegegrads durch den MDK kann telefonisch durchgeführt werden, wenn es für die Sicherheit des Pflegebedürftigen erforderlich ist.

- **Mit Pflegegrad: 4.000 € Zuschuss nutzen**

Mit Pflegegrad erhalten Sie von der Pflegekasse bis zu 4.000 € Zuschuss für Umbaumaßnahmen für ein altersgerechtes Zuhause.



2. Pandemie-relevante Angebote

Als Mitglied im Gesundheitsverbund Nord sind wir Teil eines großen Netzwerkes verschiedener Partner aus dem Gesundheitswesen ([GVN](#)). Dies ermöglicht uns zusammen mit weiteren bundesweit tätigen Dienstleistern die Hilfestellung bei einer Vielzahl von Fragestellungen, die in der Betreuungsphase auftreten können. Das betrifft insbesondere Themen wie

- Pflegegradberatung und -ermittlung, MDK-Termine-Begleitung und -Kontrolle
- Mobile Dienste, z.B. Pflegedienste, Transport, Optiker, Hörgerätekustiker, Friseur
- Ärztliche Leistungen, beschleunigter Facharztzugang
- Umbaumaßnahmen, z.B. Treppenlift, Rampen, Türverbreiterung, Bad und Küchenumbau
- Beratung für Wohnraumgestaltung ([besserzuhause.com](https://www.besserzuhause.com))
- Entlastungen, z.B. Stundenweise Betreuung, Kulturprogramm daheim etc.

Vor dem Hintergrund der aktuell relevanten Hygienebestimmungen haben wir somit auch Zugang zu sinnvollen Angeboten, die die Betreuung und Pflege erleichtern können:

- **Pflegebox:** aktuell 60,00 Euro monatliche Zuschuss für Hygieneartikel (z.B. Mundschutz, Desinfektionsmittel, Handschuhe) mit bedarfsgerechter Portionierung, direkte Abwicklung mit der Pflegekasse ([Pflegebox](#))
- **Diffuser und Liquids:** Innenraum-Luftreiniger zur Neutralisation von SARS-CoV-2Viren und multiresistenten Bakterien www.xc19.de/covid-nein-danke (20% Partner-Vergünstigung durch Eingabe dieses Codes: XC19-6410220146)

Kommen Sie gerne auf uns zu, wenn Sie Fragen zu den aufgeführten Beratungsleistungen oder Angeboten haben.

3. Haushaltsunfälle und Stürze

Jedes Jahr verunglücken mehr Menschen bei Haushaltsunfällen als im Straßenverkehr. Besonders betroffen ist die ältere Generation. Der Grund: Viele Senioren muten sich trotz nachlassender Muskel- und Sehkraft zu viel Hausarbeit zu. Folglich steigt das Risiko, zu stolpern oder zu stürzen – etwa über eine Teppichkante oder ein Kabel. Als häufige Gründe für Sturzverletzungen gelten des Weiteren glatte und/oder nasse Bodenoberflächen (Fußböden, Fliesen, Treppen etc.), rutschende Bettvorleger, Türschwellen oder schlechte Beleuchtung. Diese Sturzfallen gilt es, frühzeitig zu beseitigen, Wege gut auszuleuchten sowie ausreichende Haltemöglichkeiten (Handläufe, Haltegriffe etc.) anzubieten.

Der Sturz im Alter wird in der Geriatrie als gesondertes medizinisches Problem betont, weil ungefähr ein Drittel der Menschen über 65 Jahre mindestens einmal pro Jahr stürzt (Alterssyndrom). Etwa 20 % der Folgen dieser Stürze bedürfen medizinischer Betreuung. Insbesondere bei Osteoporosepatienten (www.osd-ev.org/) erhöht sich dadurch das Risiko für Knochenbrüche.

Der Sturz selbst ist zunächst ein Symptom für ein mögliches Defizit aus unterschiedlichen Ursachen. Diese müssen nicht offensichtlich oder bekannt sein. Die unterschiedlichen Ursachen für Stürze im Alter können im körperlichen, geistigen Bereich, in der Umgebung oder einer Mischung liegen. Stürze erfolgen z. B. aufgrund von:

- Herzrhythmusstörungen
- Blutdruckschwankungen
- Falschmedikation
- Fehldosierung oder Nebenwirkungen von Medikamenten
- sensomotorischen Defiziten
- Angst vor Stürzen
- verminderte Stresstoleranz und Depressionen
- Spontanfrakturen
- Sturz aus dem Bett
- Seh - und Hörbeeinträchtigung
- Störungen des Gleichgewichtsorganes und des Sehvermögens eventuell in Kombination mit Muskelschwäche der Beine und der Wirbelsäule oder
- Stürze im Wohnbereich.



Prophylaxe, pflegerische Prävention

Teilweise können altersbedingten Schwächen durch Behandlungen wie **Muskel- und Bewegungstraining sowie Gleichgewichtsübungen** rückgängig gemacht werden. Sehr hilfreich ist auch das Training im Umgang und Gehen mit dem Rollator zum Muskelerhalt bzw. -aufbau. Schmerzen in den Gelenken oder dem Rücken machen den kurzen Weg vom Sitzen zum Stehen für viele Menschen zur Tortur. Dies und die Sorge vor einem Sturz führen zum häufigeren Sitzenbleiben. Damit wird das nächste Aufstehen aber noch beschwerlicher und es besteht die Gefahr, immer unbeweglicher zu werden. Denn der menschliche Bewegungsapparat (Nerven, Muskeln, Knochen und Gelenke) braucht ein bestimmtes Maß an Bewegung, um sich zu regenerieren. Zur Erleichterung des Aufstehens und um den Prozess sicherer zu machen gibt es **Aufstehhilfen** wie zum Beispiel den Katapultsitz oder den LYFTY. **Hüftprotektoren** sind relativ effektive Mittel, um Oberschenkelhalsfrakturen, die durch Sturz auf die Hüfte verursacht werden, vorzubeugen. Dadurch wird aber die Ursache des Stürzens nicht behandelt.

Wichtig für Alleinstehende: Risiken frühzeitig erkennen und handeln

Wer allein lebt, für den kann die Gefahr hinzukommen, nach einem Sturz zu spät gefunden zu werden. Schließlich haben Angehörige oft aus Zeitmangel oder auf Grund von unterschiedlichen Wohnorten nicht die Möglichkeit, täglich nach ihren betreuungsbedürftigen Verwandten zu sehen. Staubsaugen, ein Bild aufhängen oder eine Glühbirne auswechseln: Gerade wenn es um die kleinen Arbeiten im Haushalt geht, wird die Unfallgefahr häufig unterschätzt. Erfahren die Angehörigen von diesen Risiken, kann es unter Umständen schon zu spät sein. Für mehr Sicherheit kann hier eine häusliche Betreuungskraft sorgen, z.B. von **wecare24** (www.we-care-24.de). Eine Betreuungskraft, die mit im Haushalt lebt, kann Gefahren frühzeitig erkennen, ihre Hilfe anbieten und den Senioren die Arbeit im Zweifel abnehmen.

Als Anbieter für die häusliche Rund-um-Betreuung vermitteln wir seit vielen Jahren erfahrenes Personal aus Osteuropa in deutsche Haushalte. Erst nach eingehender Bedarfsanalyse, Ermittlung der individuellen finanziellen Entlastungsmöglichkeiten sowie Auswahl einer geeigneten Betreuungskraft wird eine Betreuungsvereinbarung geschlossen. Eine fortlaufende Beratung findet vor, während und auch nach dem Einsatz des Personals durch wecare24 statt. Die Betreuungskräfte unterstützen pflege- und betreuungsbedürftige Menschen in allen Lebensbereichen – dazu zählen Haushalt, Ernährung, Körperpflege und Mobilität. Die Betreuten erhalten dadurch ein Höchstmaß an Sicherheit vor Haushaltsunfällen in ihren eigenen vier Wänden. Kommt es tatsächlich zu einem Unfall, ist die Betreuungskraft schnell zur Stelle, um die Angehörigen zu informieren oder einen Arzt zu rufen.



4. Seniorengerechtes Wohnen

Ratschläge für ein barrierefreies und sicheres Zuhause

Wenn bei älteren Menschen Kraft, Beweglichkeit und Koordination nachlassen, birgt die Wohnung zunehmende Unfallgefahren. Barrierefreie Übergänge helfen, die Sturzgefahr zu minimieren. Auch zu hohe Küchenschränke und Arbeitsflächen oder rollstuhlluntagliche Türeingänge können ärgerlich sein. Höchste Zeit für bauliche Veränderungen, um altersgerechte Wohnräume zu schaffen. Worauf Angehörige und Senioren beim Umbau achten sollten, haben wir im Folgenden zusammengefasst.

Das Badezimmer: rutschfest und barrierefrei

Häufige Ursache für Stürze sind u.a. rutschige Böden – umso mehr, wenn im Alter die Schritte unsicherer werden. Dann lohnt es sich, die herkömmlichen Fliesen im Bad durch rutschfeste Böden zu ersetzen. Statt Badematten aus Textilgewebe sind Kunststoffmatten mit Saugnäpfen angebracht. Ein weiteres Hindernis sind alte, zu hohe Duschwannen, die den Einstieg erschweren. Eine gute Alternative sind ebenerdige Wannen oder geflieste Duschen, die zusätzlich mit einem Stuhl und Haltegriffen ausgestattet sind. Sie sind auch für die Toilette ratsam. Denn schwindet die Kraft in den Beinen, hilft es, sich beim Aufstehen mit den Armen abzustützen.

Die Küche: sitzend arbeiten

Auch für die Küche gilt, Sitzgelegenheiten erleichtern den Alltag. Denn langes Stehen fällt im Alter oft schwer. Das trifft vor allem auch für Senioren zu, die auf einen Rollator oder eine Gehhilfe angewiesen sind. Es ist sinnvoll, Unterschränke nach oben zu verlegen, um darunter Beinfreiheit für einen Stuhl zu schaffen und Küchenarbeiten angenehm erledigen zu können. So sind Lebensmittel, Töpfe und Geschirr leichter zu erreichen.

Das Treppenhaus: Geländer oder Lift

Stürze im Treppenhaus sind bei Senioren keine Seltenheit. Beidseitige Handläufe können zusätzliche Sicherheit bieten. Reicht die Kraft zum Treppensteigen nicht aus, kann evtl. der Umzug in eine Erdgeschosswohnung oder der Einbau eines Treppenliftes sinnvoll sein. Oft ist ein Umzug nicht möglich oder nicht gewünscht, da viele Emotionen mit der vertrauten Umgebung verbunden sind. Ein Treppenlift kann das Mobilitätsproblem lösen, ob als Sitz-, Steh- oder Plattformvariante für Rollstuhlfahrer.

Die Finanzierung: Fördergelder beantragen

Altersgerechter Wohnungsumbau ist oft kostspielig. Jedoch können Angehörige und Senioren auf Unterstützung von Bund, Ländern und Versicherungen setzen, z.B. durch Kranken- oder



5. Pflegebrief - Archiv

Wir möchten an dieser Stelle auf unsere letzten **wecare24 Pflegebriefe** hinweisen. Sie finden Sie auf unserer Website an dieser Stelle: www.we-care-24.de/pflegebriefe/

Dort geht es u.a. um folgende Themen:

- Plötzlich pflegebedürftig, was nun?
- Wer wir sind, was wir tun
- Überforderung von Angehörigen
- Entlastungsleistungen und kostenlose Hilfe für Angehörige
- Wenn Kassen Leistungen ablehnen
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege beantragen
- Pflegegradrechner
- Vollmachten
- Dem VERGESSEN entgegenwirken
- Fünf sinnvolle Gratis-Apps für Senioren: Den Alltag erleichtern und bereichern
- Corona / Corona Sonderregeln für pflegende Angehörige / Entlastungen 2021

wecare24 bietet Senioren, verunfallte Personen und deren Angehörigen Unterstützung in den eigenen vier Wänden an. In einem persönlichen Beratungsgespräch wird gemeinsam der individuelle Betreuungs- und Pflegebedarf ermittelt und dabei natürlich die finanziellen Möglichkeiten jedes Einzelnen berücksichtigt.

LINKTIPP – Mit dem **wecare24-Pflegegradrechner** können Sie berechnen, welche Mittel Ihnen zur Entlastung zustehen: www.we-care-24.de/services/pflegegradrechner/
Weitere Informationen erhalten Sie unter www.we-care-24.de/ oder telefonisch unter **040 - 68 99 64 83**.

Hier steht Ihnen Informationsmaterial zum Download bereit:

[Bröschüre im pdf-Format](#)
[Website](#)

Für Fragen oder eine telefonische Kontaktaufnahme, klicken Sie bitte auf folgenden Link und hinterlassen Sie eine Nachricht für einen Rückruf.
Wir werden uns schellstmöglich mit Ihnen in Verbindung setzen.

[Kontaktlink](#)

Mit freundlichen Grüßen

Roland Rother & André Weber

wecare24

Wenn Sie dauerhaft den Pflegebrief abstellen möchten, senden Sie uns bitte eine Nachricht an:
mail@we-care-24.de.

wecare24
Schenkendorfstraße 22
22085 Hamburg
Tel. **040 - 68 99 64 83**
Fax. 040 - 22 74 89 43
Email info@we-care-24.de
Web www.we-care-24.de

Mitgliedschaften: VHBP & GVN

