

P.J. Knörrich

Dem Alter souverän  
begegnen

Ein Ratgeber für Söhne,  
Töchter, Enkel und Senioren

Deutscher Taschenbuch Verlag

# Inhalt

<b>Ein Wort vorab</b>	11
<b>Altern - was ist das?</b>	13
<b>Wohnen im Alter</b>	17
»Zeige mir, wie du wohnst...«	17
Privathaushalt	20
Wohngemeinschaft	21
Betreutes Wohnen	22
Seniorenresidenz oder Stift	24
Altenwohnheim und Altenheim	26
Kurzzeitpflegeheim	27
Pflegeheim	27
<b>Pflegebedürftig werden ...</b>	29
Plötzlich pflegebedürftig?	30
Allmählich pflegebedürftig	31
Pflege zuhause: welche Möglichkeiten?	32
Einstufung	33
Wenn Angehörige oder Privatpersonen zuhause pflegen	34
Ambulanter Dienst	36
Tagespflege	38
Nachtpflege	40
Kurzzeitpflege	41
Verhinderungspflege	42
Hausnotrufsystem	42
Weitere Hilfen für die Pflege zuhause	43
Besondere Belastung bei der Pflege verwirrter und depressiver Menschen zuhause	46
Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige	47

<b>Wenn es zuhause nicht mehr geht...</b>	48
Welche Möglichkeiten gibt es?	48
Vollstationäre Pflege - was ist das?	48
Welches Heim kommt in Frage?	50
Unterbringung im Heim	51
Einzel- oder Mehrbettzimmer?	52
Der Heimvertrag	53
... und der bisherige Mietvertrag?	54
Und: Versicherungen, Mitgliedschaften ...	55
Für Geld ist nicht alles zu haben ...	55
Pflegedokumentation	56
Ärztliche Versorgung im Heim	57
Begleitender Dienst	58
Beschäftigungstherapie und Ergotherapie	59
Sozialer Dienst	60
Aktivierende Pflege	61
Dekubitus	62
Ernährungssonde und Sondenernährung	63
Fixierung	65
Das Heim - Endstation?	61
Umzug aus finanziellen Gründen	69
<b>Die Angehörigen</b>	72
Fähigkeiten lassen nach	72
Befehlsempfänger oder Partner im Gespräch?	73
Wann kommst du wieder?	74
Vertrauen will gepflegt sein	76
Spannungen aus der Vergangenheit ...	78
Als Angehöriger im Altersheim	80
Das Einleben im Heim erleichtern	82
Ein schlechtes Gewissen?	83
Schwierigkeiten und Probleme im Heim - was tun?	85
<b>Krankheit im Alter</b>	
Alles geht nicht mehr so wie früher ...	
Psychische Krankheiten im Alter	89

Demenz	90
Alzheimer-Demenz	92
Validation	93
Snoezelen	96
<b>Pflege</b>	98
Das Gesetz sagt, was Pflege ist	98
Einstufung und Leistungen der Pflegekasse	100
Antrag auf Höherstufung	103
Pflegetagebuch	104
Pflegedokumentation	106
Heimbedürftigkeit	107
<b>Der Medizinische Dienst der Krankenkassen: MDK</b>	109
Begutachtung	109
Aufsichtstätigkeiten	111
Qualität und deren Kriterien	112
<b>Die Heimgesetze</b>	115
Die Heimaufsicht	116
Heimbeirat	117
<b>Kundenbewußtsein ist gefragt an diesem »Markt«</b>	121
Marktwirtschaftliche Gesetze	121
Die örtliche Lage - auch ein Kostenfaktor	122
Das Leistungspaket	124
Regreßpflicht des Anbieters	125
<b>Vorsorgen - nicht nur, wenn man allein ist</b>	127
Rechtzeitig Vorsorgen	127
... eine Vertrauensperson finden und ansprechen	128
Kontovollmacht	131
Die Bestattungsfrage	132
Patientenverfügung	135
Betreuung	137
Betreuungsverfügung	141
(Vorsorge-) Vollmacht	142
Gefahren für den alternden Menschen	146

<b>Das liebe Geld</b>	147
1. Schrittweises Erteilen	
der Unterschriftsvollmacht	149
2. Delegieren	149
3. Taschengeld	150
4. Absicherung gegen Mißbrauch	150
<b>Finanzen</b>	152
Meinungen und Befürchtungen	152
Und die Wirklichkeit?	153
Versorgung zuhause	153
Tagespflege oder Nachtpflege	157
Kurzzeitpflege	157
Vollstationäre Pflege	158
Pflegerwohngeld	160
Seniorenresidenz oder Stift	161
Pflegehilfsmittel und Anpassungen	
in der Wohnung	162
Sozialhilfe	163
Rentenüberleitung	164
Pension und Beihilfe	165
<b>Und dann ... das Erbe</b>	166
»Hän 'r schö döilt?«	166
Wenn ich kein Testament mache ...	169
Wenn ich keine Kinder habe ...	169
Testament	169
Erbvertrag	172
Erbschein	172
Vollmacht	173
Das Finanzamt	173
<b>Alter - Sterben - Tod</b>	174
Ängste breiten sich aus ...	174
Sterbehilfe - Sterbebegleitung -	
eine Begriffsklärung	175
Euthanasie	176

Palliativmedizin	181
Palliativmedizin kommt heute zur Anwendung:	182
Sterbehilfe	183
Sterbebegleitung	184
Hospizbewegung	184
Ambulante Hospizarbeit	186
Stationäres Hospiz	186
<b>»Wie hältst du's mit der Religion?«</b>	188
Neue Fragen?	188
Religiöse Hilfen in der Sterbebegleitung	190
Kirchliche Bestattung	191
<b>Der Tod und dann ...</b>	193
Das Gespräch mit dem Bestattungsunternehmer	196
Abschied vom Verstorbenen	196
Vorsicht bei Rechnungen nach dem Tod!	197
Weitere Formalitäten nach dem Tode	198
Haushaltsauflösung	199
Der Trauerprozeß	200
<b>Weitere Hilfen, neue Angebote</b>	202
<b>Anhang</b>	205
Überblick über die Leistungen der Pflegeversicherung	207
<b>Informationen</b>	208
Senioren(bei)rat	209
MDK	210
Seniorenclub und Alten-Tagesstätte	211
Heimaufsicht	211
Weitere Anschriften	212
Internetportale	215
Broschüren	215
Beispiel einer Vollmacht	218
Register der Gesetzestexte	221
Stichwortregister	222