

**RUSSKA**



# **Pflege zu Hause**

**Ratgeber für Angehörige und Betroffene**

Viele nützliche Informationen und Hilfsmittel -  
insbesondere bei Demenz und Schlaganfall

## Pflege zu Hause

Ein Pflegefall trifft die Familie fast immer unerwartet. Wenn plötzlich die Pflege eines vertrauten Menschen erforderlich ist, stehen Angehörige und auch der Betroffene der Situation hilflos gegenüber. Wer sich dazu entscheidet, die Pflege zu Hause durchzuführen, dem bietet die Pflegeversicherung verschiedene Hilfen und Leistungen. Hier erfahren Sie, welche finanzielle Unterstützung Sie in diesem Fall erhalten und wie Sie einen Antrag stellen können. Es ist wichtig, im Alltag die Pflege zu erleichtern. Hilfsmittel lindern die Beschwerden und unterstützen den Betroffenen in seiner Selbstständigkeit, gleichzeitig entlasten sie die Pflegeperson.

Um Ihnen bei der Auswahl zu helfen, stellen wir Ihnen unsere bewährten Pflegehilfsmittel vor.

### Krankheitsbilder Demenz und Schlaganfall

Wir möchten in unserem Ratgeber speziell auf diese zwei häufig auftretenden Krankheitsbilder näher eingehen und haben Ihnen dazu hilfreiche Informationen zusammengestellt.

Durch die steigende Lebenserwartung nimmt die Bedeutung der Altersdemenz für die Gesellschaft weiter zu und stellt aufgrund des besonderen Krankheitsverlaufs eine große Herausforderung bei der Bewältigung der Pflege dar.

Der Schlaganfall ist heute ein Hauptgrund für die Pflegebedürftigkeit im Erwachsenenalter. Wie diese Erkrankung, tritt die darauf folgende Pflegesituation sehr plötzlich auf und erfordert eine sofortige Unterstützung der Betroffenen und der Angehörigen.

### Mit kompetenten Partnern über Pflegehilfsmittel sprechen

Wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihr Sanitätshaus. Dort werden Sie gut beraten und über die Leistungen der Pflegeversicherung informiert: von der Antragstellung auf Pflegebedürftigkeit bis zur Beantragung von Pflegehilfsmitteln.

Ihr Fachgeschäft zeigt Ihnen Pflegehilfsmittel, die Ihren Alltag spürbar erleichtern können, gibt Tipps zu Pflegekursen und berät im Pflegealltag.

Ihr *RUSSKA* Team

## Inhaltsverzeichnis

Kapitel	Seite
<b>Grundlagen: Pflegeversicherung, Pflegebedürftigkeit, Häusliche Pflege</b>	4
<b>Krankheitsbild Demenz</b>	15
<b>Krankheitsbild Schlaganfall</b>	19
 <b>Pflegebett-Ausstattung</b>	
Allgemeines	22
Hilfsmittel für die optimale Pflegebett-Ausstattung	23
 <b>Lagern und Positionieren</b>	
Allgemeines	26
Hilfsmittel zum fachgerechten Lagern und Positionieren	28
 <b>Körperpflege</b>	
Allgemeines	30
Hilfsmittel zur Unterstützung bei der Körperpflege	31
Hilfsmittel zur Inkontinenzversorgung	35
 <b>Ernährung</b>	
Allgemeines	37
Hilfsmittel zum eigenständigen Essen und Trinken	38
 <b>Intelligente Assistenz-Systeme</b>	
Allgemeines	42
Hilfsmittel für Sicherheit im Alltag	43
 <b>Mobilitäts- und Alltagshilfen</b>	
Allgemeines	45
Hilfsmittel zur Erhaltung der Mobilität und zur Erleichterung des Alltags	46
 <b>Aktiv bleiben</b>	
Allgemeines	53
Hilfsmittel zur Aktivierung im Alltag	54
<b>Weiterführende Adressen</b>	59

## Was ist die Pflegeversicherung?

### Grundlagen der Pflegeversicherung

Am 1. Januar 1995 wurde die Pflegeversicherung als eigenständiger Zweig der Sozialversicherung eingeführt. Es gilt eine umfassende Versicherungspflicht für alle gesetzlich und privat Versicherten. Die Versicherten der gesetzlichen Krankenkassen sind automatisch in der sozialen Pflegeversicherung versichert, private Krankenversicherte müssen eine private Pflegeversicherung abschließen.

**Wann Pflegebedürftige Leistungen aus der Pflegeversicherung bekommen und welche Leistungen das sind, hängt von der Dauer der Pflegebedürftigkeit, vom Pflegegrad und von der Art der Pflege ab.** Die Pflegebedürftigen können grundsätzlich selbst entscheiden, ob sie Hilfe von professionellen Pflegefachkräften in Anspruch nehmen oder aber Geld beziehen wollen, dass sie zum Beispiel pflegenden Angehörigen als finanzielle Anerkennung geben. Oberstes Ziel ist es, dass die pflegebedürftigen Menschen so weit wie möglich selbstbestimmt leben können. Alle Regelungen zur Pflegeversicherung stehen im elften Buch des Sozialgesetzbuches (SGB XI).

Der Grundsatz der Pflegeversicherung ist im Sozialgesetzbuch eindeutig festgelegt: **Die häusliche Pflege hat Vorrang vor der stationären Unterbringung, damit die Pflegebedürftigen möglichst lange in ihrer familiären Umgebung bleiben können.**

## Pflegebedürftig – was ist zu beachten?

### Antragstellung

Um Leistungen der Pflegeversicherung in Anspruch nehmen zu können, muss ein Antrag bei der Pflegekasse gestellt werden. Eine ärztliche Bescheinigung ist dafür nicht notwendig. Es genügt eine kurze formlose Mitteilung – diese kann auch telefonisch erfolgen – in der möglichst schon mitgeteilt werden sollte, ob der Betroffene das Pflegegeld oder die Pflegesachleistung beantragen möchte. Von den gesetzlichen Pflegekassen wird dieser Antrag an den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) weitergeleitet. Privatversicherte stellen einen Antrag bei ihrem privaten Versicherungsunternehmen, die Begutachtung erfolgt dort durch »MEDICPROOF«.

**Die zentrale Aufgabe ist die Feststellung der Pflegebedürftigkeit und die Zuordnung zu den Pflegegraden.** Dies geschieht in der Regel im Rahmen eines angekündigten Hausbesuchs eines Gutachters, um die Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten und den Pflegegrad im Einzelnen zu ermitteln.

Zum Termin sollten idealerweise auch die Angehörigen oder Betreuer der pflegebedürftigen Person, die sie unterstützen, anwesend sein. Das Ergebnis der Prüfung wird der Pflegekasse in einem Gutachten mitgeteilt. Die Pflegekasse informiert den Antragsteller schriftlich mit einem sogenannten Leistungsbescheid über den Pflegegrad sowie die bewilligten Leistungen und fügt automatisch das Gutachten des Medizinischen Dienstes bei.

### Vorversicherungszeit

Um Pflegeleistungen voll in Anspruch nehmen zu können, muss der Versicherte in den letzten zehn Jahren vor der Antragstellung zwei Jahre als Mitglied in die Pflegekasse eingezahlt haben oder familienversichert gewesen sein.

Leistungen aus der Pflegeversicherung gibt es nur auf Antrag und auch nur ab dem Monat der Antragstellung. Gegen einen Leistungsbescheid kann Widerspruch eingelegt werden. Wichtig: Wer Leistungen bei der Pflegeversicherung beantragt, erhält zudem automatisch das Angebot für eine Pflegeberatung.



### Weitere Informationen erhalten Sie unter:

[www.medizinischerdienst.de/versicherte/pflegebegutachtung](http://www.medizinischerdienst.de/versicherte/pflegebegutachtung)

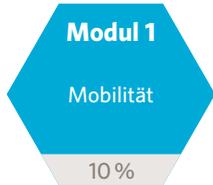
### Feststellung der Pflegebedürftigkeit

Zur Einschätzung der Pflegebedürftigkeit und Einstufung in einen Pflegegrad kommt ein Begutachtungsinstrument zum Einsatz, das von der individuellen Pflegesituation ausgeht. Es orientiert sich an Fragen wie: Was kann der Pflegebedürftige im Alltag allein leisten und wie selbstständig ist er? Welche Fähigkeiten sind noch vorhanden und wobei wird Hilfe benötigt?

Grundlage der Begutachtung ist dabei ein **Pflegebedürftigkeitsbegriff, der die Selbstständigkeit der Person in den Mittelpunkt stellt – unabhängig davon, ob die individuellen Beeinträchtigungen körperlich, geistig oder psychisch bedingt sind.** Es wird bewertet inwieweit die Fähigkeiten des Betroffenen bei der Bewältigung des Alltags beeinträchtigt sind und deshalb Hilfe durch andere benötigt wird. Die Pflegebedürftigkeit muss auf Dauer, voraussichtlich für mindestens sechs Monate, und mit einer »mindestens festgelegten Schwere« bestehen.

Um festzustellen, wie selbstständig eine pflegebedürftige Person in ihrem Alltag ist, wirft der Gutachter einen genauen Blick auf folgende sechs Lebensbereiche:

**Übersicht über die Lebensbereiche (Module) und deren Gewichtung:**



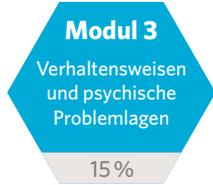
**Mobilität:**

Wie selbstständig kann sich der Mensch fortbewegen und seine Körperhaltung ändern? Ist das Fortbewegen in der Wohnung möglich? Wie sieht es mit Treppensteigen aus?



**Kognitive und kommunikative Fähigkeiten:**

Wie findet sich jemand örtlich und zeitlich zurecht? Kann der Betroffene für sich selbst Entscheidungen treffen? Kann der Mensch Gespräche führen und Bedürfnisse mitteilen?



**Verhaltensweisen und psychische Problemlagen:**

Wie häufig benötigt jemand Hilfe aufgrund von psychischen Problemen, beispielsweise bei aggressivem oder ängstlichem Verhalten?



**Selbstversorgung:**

Wie selbstständig kann sich der Mensch im Alltag versorgen bei der Körperpflege, beim Essen und Trinken, beim An- und Ausziehen?



**Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen:**

Welche Unterstützung braucht der Mensch im Umgang mit seiner Krankheit und bei Behandlungen? Wie oft ist Hilfe bei Medikamentengabe, Verbandswechsel oder bei Arztbesuchen notwendig?

**Modul 6**

Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

15 %

**Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte:**

Wie selbstständig kann der Mensch noch den Tagesablauf gestalten und planen oder Kontakte pflegen?

**Anmerkung: Modul 2 und 3 werden mit 15% gewichtet - in die Berechnung fließt aber nur das Modul mit der höheren Punktzahl ein! Somit werden nur 5 Module zusammengerechnet!**

**Pflegegrade**

Der Pflegegrad eines Antragstellers ergibt sich, indem die Bewertungen des Gutachters in den sechs Lebensbereichen (Modulen) anhand von genau festgelegten Berechnungsregeln zusammengeführt werden. Diese Berechnungsregeln sind nach pflegewissenschaftlichen Gesichtspunkten von Pflegewissenschaftlern erarbeitet worden. Die fünf Pflegegrade sind abgestuft: Pflegegrad 1 bedeutet »geringe Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten«, Pflegegrad 5 »schwerste Beeinträchtigungen, mit einer besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung«.

**Häusliche Pflege**

**Pflege durch Angehörige**

Wenn sich Pflegebedürftige entscheiden, statt von einem ambulanten Pflegedienst von Angehörigen, Freunden oder anderen ehrenamtlich Tätigen versorgt zu werden, zahlt die Pflegeversicherung das sogenannte **Pflegegeld**.

Voraussetzung: Die häusliche Pflege muss sichergestellt sein und der Pflegebedürftige hat mindestens Pflegegrad 2. Der Pflegebedürftige kann über die Verwendung des Pflegegeldes frei verfügen und gibt es in der Regel an die betreuende Person als Anerkennung weiter.

**Kombinationsleistung**

Der Bezug von **Pflegegeld** und von **ambulanten Pflegesachleistungen** kann im Rahmen der häuslichen Pflege grundsätzlich auch **miteinander kombiniert** werden. Das Pflegegeld vermindert sich dann anteilig (prozentual) in dem Umfang, in dem in dem jeweiligen Monat ambulante Pflegesachleistungen in Anspruch genommen worden sind.

**Verhinderungspflege (Urlaubs-/Krankheitsvertretung)**

Ist die private Pflegeperson durch Urlaub oder Krankheit vorübergehend an der Pflege gehindert, übernimmt die Pflegeversicherung die Kosten einer Ersatzpflege, z. B. durch einen ambulanten Pflegedienst. Voraussetzung hierfür ist, dass der Pflegebedürftige mindestens Pflegegrad 2 hat. **Der Leistungsbetrag zur Verhinderungspflege wird ab 1. Januar 2025 auf 1.685,— € erhöht. Darüber hinaus: Ein Leistungsbetrag von bis 843 Euro aus noch nicht in Anspruch genommenen Mitteln der Kurzzeitpflege kann diese Leistung auf insgesamt bis zu 2.528,— € im Kalenderjahr erhöhen. Zum 1. Juli 2025 wird der Anspruch auf Verhinderungspflege von 6 Wochen auf 8 Wochen verlängert und die Voraussetzung, dass die Pflegeperson den Pflegebedürftigen vor der erstmaligen Verhinderung 6 Monate gepflegt haben muss (Vorpflegezeit), entfällt.**

**Pflege durch ambulante Pflegedienste**

Der ambulante Pflegedienst unterstützt Pflegebedürftige und ihre Angehörigen bei der Pflege zu Hause. Er bietet Hilfe im Alltag, damit Pflegebedürftige in ihrer vertrauten Umgebung bleiben und pflegende Angehörige Beruf und Pflege besser miteinander vereinbaren können. Die Pflegeversicherung übernimmt für Pflegebedürftige mit mindestens Pflegegrad 2 als **Pflegesachleistungen** die Kosten für die Inanspruchnahme eines Pflegedienstes für körperbezogene Pflegemaßnahmen und pflegerische Betreuungsmaßnahmen bis zu einem gesetzlich vorgeschriebenen Höchstbetrag.

Pflegeleistungen in der häuslichen Pflege	ab 01.01.2025	
	Pflegegrad	Pflegegeld € monatlich
1	kein Anspruch	kein Anspruch
2	347,—	796,—
3	599,—	1.497,—
4	800,—	1.859,—
5	990,—	2.299,—

**Landespflegegeld:** Menschen, die mit Pflegegrad 2 oder höher eingestuft wurden und ihren Hauptwohnsitz in Bayern haben, haben Anspruch auf jährlich 1.000 Euro. Das Landespflegegeld ist eine Fürsorgeleistung und kein Einkommen und ist nicht zweckgebunden.



**Experten-Tipp Pflege zu Hause**

Einfache und praxisnahe Verordnung von Hilfsmitteln ohne Arztbesuch!

Unterstützt Sie im Alltag ein ambulanter Pflegedienst? Dann nutzen Sie die Erfahrung und Kompetenz Ihres persönlichen Pflegers und fragen Sie aktiv nach einer Hilfestellung bei der Auswahl von Hilfsmitteln, die Ihren Alltag spürbar erleichtern können. Ihr Pfleger kennt Ihre Pflegesituation – Ihre Einschränkungen und Ihr häusliches Umfeld – am besten und kann sehr gut einschätzen, welche Hilfsmittel für Ihre persönliche Situation benötigt werden.

Seit dem 1. Januar 2022 können Pflegefachkräfte, dazu zählen Altenpfleger/innen, unter bestimmten Voraussetzungen eigenständig ausgewählte Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel empfehlen. **Die zuvor notwendige ärztliche Verordnung ist in diesen Fällen nicht mehr erforderlich. Es bedarf zudem keiner Genehmigung durch die Kranken- oder Pflegekasse und es erfolgt auch keine fachliche Überprüfung. Ziel ist es, dass Pflegebedürftige die von Pflegefachkräften empfohlenen Hilfsmittel zügig erhalten.**

Die Empfehlung der Pflegefachkraft erfolgt ausschließlich im Rahmen ihrer Leistungserbringung der ambulanten Pflegesachleistung (siehe Seite 8). Das bedeutet konkret: Die Empfehlung der Pflegefachkraft findet in der Wohnung des Pflegebedürftigen bzw. an einem anderen (ambulanten) Ort statt, an dem sich dieser aufhält. Empfehlungen für Pflegebedürftigen in vollstationären Einrichtungen sind von dieser Regelung ausgenommen.



**Empfehlen dürfen Pflegefachkräfte ausschließlich Pflegehilfsmittel, die**

- zur Erleichterung der Pflege des Pflegebedürftigen beitragen,
- zur Linderung seiner Beschwerden dienen oder
- dem Pflegebedürftigen eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen.

**Ihrem Pfleger ist bekannt, welche Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel empfohlen werden können. Dazu zählen Produkte wie Bade- und Duschhilfen, Toilettenstühle oder Sicherheitsgriffe.**

Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel, die von den Pflegefachkräften empfohlen werden dürfen sind im Folgenden mit diesem Symbol gekennzeichnet:



### Entlastungsleistungen

**Alle Pflegebedürftigen der Pflegegrade 1 bis 5 haben ab 1.1.2025 einen Anspruch auf einen monatlichen Entlastungsbetrag in Höhe von 131,— €.** Das Geld kann vielfältig nach eigenem Wunsch eingesetzt werden, etwa für Betreuung oder Hilfe im Haushalt und soll die pflegenden Angehörigen entlasten.

#### Pflegegrad 1

Bei diesem Pflegegrad stehen dem Pflegebedürftigen neben den individuell einsetzbaren Entlastungsleistungen von 131,— € auch weitere Leistungen, wie zum Beispiel Beratung, Pflegekurse, Pflegehilfsmittel oder Verbesserungen des Wohnumfeldes zu.

#### Zuschüsse zur Wohnungsanpassung

Die Pflegekasse zahlt Pflegebedürftigen der Pflegegrade 1 bis 5 sogenannte wohnumfeldverbessernde Umbaumaßnahmen in der Wohnung, die die häusliche Pflege in der Wohnung ermöglichen bzw. erheblich erleichtern.

Einen Zuschuss gibt es z. B. für Maßnahmen, die mit wesentlichen Eingriffen in die Bausubstanz verbunden sein können, **wie zum Beispiel Türverbreiterungen oder fest installierte Rampen und Treppenlifter, aber auch für den pflegerechten Umbau des Badezimmers. Je Maßnahme werden ab 1.1.2025 bis zu 4.180,— € bezahlt.**

#### Pflegehilfsmittel

Grundsätzlich werden unter dem Begriff Pflegehilfsmittel Geräte und Sachmittel verstanden. Bei den Pflegehilfsmitteln wird unterschieden in:

- **technische Pflegehilfsmittel und**
- **zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel.**

**Technische Pflegehilfsmittel** sind **nicht zum Verbrauch** bestimmt, z. B. Pflegebett, Lagerungshilfen oder ein Notrufsystem. Sie werden in der Regel leihweise und in einer Standardausstattung überlassen. Lehnt der Pflegebedürftige das Ausleihen ab, muss er die Kosten in voller Höhe selbst tragen. Hat der Pflegebedürftige besondere Ausstattungswünsche (Farben, Materialien), muss er diese ebenfalls selbst tragen. Die technischen Pflegehilfsmittel umfassen die Produktgruppen 50–53 des Pflegehilfsmittelverzeichnis (vgl. Seite 11). **Zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel** sind Produkte, die aus **hygienischen Gründen oder aufgrund der Beschaffenheit des Materials nur einmal** benutzt werden können (vgl. Produktgruppe 54, Seite 11).

#### Pflegehilfsmittelverzeichnis

Die aktuelle Fassung enthält folgende Produkte:

##### Produktgruppe 50 – Pflegehilfsmittel zur Erleichterung der Pflege

- Pflegebetten
- Pflegebettzubehör (Bettverlängerungen, -verkürzungen, Bettgalgen/ Aufrichthilfen, Seitengitter, Fixiersysteme für Personen, Seitenpolster für Pflegebetten)
- Bettzurichtungen zur Pflegeererleichterung (Einlegerahmen, Einlegerahmen mit Sitz- und Schwenkfunktion, Einlegerahmen mit erhöhter Tragfähigkeit)
- Spezielle Pflegebettische
- Sitzhilfen zur Pflegeererleichterung
- Rollstühle mit Sitzkantelung
- Lagekorrekturhilfen für Bettlaken

##### Produktgruppe 51 – Pflegehilfsmittel zur Körperpflege/Hygiene

- Produkte zur Hygiene im Bett (Bettpfannen (Steckbecken), Urinflaschen, Urin-schiffchen, Urinflaschenhalter, Saugende Bettschutzeinlagen, wiederverwendbar)
- Waschsysteme (Kopfwaschsysteme, Ganzkörperwaschsysteme, Duschwagen, Kopfwaschbecken freistehend, Hygienesitze)

##### Produktgruppe 52 – Pflegehilfsmittel zur selbstständigeren Lebensführung/Mobilität

- Notrufsysteme (Hausnotrufsysteme, angeschlossen an Zentrale)

##### Produktgruppe 53 – Pflegehilfsmittel zur Linderung von Beschwerden

- Lagerungsrollen (Lagerungsrollen, Lagerungshalbrollen)

##### Produktgruppe 54 – Zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel

- Saugende Bettschutzeinlagen, Einmalgebrauch
- Schutzbekleidung (Fingerlinge, Einmalhandschuhe, Mundschutz, Schutzschürzen)
- Desinfektionsmittel

##### Produktgruppe 98 – Sonstige Pflegehilfsmittel

Die Kosten werden von der Pflegeversicherung übernommen, wenn das beantragte Pflegehilfsmittel dazu beiträgt, die Pflege zu erleichtern, Beschwerden zu lindern oder dem Pflegebedürftigen eine selbstständigere Lebensführung ermöglicht.

Das Pflegehilfsmittelverzeichnis der Pflegekassen zeigt an, welche zu vergütenden Pflegehilfsmittel im Rahmen der Pflegeversicherung zur Verfügung gestellt beziehungsweise leihweise überlassen werden. Wenn die Neuanschaffung eines technischen Pflegehilfsmittels notwendig ist, müssen Pflegebedürftige, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, eine Zuzahlung von 10 % - Maximal 25,— € je Hilfsmittel - leisten. Pflegekassen setzen für die Bewilligung von technischen Pflegehilfsmitteln voraus, dass sich der Pflegebedürftige oder seine Pflegeperson im Fachgeschäft (Sanitätshaus) in deren Gebrauch einweisen lässt.

**Im Pflegehilfsmittelverzeichnis gelistete Produkte haben eine sogenannte Pflegehilfsmittel-Nummer (PHV-Nr.).** Pflegehilfsmittel werden von der Pflegekasse auf Antrag bezahlt, sie müssen nicht von einem Arzt verordnet werden.

**Abzugrenzen von den Pflegehilfsmitteln sind die medizinischen Hilfsmittel als Leistungsverpflichtung der Krankenkasse (nicht der Pflegekasse) bei Krankheit (nicht bei Pflegebedürftigkeit).** Diese medizinischen Hilfsmittel werden bei Krankheit vom Arzt verordnet (nicht nach Feststellung von Pflegebedürftigkeit beantragt, siehe Seite 4) um eine Behinderung auszugleichen oder zu verhindern, dass ein Mensch pflegebedürftig wird. Dazu gehören beispielsweise Hörhilfen, Sehhilfen, Prothesen oder orthopädische Schuhe. **Die medizinischen Hilfsmittel sind mit einer Hilfsmittel-Nummer (HMV-Nr.) im Hilfsmittelverzeichnis aufgeführt.**

#### Tipp: Hilfsmittel einfach mieten!

**Wo auch immer notwendig: Hilfsmittel und Mobilitätshilfen überall verfügbar machen - dieser Service wird über die Internetplattform MeinHilfsmittel.de angeboten.**



www.meinhilfsmittel.de ermöglicht eine einfache Kontaktaufnahme zwischen den teilnehmenden Fachgeschäften vor Ort und potenziellen Kunden. Ideal für örtliche Flexibilität und zeitlich begrenzte Nutzung: Im Urlaub und auf Reisen, bei Kuraufenthalten, Familienfesten und zu vielen weiteren Gelegenheiten.



## Experten-Tipp Pflege zu Hause

Nutzen Sie Ihren gesetzlichen Anspruch auf kostenfreie Pflegehilfsmittel!

Zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel (Produktgruppe 54) sollen die Pflegesituation zu Hause erleichtern und sowohl den Patienten als auch die Pflegeperson vor Krankheitsübertragungen schützen. Wegen Ihrer materiellen Beschaffenheit oder aus hygienischen Gründen können Sie in der Regel nur einmal benutzt werden. Dazu zählen folgende Produkte: Saugende Bettschutzeinlagen zum Einmalgebrauch, Einmalhandschuhe, Mundschutz, Schutzschürzen und Desinfektionsmittel.

**Ein Pflegebedürftiger hat unter drei Voraussetzungen einen gesetzlichen Anspruch auf für ihn kostenfreie Pflegehilfsmittel im Wert von 42,— € monatlich (504,— €/pro Jahr):**

- es muss ein Pflegegrad (1-5) vorliegen,
- der zu Pflegenden lebt zu Hause oder in einer Wohngemeinschaft,
- der zu Pflegenden wird von einer Privatperson (z. B. Angehöriger) allein oder gemeinsam mit einem ambulanten Pflegedienst betreut.

Ihren Anspruch auf Ihr persönliches, von Ihnen zusammengestelltes Pflegepaket aus den diversen Hygieneprodukten können Sie ganz einfach in Ihrem Sanitätshaus geltend machen. Dort hilft man Ihnen bei der Beantragung und veranlasst die automatische Belieferung, Sie müssen sich um nichts weiter kümmern.

#### Tipp: Saugende Bettschutzeinlagen - erstattungsfähig und wiederverwendbar

Erhalten Sie zusätzlich als weiteres Pflegehilfsmittel kostenlos wiederverwendbare Bettschutzeinlagen. **Diese waschbaren Bettschutzeinlagen** sind qualitativ hochwertig, schützen zuverlässig bei Inkontinenz und bieten ein hohes Maß an Komfort und Sicherheit.

Je nach Pflegekasse stehen Ihnen bis zu 3 Bettschutzeinlagen im Wert von 78,— € pro Jahr zu. Sprechen Sie auch hierzu einfach Ihr Sanitätshaus an. Ein entsprechendes Produkt finden Sie in unserem Ratgeber auf Seite 23, unter »Saugende Bettschutzeinlagen«.



### Vereinbarkeit von Pflege und Beruf

Um Angehörigen von Pflegebedürftigen eine Betreuung in häuslicher Umgebung zu ermöglichen, gibt es unter gewissen Voraussetzungen verschiedene Modelle zur Unterstützung. Bei der akut aufgetretenen Pflegesituation kann ein Beschäftigter eine »kurzzeitige Arbeitsverhinderung« und ein »Pflegeunterstützungsgeld« einfordern. **Ab Anfang 2024 können Angehörige das Pflegeunterstützungsgeld für bis zu zehn Arbeitstage pro Kalenderjahr in Anspruch nehmen.** Wenn ein Beschäftigter aufgrund einer Pflegesituation eine Zeit lang ganz oder teilweise aus dem Job aussteigen möchte, ist im Rahmen der »Familienpflegezeit« eine Freistellung bis zu 6 Monate möglich. Wenn 6 Monate nicht ausreichen, ist eine teilweise Freistellung bis zu 24 Monate möglich. Während dieser Zeit ist ein Beschäftigter sozial abgesichert; der Kranken- und Pflegeversicherungsschutz bleibt ebenso wie der Versicherungsschutz in der Arbeitslosen- und Rentenversicherung erhalten.

### Pflegeberatung

Das Leistungsspektrum rund um das Thema Pflege wird zunehmend komplexer. Deshalb haben Versicherte, die Leistungen der Pflegeversicherung beantragen oder bereits erhalten, einen **gesetzlichen Anspruch auf eine persönliche, kostenlose Pflegeberatung.** Falls erforderlich wird auf Wunsch auch ein individueller Versorgungsplan mit den für die pflegebedürftige Person erforderlichen Hilfen erstellt. Pflegenden Angehörigen haben zudem einen eigenen Beratungsanspruch.

#### Wo bekommen Sie mehr Informationen?

Mehr zum Thema Pflege erfahren Sie im Internet unter [www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege) und in kostenfreien Publikationen des Bundesgesundheitsministeriums, zum Beispiel im »Ratgeber Pflege«: [www.bundesgesundheitsministerium.de/publikationen](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/publikationen).

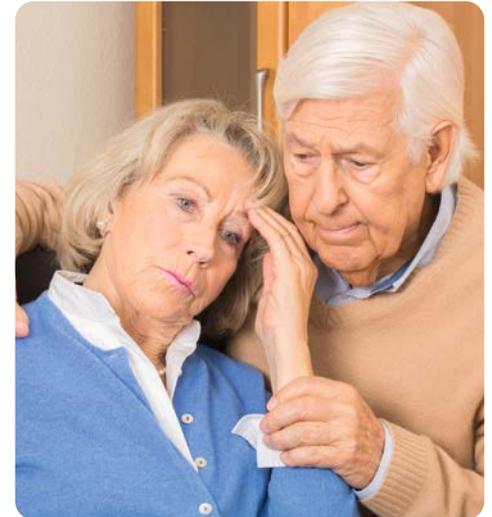
Das Bürgertelefon, das vom Bundesministerium für Gesundheit beauftragt ist, erreichen Sie unter 030 3406066-02.



## Krankheitsbild Demenz

### Was ist Demenz?

Die wörtliche Übersetzung lautet »weg vom Geist« bzw. »ohne Geist« und charakterisiert damit das wesentliche Merkmal von Demenzerkrankungen, nämlich den Verlust der geistigen Leistungsfähigkeit und damit den Verlust des selbstbestimmten Lebens. Am Anfang der Krankheit stehen Störungen des Kurzzeitgedächtnisses und der Merkfähigkeit. In ihrem weiteren Verlauf verschwinden auch bereits eingeprägte Inhalte des Langzeitgedächtnisses, sodass die Betroffenen zunehmend die während ihres Lebens erworbenen Fähigkeiten und Fertigkeiten verlieren. Eine Demenz ist mehr als eine »einfache« Gedächtnisstörung – sie verändert das ganze Sein des Menschen: seine Wahrnehmung, sein Verhalten und sein Erleben.



**In Deutschland leben heute etwa 1,8 Millionen Menschen mit Demenzerkrankungen. Rund zwei Drittel davon werden in der häuslichen Umgebung von Angehörigen betreut und gepflegt. Die Häufigkeit dieser Erkrankung steigt mit zunehmendem Lebensalter und liegt bei über 80-Jährigen bei ca. 20 % und bei den über 90-Jährigen sogar bei mehr als 30 %. Dabei sind 2 von 3 Demenzkranken Frauen. Auf Basis statistischer Grundannahmen und des wachsenden Anteils älterer Menschen in der Bevölkerung könnte sich die Zahl der Demenzerkrankungen bis zum Jahr 2030 auf etwa 2,2 Millionen erhöhen und bis zum Jahr 2050 sogar verdreifachen.**

### Ursachen einer Demenz

Die Ursachen für eine Demenzerkrankung sind vielfältig. Grundsätzlich unterscheidet man zwischen »primärer Demenz« und »sekundärer Demenz«. 90 % aller Krankheitsfälle entfallen auf die primäre Form, in deren Verlauf Nervenzellen des Gehirns in der Regel unumkehrbar zerstört werden. Mit etwa 60 bis 70 % ist Alzheimer die häufigste irreversible Demenzform. In der weiteren Betrachtung wird daher das Krankheitsbild der Alzheimer-Demenz in den Fokus gestellt.

»Sekundäre Demenzen« sind Folgeerscheinungen anderer Grunderkrankungen, z. B. Stoffwechselerkrankungen, und betreffen nur 10 % aller Krankheitsfälle.

### Woran erkennt man als Angehöriger den Beginn einer Alzheimer-Demenz?

Bei Verdacht einer Demenz sollte umgehend gehandelt werden, denn je früher die Diagnose bekannt ist, umso schneller kann mit einer Behandlung gestartet werden. Das ist umso wichtiger, da zumindest ein kleiner Teil der Erkrankungen wesentlich gebessert werden kann. Nicht jede Beeinträchtigung des geistigen Leistungsvermögens muss schon ein Alarmsignal für eine beginnende Demenz sein. Vergesslichkeit ist normal – jeder vergisst einmal einen Namen oder verlegt seinen Hausschlüssel. Wenn sich die Vergesslichkeit allerdings häuft und auch Dinge betrifft, die gerade erst passiert sind, kann das ein erstes Anzeichen für Alzheimer sein.

#### Symptome

Die Beschwerden eines Alzheimer-Dementen sind meist sehr vielfältig, dennoch lassen sich bei genauer Betrachtung einige charakteristische Symptome erkennen:

- **Vergesslichkeit: Verlust des Kurzzeitgedächtnisses, später auch des Langzeitgedächtnisses**  
Ständige Wiederholung von Fragen, Vergesslichkeit des aktuellen Datums
- **Schwierigkeiten alltägliche und häusliche Aufgaben korrekt zu erledigen**  
Fehler beim Essen kochen, Probleme beim Bedienen der Waschmaschine
- **Sprachliche Probleme** Person findet keine Worte mehr, verwendet Ersatzwörter
- **Verlust der Orientierung über Zeit, Raum und Ort**  
Betroffener weiß nicht mehr, wann Weihnachten ist, findet sich in fremder, später auch vertrauter Umgebung nicht mehr zurecht, hat einen gestörten Tag-Nacht-Rhythmus, schläft tagsüber und wandert nachts umher
- **Nachlassen des Urteilsvermögens**
- **Probleme mit der Konzentration und dem abstrakten Denken**  
Betroffener kann keine Banküberweisung mehr ausfüllen
- **Falsche Zuordnung von Gegenständen und Gegebenheiten**  
Betroffener legt Butter in den Kleiderschrank, geht im Bademantel zum Einkaufen
- **Gelegentlich treten Sehstörungen auf**  
Gesichter und Gegenstände werden nicht mehr erkannt
- **Auffällige Verhaltensänderungen**  
Betroffener hat extreme Stimmungsschwankungen, ist unruhig, reagiert übertrieben misstrauisch
- **Persönlichkeitsveränderungen**  
bisher ausgeglichener Mensch wird aggressiv, entwickelt Ängste

### ▪ Antriebslosigkeit/Teilnahmslosigkeit

Person verliert Interesse für Zeitgeschehen, Hobbys, zieht sich immer mehr zurück, wird depressiv, apathisch

#### Umgang mit Demenzkranken

Demenzkrankungen verlaufen nicht nach einem einheitlichen Muster, insofern gibt es auch kein allgemein gültiges Rezept. Die Verhaltensweisen der Betroffenen ändern sich nicht nur im Verlauf der Krankheit, sondern sind auch abhängig von der Tagesform und der Tageszeit. Einige Kranke sind freundlich, andere hingegen sehr aggressiv, einige sind körperlich gesund, andere im späteren Stadium bettlägerig. Auch ein ständiges Nachlaufen der Bezugsperson den ganzen Tag lang und ein Wiederholen der immer gleichen Fragen und Handlungen zählt zu den spezifischen Verhaltensweisen der Kranken. Fakt ist, der Erkrankte verliert immer mehr seine Selbstständigkeit und erkennt irgendwann selbst geliebte Menschen nicht mehr. Darauf sollten sich – auch wenn es sehr schwer fällt – die Angehörigen einstellen und viel Verständnis und Einfühlungsvermögen aufbringen. Vor allem im fortgeschrittenen Stadium, wenn sich der Erkrankte nicht mehr sprachlich verständigen kann oder sich in Untätigkeit flüchtet, sobald er Situationen als zu stressig empfindet, bleibt den Angehörigen nur zu erfüllen, wie es dem Kranken geht und was ihm gut tut.

Angehörige sollten durch sinnvolle Beschäftigungen versuchen, verbliebene Fähigkeiten zu aktivieren und so dem Kranken helfen, sein Lebensniveau zu halten. Der Schlüssel für viele Verhaltensweisen Demenzkranker liegt in Ihrer Biografie verborgen. Den Erkrankten gut zu kennen erleichtert Gespräche auf Vertrautes zu lenken, z. B. Situationen aus der Kindheit oder Jugend, da diese erfahrungsgemäß besonders gut erinnert werden. Das Wiederbeleben alter Erinnerungen bei gemeinsamen Aktivitäten, z. B. durch Stöbern in Fotoalben oder Sprechen und Singen bekannter Gedichte und Liedertexte kann dem Erkrankten sehr viel Freude bereiten und glücklich machen, da ihm dies vergleichsweise leicht fällt. Auch leicht verständliche Vorlesegeschichten – z. B. über Kinder- und Jugendstreiche früherer Tage oder altbekannte Leibgerichte – sorgen für eine schöne Abwechslung im Alltag und ermuntern den Demenzkranken zum Erzählen.

Es gibt darüber hinaus zahlreiche Beschäftigungsmöglichkeiten, die dazu beitragen, verbliebene Fähigkeiten möglichst lange zu erhalten und besondere Bedürfnisse der Erkrankten zu berücksichtigen. Dazu zählen u. a. speziell für Demenzkranke entwickelte Memo-Spiele, Malvorlagen oder Puzzle. Lassen Sie zu, dass Ihr demenzkrankes Familienmitglied Ihnen bei einfachen Tätigkeiten im Haushalt, wie Kartoffeln schälen oder im Garten, hilft und auch Tätigkeiten der Selbstversorgung, wie Körperpflege, selbst durchführt.

Dann finden sich Wege, um miteinander im Kontakt und im Gespräch zu bleiben.

**Tipp: Demenz-Muff/Nesteldecke**

Ständige Unruhe ist ein typisches Merkmal von fortgeschrittener Demenz/Alzheimer - der Demenzmuff ist aus diesem Grund die ideale Beschäftigung für Menschen mit Demenz. Er bietet bei Unruhezuständen rastlosen Händen eine Beschäftigung. Das Zupfen an den Gegenständen des Muffs, auch »nesteln« genannt, kann häufig eine beruhigende Wirkung haben und dadurch Aggressionen abbauen. Aufgenähte Motive bieten viele sensorische und akustische Reize und wecken die Neugier. Auch ist es möglich, über die Motive auf dem Muff mit einer erkrankten Person ins Gespräch zu kommen.



Die Decke kann mithilfe der Knöpfe zu einem Muff geknöpft werden und wärmt dann auch die oft kalten Hände der Erkrankten.

**Demenz-Muff/Nesteldecke** Artikel-Nr.: 11600 200

**Hilfsmittel bei Demenz**

Der Alltag und das Wohnumfeld müssen den Bedürfnissen des Demenzkranken angepasst werden. Zur Anpassung des Wohnumfeldes gehören Sicherheitsvorkehrungen in der Wohnung, nicht zuletzt wegen der nächtlichen Schlafstörungen und des Umherirrens.

Mit dem fortschreitenden Verlust des Gedächtnisses wird intensive Unterstützung, und die Notwendigkeit zur Nutzung von Alltagshilfen und Hilfsmitteln, vor allem bei der Körperpflege sowie dem Essen und Trinken, unerlässlich.

Betreffende Textstellen zum Thema Demenz und besonders geeignete Hilfsmittel sind im Folgenden mit diesem Symbol gekennzeichnet:



**Krankheitsbild Schlaganfall**

**Was ist ein Schlaganfall?**

Schlaganfall ist ein Oberbegriff für verschiedene Gehirnerkrankungen. Unter einem Schlaganfall (auch »Apoplex« oder »Hirnin-sult« genannt) versteht man eine plötzlich auftretende Störung der Durchblutung im Gehirn. Je nach Ursache wird vereinfacht zwischen zwei Formen unterschieden:

Beim hämorrhagischen Infarkt platzt ein zum Gehirn führendes Blutgefäß plötzlich, wodurch eine Blutung im Gehirn verursacht wird.

Beim ischämischen Schlaganfall, der ca. 80 % der Krankheitsfälle ausmacht, sind die Blutgefäße verstopft, beispielsweise durch ein verschlepptes Blutgerinnsel, was zu einer Minderdurchblutung (Mangeldurchblutung) des Gehirns führt.



**Pro Jahr ereignen sich ca. 270.000 Schlaganfälle in Deutschland, davon sind etwa 200.000 erstmalige Schlaganfälle (Quelle: Deutsche Schlaganfall-Hilfe). 1,3 Millionen Menschen in Deutschland leben mit den Folgen eines Schlaganfalls: Halbseitenlähmung, Gefühlsstörungen der Arme und Beine, Sprach- und Sehstörungen. Die Betroffenen müssen mit den oft schwerwiegenden Folgen leben und sind dauerhaft auf Therapien und Hilfsmittel angewiesen. Laut einer Studie des Robert Koch-Instituts (RKI) hatten schätzungsweise etwa 1,8 Millionen Menschen im Alter ab 18 Jahren schon einmal einen Schlaganfall.**

Rund 20 % der Schlaganfall-Patienten sterben innerhalb von 4 Wochen, über 37 % innerhalb eines Jahres. Damit ist der Schlaganfall nach Krebs- und Herzerkrankungen die dritthäufigste Todesursache in Deutschland.

Bei rund der Hälfte der überlebenden Schlaganfall-Patienten ist ein Jahr nach der Erkrankung eine dauerhafte Behinderung festzustellen, sodass sie auf fremde Hilfe angewiesen sind. Der Schlaganfall ist damit ein Hauptgrund für die Pflegebedürftigkeit im Erwachsenenalter. Fast 1 Million Menschen in Deutschland leiden mittlerweile an den Folgen eines Schlaganfalls.

Aufgrund der älter werdenden Gesellschaft ist zu erwarten, dass die Zahl der Schlaganfall-Erkrankten in den nächsten Jahrzehnten drastisch ansteigt.

Ein Schlaganfall kann jeden treffen – egal ob Säugling oder Greis – die Wahrscheinlichkeit steigt aber mit dem Alter; die meisten Schlaganfälle treten jenseits des 60. Lebensjahres auf.

### Ursachen eines Schlaganfalls

Neben dem Alter und einer möglichen genetischen Veranlagung (Vererbung) gibt es einige wichtige Risikofaktoren als Ursache, die beeinflusst werden können: Bluthochdruck, Diabetes, Herzkrankheiten, Übergewicht, mangelnde Bewegung, zu hoher Alkoholkonsum.

### Symptome

Anzeichen eines Schlaganfalls können zum Beispiel sein:

- **Plötzliche einseitige Lähmung oder Kraftminderung ohne andere Ursache, insbesondere im Arm und/oder Bein**
- **Einseitiges Taubheitsgefühl im Arm, Bein, im Gesichtsbereich** (taubes, pelziges oder kribbeliges Gefühl), **einseitig herabhängender Mundwinkel, Lähmung einer Gesichtshälfte**
- **Sehstörungen** (verschommenes, doppeltes oder eingeschränktes Sehen) bis hin zur vorübergehenden Erblindung
- **Sprechstörungen** (undeutliches Sprechen, Wiederholungen von Wörtern oder Silben, lange Pausen) bis hin zum Verlust des Sprachvermögens
- **Verminderte Ausdrucksfähigkeit** (der Betroffene kann nicht mehr benennen, was er möchte oder äußert sich sinnlos)
- **Verständnisstörungen** (Anweisungen werden nicht oder falsch umgesetzt)
- **Plötzlich auftretende Gleichgewichtsstörungen und Schwindel**
- **Bewusstlosigkeit**
- **Starke Kopfschmerzen** (setzen schlagartig ein und sind kaum zu ertragen: typisch bei einer Gehirnblutung)

### Folgen eines Schlaganfalls

Die häufigsten Folgen eines Schlaganfalls sind, neben einseitigen Lähmungen und Taubheitsgefühlen, insbesondere der Arme und Beine, Sehstörungen, Sprechstörungen, Schluckstörungen, Gleichgewichtsstörungen und Schwindel sowie Bewusstseins- und Wahrnehmungsstörungen. Aufgrund dieser Einschränkungen, und der Schädigung des Gehirns selbst, ist bei etwa der Hälfte der Erkrankten mit depressiven Syndromen wie Antriebslosigkeit und starken Stimmungstiefs zu rechnen.

### Rehabilitation

Nach der erfolgreichen Behandlung eines Schlaganfalls gilt es den Patienten wieder für den Alltag fit zu machen. In der Regel geschieht dies durch umfangreiche Rehabilitationsmaßnahmen. U. a. helfen Physiotherapeuten durch intensives Training, Lähmungen und Fehlhaltungen zu verbessern und zu beseitigen und die Patienten dadurch wieder mobiler und beweglicher zu machen. Logopäden kümmern sich um die Zurückerlangung der Sprache.

#### Tipps zum Umgang mit Schlaganfall-Patienten:

Nicht nur für den Patienten, auch für Angehörige bedeutet die Krankheit je nach Ausmaß oft eine dramatische Veränderung. Die vertraute Person kann sich vielleicht plötzlich nicht mehr richtig ausdrücken und ist auch körperlich stark eingeschränkt.

1. **Helfen Sie dem Betroffenen durch Geduld, Unterstützung und Ermutigung.**
2. **Sprechen Sie viel mit ihm und wie mit einem normalen Erwachsenen – der Verlust der Sprache bedeutet nicht, dass der Verstand ebenfalls beeinträchtigt ist.**
3. **Übertriebenes Umsorgen kann hinderlich sein! Nehmen Sie dem Betroffenen nicht jeden Handgriff ab – nur durch unermüdliches Üben können verlorene Fähigkeiten wieder hergestellt werden.**

### Hilfsmittel bei Schlaganfall

Neben der Rehabilitation ist es sowohl für den Schlaganfall-Patienten als auch für die ihn pflegende Person wichtig, den Wohn- und Lebensraum möglichst barrierefrei und unabhängig von der Hilfe anderer zu gestalten. Um eine weitgehende Selbstständigkeit im Alltag zu ermöglichen sind daher eine Reihe von bewährten Hilfsmitteln auch schon während der Therapie sinnvoll, vor allem zur Unterstützung der Körperpflege, beim Ausscheiden und beim Essen und Trinken. Ergänzend werden je nach Schwere einer Lähmung auch Hilfsmittel zur fachgerechten Lagerung inkl. Hilfen zum Umlagern und zur Erhaltung der Mobilität benötigt. Je nach Ausprägung von Lähmungen und der damit verbundenen Einschränkungen in der Mobilität oder auch beim Greifen kommen einige Hilfsmittel besonders in Frage.

Betreffende Textstellen zum Thema Schlaganfall und besonders geeignete Hilfsmittel sind im Folgenden mit diesem Symbol gekennzeichnet:





## Pflegebett-Ausstattung

### Ausstattung des Pflegebettes

Das sachgemäße Ausstatten des Pflegebettes vermittelt dem pflegebedürftigen Menschen Sicherheit und fördert zugleich sein Wohlbefinden. Bei der Auswahl der richtigen Hilfsmittel sind die besondere Situation und die Einstellung des Betroffenen dazu sowie die seiner Pflegeperson zu berücksichtigen:

- Matratze aus gutem Schaumstoff
- Matratzenschutzbezug und Bettschutzeinlage
- bei starker Inkontinenz: Saugende Bettschutzeinlage
- Kopfkissen und Bettdecke

Die Bettwäsche sollte Feuchtigkeit aufnehmen können, anschmiegsam sein, freundlich aussehen (farbig), atmungsaktiv und kochbar sein.

Unabhängig vom Krankheitsbild gehört in ein Pflegezimmer eine vertraute, gemütliche und persönliche Einrichtung, um sich heimisch und geborgen zu fühlen.

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------

### Hilfsmittel für die optimale Pflegebett-Ausstattung



#### SYSTEM Viscopflex Matratze

Diese hochwertige Pflegebett-Matratze ist sehr gut geeignet für die Anwendung im Pflegebett. Der viskoelastische Schaumstoff passt sich der Körperform an, verringert den Druck auf den Körper und hilft somit bei der Dekubitus-Prophylaxe.

21161 090	90 x 200 x 14 cm	11.29.05.1018	—
-----------	------------------	---------------	---



#### dibucare Bettbehälter Alma

Durch diesen praktischen Behälter sind die persönlich wichtigen Alltagsgegenstände wie Trinkbecher, Medikamente oder Telefon immer in gut erreichbarer Nähe. Mit einem Klettband schnell und sicher am Bettrahmen oder Seitengitter des Pflegebettes angebracht.

11212 100	rubinrot	—	—
-----------	----------	---	---



#### Matratzenschutzbezug und Bettschutzeinlage

Wirkungsvoller Schutz vor Feuchtigkeit und Verunreinigungen der Matratze. Der Matratzenschutzbezug ist wie ein Spannbettlaken auf der kompletten Matratze anzuwenden. Die Bettschutzeinlage hingegen bedeckt nur einen Teilbereich der Matratze. Beide Produkte sind in verschiedenen hautfreundlichen Materialien und Größen erhältlich.

10982 200	Matratzenschutzbezug Jersey, 100 x 200 x 24 cm	—	—
10980 150	Bettschutzeinlage Frottee, 100 x 150 cm	—	—



#### Saugende Bettschutzeinlage

Wieder verwendbare, wasserundurchlässige und hautfreundliche Unterlage aus Baumwolle mit extrem saugfähigem Vliesstoff, ideal bei andauernder Inkontinenz. Ausführung mit Einstecktüchern hilft beim Fixieren unter der Matratze.

10996 080	Saugunterlage Basic, 85 x 90 cm	19.40.05.2064	51.40.01.4112
-----------	---------------------------------	---------------	---------------

## Pflege-Kissen

Dieses hochwertige Kopfkissen mit hautsympathischen Bezug bietet mehr Komfort und Hygiene in der Pflege: Aufgrund seines besonderen Füllmaterials ermöglicht es ein sanftes Einsinken und bietet eine sehr gute Stützkraft, ist sehr strapazierfähig und langlebig. Das Kissen ist bei 95 °C waschbar und trocknergeeignet, so kann es am gleichen Tag wieder verwendet werden.



Art.-Nr.: 11250 000 40 x 80 cm, weiß



### Lück Rhombo-Medical IM-Pression-Decke

Diese spezielle Decke übt aufgrund ihrer kleinen integrierten Gewichte einen sanften, gleichmäßigen Druck auf den Körper aus. Damit kann eine beruhigende Wirkung hervorgerufen werden. Die Decke fördert die Körperwahrnehmung und vermittelt ein Gefühl der Geborgenheit.

19077 153 135 x 200 cm



### Trust Care Aufstehhilfe Let's Get Up

Sehr stabile, höhenverstellbare Aufstehhilfe mit ergonomischem Griff zum Befestigen am Bettrahmen. Erhöht die Sicherheit beim Aufstehen und Aussteigen aus dem Bett bei eingeschränkter Mobilität. Einfach zu installieren. Maximale Belastbarkeit: 150 kg.

11020 910 — 19.40.02.3019 50.45.02.3019



### master care Gleittuch

Hochwertiges Gleittuch mit einzigartigen Gleiteigenschaften, die das einfache Bewegen von Pflegebedürftigen im Bett ermöglichen. Die Kraftanstrengung bei der Durchführung von Pflegeverrichtungen sowohl bei der Pflegeperson als auch beim Hilfebedürftigen wird bedeutend verringert.

35100 160 Nylon Master Tube, 100 x 80 cm

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



### Drehscheibe mit Griff

Mit dieser Drehscheibe können pflegebedürftige Menschen mit weniger Beinkraft und Gleichgewichtsproblemen zwischen verschiedenen Sitzflächen im Wohnbereich umgesetzt werden. Das Umpositionieren erfolgt, im Sitzen sowie im Stehen, durch eine ganz leichte Drehbewegung, z. B. vom Bett in den Rollstuhl. Gleichzeitig reduziert sie den Kraftaufwand für die Pflegeperson.

11035 000 43 x 39 cm



### master care Rutschbrett

Ein sehr leichtes, glattes und flexibles Rutschbrett, das das Umsetzen eines Pflegebedürftigen, z. B. von der Bettkante in den Rollstuhl, erleichtert. Der Pflegebedürftige muss nicht aufstehen können, sondern kann sitzend selbstständig oder mit Hilfe einer Pflegekraft den Positionswechsel vornehmen. Mit drei Griffen für mehr Stabilität, Anti-Rutsch-Fläche an der Unterseite verhindert Wegrutschen.

35100 620 Gr. L, 75 x 35 x 0,5 cm

## Beistell-Tisch Comfort

Bewährter und praktischer Helfer, der unter anderem das Essen und Trinken im Bett ermöglicht. Das Untergestell kann leicht unter ein Bett geschoben werden, sodass der Pflegebedürftige die ganze Tischplatte vor sich hat. Die Höhe des Tisches kann stufenlos verstellt werden, er ist zudem fahrbar und feststellbar durch vier Rollen, alle mit Brems-Knopf ausgestattet.

Artikel-Nr.: 11210 100 Buche Dekor  
PHV-Nr.: 50.45.04.0015





## Lagern und Positionieren

### Allgemeines

#### Was ist ein Dekubitus? Wie entsteht er?

Ein Dekubitus (Druckgeschwür) ist eine Gewebeschädigung. Sie wird durch anhaltenden Druck ausgelöst. Die haarähnlichen Blutgefäße (Kapillare und Venolen) werden zusammengedrückt. Der arterielle Zufluss (das Blut ist mit Sauerstoff und Nährstoffen angereichert) und der venöse Abfluss (das Blut enthält Schlackenstoffe/Stoffwechsel-Endprodukte) sind unterbrochen. Das Gewebe wird mangelhaft versorgt.

#### Erkennungsmerkmale

Mit einem Finger wird auf die Hautrötung gedrückt. Entsteht ein weißer Umriss und erscheint der Fingerabdruck nach Loslassen für einen kurzen Moment weiß, ist die Rötung wegdrückbar und damit der Fingertest negativ: Es liegt kein Dekubitus vor, sondern es handelt sich um eine Rötung (allergisch oder entzündlich bedingt) und die Dekubitus-Prophylaxe kann wie gewohnt weiter durchgeführt werden. Ist die Rötung dagegen nicht wegdrückbar und bleibt nach Loslassen bestehen, ist der Fingertest positiv.

Aufgrund des Sauerstoffmangels durch Minderdurchblutung kommt es zu einer Übersäuerung im Gewebe, was zu einer Weitstellung der Gefäße führt. Das führt zu stärkerer Durchblutung, erkennbar an einer starken Hautrötung. Dadurch liegt eine druckbedingte Hautschädigung vor.

#### Gefährdete Körperstellen

Bei liegenden oder sitzenden pflege- und hilfebedürftigen Personen sind dekubitusgefährdete Stellen besonders die Punkte, an denen das Körpergewicht auf hervortretende Körperteile (Knochen) mit nur geringer Muskelpolsterung drückt.

#### Rückenlage:

Hinterkopf  
Schulterblätter  
Wirbelsäule  
Ellenbogen  
Beckenkamm  
Kreuzbein  
Sitzbein  
Fersen  
Zehen



#### Seitenlage:

Ohr  
Schulterhöhe  
Ellenbogen  
Beckenkamm  
Knie  
Fußaußenseite

#### Vorbeugende Maßnahmen

Folgende Grundprinzipien sind zu beachten:

- eine gewissenhafte Beobachtung der Haut und Kontrolle auf Rötungen/sorgfältige Hautpflege
- eine vollwertige Ernährung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr
- bei Inkontinenz-Betroffenen: eine geeignete Inkontinenz-Versorgung

Vorbeugende Maßnahmen können sein:

- druckverteilende Maßnahmen durch Verwendung einer Weichlagerungsmatratze
- druckvermindernde Maßnahmen durch Freilagerung (z. B. der Ferse)
- zeitreduzierende Maßnahmen wie die Umlagerung unterstützt durch gewebeschonende Bewegungs- und Transfertechniken

#### Lagerung des Pflegebedürftigen

Wenn für einen Pflegebedürftigen keine spezielle therapeutische Lagerung ärztlich verordnet ist, dann bestimmt er selbst seine Lage und seinen Lagewechsel: Er kann sich aufsetzen, kann sich drehen. Er empfindet einen Druck als unangenehm und führt spontan eine Druckausgleichsbewegung durch. Schwer- bzw. Schwerstpflegebedürftige oder Halbseitengelähmte dagegen sind oft nicht mehr in der Lage, sich selber so zu legen, wie sie wollen. Sie sind auf unterstützende Hilfe durch eine Pflegeperson und auf den Einsatz von speziellen Hilfsmitteln zur Lagerung angewiesen.

Lagerungshilfsmittel werden angewandt zur Druckentlastung/Druckverteilung und zur Ruhigstellung/Stützung.

Sie unterstützen zum einen die Prophylaxe und Therapie der besonders gefürchteten Folgeerkrankungen bei Bettlägerigkeit: Dekubitus (Druckgeschwür), Kontraktur (Gelenkversteifung), Thrombose (Venenentzündung), Pneumonie (Lungenentzündung) und zum anderen spezielle Lagerungen, z. B.: Lagerung nach Bobath (bei Halbseitenlähmung, z. B. nach einem Schlaganfall), atemfördernde, atemunterstützende und herzentlastende Lagerung.

**D Lagerung bei Demenz**

Bei Menschen mit Demenz kommt es häufig zu einer gestörten Körperwahrnehmung und damit einhergehenden Schlafstörungen und Unruhe. Das körperliche Empfinden von Begrenzung, wie z. B. bei einer Umarmung, vermittelt allgemein ein Gefühl von Geborgenheit, Halt und des Beschütztseins und wirkt deshalb beruhigend auf den Menschen. Spezielle Lagerungskissen sind eine sehr gute Hilfe, die Körperwahrnehmung zu unterstützen und das Ein- und Durchschlafen von Betroffenen zu verbessern.

**S Lagerung bei Schlaganfall**

Die Bobath-Lagerung zählt zu den Pflege- und Therapie-Konzepten für Patienten mit Lähmungen und Störungen des Muskeltonus. Ziel ist es, dem Patienten die stärker betroffene Körperseite bewusst zu machen, seine Bewegungsfähigkeit zu aktivieren sowie z. B. einem Dekubitus und Kontrakturen vorzubeugen.

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------

Hilfsmittel zum fachgerechten Lagern und Positionieren



**Ellenbogenpolster/-Fersenpolster**

Zur Entlastung der Ellenbogen bzw. der Fersen sowie zur Unterstützung des Wärmeausgleichs. Mit Verschlussband zur stufenlosen und individuellen Fixierung, einzeln und paarweise erhältlich.

20820 002	Ellenbogenpolster, Paar	—	—
21630 002	Fersenpolster, Paar	—	—

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



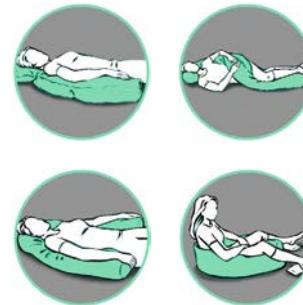
**Lück Rhombo-med Rolle zur Positionsunterstützung**



Aufgrund des Füllmaterials und der Länge lässt sich insbesondere die längere Rolle sehr großflächig an den Körper anschmiegen und fördert somit speziell bei Demenzerkrankten die Körperwahrnehmung. So lässt sich beispielsweise die Rolle im Bett wie ein Nest formen und umschließt damit den kompletten Körper.

Diese Rolle kann auch sehr gut zur Stabilisierung im Sitzen und zur Hochlagerung des betroffenen Armes nach einem Schlaganfall eingesetzt werden.

Der PU-Bezug ermöglicht eine schnelle und einfache Reinigung per Wischdesinfektion. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit den PU-Bezug vom Kissen zu lösen und das gesamte Kissen innerhalb der Waschmaschine bis 95 °C zu reinigen.



19097 100	Ø 20 x 100 cm	11.11.05.1006	—
19097 200	Ø 20 x 220 cm	11.11.05.1005	—



**Lück Rhombo-med Lagerungskissen**



Das Lagerungskissen ist vielseitig einsetzbar für die persönliche Lagerung des Pflegebedürftigen, z. B. zur Stabilisierung, zur unterstützenden Lagerung und zum Hochlagern von Gliedmaßen. Kissen sind mit PU-Bezug und in verschiedenen Größen erhältlich.



19097 218	40 x 60 cm	11.11.05.1011	—
19097 226	50 x 70 cm	11.11.05.1011	—

Hilfsmittel zur Unterstützung bei der Körperpflege

Körperpflege

Allgemeines

Das »Sich-Pflegen« gehört zu den sich wiederholenden Aktivitäten des täglichen Lebens. Die Körperpflege und die Anwendung ausgewählter Hilfsmittel dienen nicht nur der Sauberkeit und Hygiene, sondern sie unterstützen und fördern die Lebensqualität des Einzelnen.

Die Hygiene ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für einen erfolgreichen Pflegeverlauf. Wird sie vernachlässigt, können z. B. schwerwiegende Infektionen auftreten, die nicht nur den Betroffenen, sondern auch die Pflegeperson gefährden.

Pflegehandlungen der Körperpflege bei Pflegebedürftigen sind z. B.:

- Ganzkörperwäsche
- Mund- und Zahnpflege
- Haarwäsche/Haarpflege
- Fußbad/Handbad mit Nagelpflege
- Reinigungsbad/Duschbad
- Hautpflege

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
	<b>Haarwaschwanne aufblasbar, 2-reihig</b> 		
77062 000	Set	—	51.45.01.0010
	<b>Mangar Komfort-Badekissen</b> 		
			
78095 010	—	—	—
	<b>Badestufe, stapelbar</b>		
78056 100	1 Stück (Höhe: 10 cm)	—	—
78056 110	3er-Set (Höhe: 20 cm)	—	—

Zur pflegegerechten Haarwäsche bei bettlägerigen Personen. Mit ihr kann eine wohltuende Haarwäsche durchgeführt werden, ohne dass der Pflegebedürftige aus dem Bett bewegt werden muss. Viereckige Form mit fest integriertem Ablaufschlauch und Kopfmulde für bequemes Liegen. Inklusive Duschvorrichtung mit Wasserdurchlauf-Clip und Handluftpumpe.

Ein komfortables, aufblasbares Badekissen mit Rückenstütze, erleichtert den Wannen-Ein- und -Ausstieg und ermöglicht wohltuende Vollbäder mit bequemem Halt auch bei Bewegungseinschränkungen. Das Kissen wird zum Ein- bzw. Aussteigen mit Hilfe des beigegeführten Kompressors per Fernbedienung schnell auf Wannenrandhöhe aufgeblasen. Zum Baden wird die Luft herausgelassen und der Anwender gleitet sicher und sanft auf den Wannenboden. Inklusive Kompressor, Fernbedienung

Das Set mit 3 Stufen bietet die Möglichkeit, eine Treppe für noch leichteres Ein- und Aussteigen beim Baden zu errichten. Aber auch jede einzelne 10 cm hohe Stufe mit rutschsicherer Auflage stellt mit ihrer Trittläche von 36/46 x 35 cm bereits eine große Hilfe dar. Maximale Belastbarkeit: 190 kg.

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



### Drehbarer Aluminium-Badewannensitz mit Armlehnen und Rückenlehne



Für den leichten Ein- und Ausstieg kann dieser Badewannensitz in 4 Schritten um 360° gedreht werden. Mit Armlehnen und Rückenlehne sowie Hygieneausschnitt in der Sitzfläche. Breitenverstellbar und somit für alle handelsüblichen Badewannen geeignet. Sitzfläche 40 x 41 cm.

Maximale Belastbarkeit: 130 kg.

78062 300	—	04.40.02.3014	—
-----------	---	---------------	---



### Badebrett Basic



Das Badebrett erleichtert als »Zwischensitz« das Einsteigen in die Badewanne und dient während des Badens zusätzlich als praktische Ablage. So unterstützt das Brett aus hygienischem Kunststoff Menschen, die unter eingeschränkter Beweglichkeit leiden.

Maximale Belastbarkeit: 150 kg.

78058 100	68x34,5x3,5cm	04.40.02.0031	—
78059 100	73 x 34 x 3,5 cm	04.04.02.0032	—



### Dreh- und Übersetzhilfe



Praktische Dreh- und Übersetzhilfe, die den Transfer auf und vom Badewannenlifter erleichtert. Mit großer, sehr stabiler Transferplatte. Zahlreiche Gummifüße an der Unterseite sorgen für optimalen Halt. Weich gepolsterter Drehsitz mit abnehmbarem, waschbarem Bezug.

Maximale Belastbarkeit: 140 kg.

78091 000	—	22.29.01.0025	—
-----------	---	---------------	---

## laguna Duschstuhl mit Armlehnen und Rückenlehne



Dieser komfortable und stabile Duschstuhl bietet hilfreiche Unterstützung bei der täglichen Körperpflege, wenn längeres Stehen schwerfällt oder die Angst besteht, auf nassem Untergrund auszuruhsen. Alle Sitzoberflächen sind leicht angeraut und vermitteln ein angenehmes und sicheres Sitzgefühl. Schlitzlöcher in der Oberfläche des Stuhls begünstigen den schnellen Ablauf des Wassers, das Material ist zudem korrosionsbeständig. Einfache, werkzeuglose Montage. 7-fach verstellbare Höhe: 39–54 cm. Maße Sitzfläche: 50 x 30 cm. Maximale Belastbarkeit: 150 kg.

Artikel-Nr.: 78701 700

HMV-Nr.: 04.40.03.2046



Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



### laguna Duschhocker mit Armlehnen



Unterstützt bei der täglichen Hygiene in der Dusche. Die Armlehnen zeichnen sich durch ihre angenehm breite Auflagefläche sowie die werkzeuglose, sehr einfache Montage aus. 7-fach verstellbare Höhe: 39–54 cm. Maße Sitzfläche: 50 x 30 cm.

Maximale Belastbarkeit: 150 kg.

78700 600	—	04.40.03.1027	—
-----------	---	---------------	---

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



### Haltegriffe mit Vakuum-Sicherheitsanzeige

Die Roth MOBELI Haltegriffe bieten mehr Halt und Sicherheit beim Betreten und Verlassen von Duschkabine, Badewanne und auch beim Toilettengang. Sie lassen sich mit Saugnäpfen auf allen glatten Oberflächen wie Fliesen anbringen. Es ist keine weitere Montage mit Schrauben und Dübeln nötig, einfach andrücken und Vakuumhebel umlegen. Dank der Sicherheitsanzeige wird permanent der tatsächliche Vakuumzustand und die damit verbundene Haltekraft gemessen und angezeigt, wann eine Neu-Befestigung erfolgen muss.

78100 241-244	Haltegriff QuattroPlus	—	—
78100 265	QuattroPower Stützgriff	04.40.05.1209	—



### Stützklappgriff

Neben die Toilette montiert, unterstützt der Griff beim Hinsetzen und Aufstehen und entlastet so Knie- und Hüftgelenke. Bei Nichtbedarf kann er platzsparend an die Wand hochgeklappt werden. In zwei Längen und auch in weiß-pulverbeschichtet erhältlich.

Maximale Belastbarkeit: 110 kg.

78083 200	60 cm, Edelstahl poliert	04.40.05.1214	—
-----------	--------------------------	---------------	---



### Toilettensitzerhöhung QuickTop mit Armlehnen

3-fach höhenverstellbare Toilettensitzerhöhung, deren angenehm geformten Armlehnen das Niederlassen und Aufstehen erleichtern. Mithilfe des innovativen Dübel-systems kann die Erhöhung bequem von oben montiert werden. Elegante matte Optik. TÜV-geprüft und Made in Germany.

Maximale Belastbarkeit: 130 kg.

17528 000	—	33.40.01.3040	—
-----------	---	---------------	---

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



### Dusch-Toilettenrollstuhl

Der ultimative Helfer für Bad und WC ermöglicht dem Pflegebedürftigen eine weitestgehend selbstständige und persönliche Hygiene in der Dusche. Gleichzeitig kann er, neben dem Bett platziert, nachts den weiten und besonders beschwerlichen Weg zur Toilette ersparen. Dank der Rollen und des Sitzes mit Hygieneöffnung kann der Rollstuhl über das Toilettenbecken gefahren werden, um den Toilettengang zu erledigen. In zwei Ausführungen, zum Schieben oder als Selbstfahrer mit großen 24-Zoll-Antriebsrädern erhältlich.

Maximale Belastbarkeit: 130 kg.

17502 500	mit 5"-Rädern	18.46.01.2032	—
17502 550	mit 24"-Antriebsrädern	18.46.01.0038	—



### Toilettenstuhl, fahrbar

Unterstützt bewegungseingeschränkte Personen beim Toilettengang. Mittels vier Rollen kann er leicht bewegt und auf kurzen, geraden Strecken als Rollstuhl benutzt werden.

Die schwenkbaren Armlehnen und Fußrasten erleichtern das Umsetzen des Pflegebedürftigen. Mit abnehmbarem Sitzpolster und Toilettenstuhl-Eimer mit Deckel und Bügel.

Maximale Belastbarkeit: 120 kg.

17502 200	pulverbeschichtet	18.46.02.0052	—
-----------	-------------------	---------------	---

### Hilfsmittel zur Inkontinenzversorgung

Mit dem medizinischen Begriff »Inkontinenz« wird der Verlust der Fähigkeit bezeichnet, Urin und/oder Stuhl bewusst zurückzuhalten und den Zeitpunkt der Entleerung selbst zu bestimmen. Urininkontinenz ist keine Krankheit, sondern ein Symptom für eine Störung im Organismus. Erst nach der ärztlichen Diagnose kann die Entscheidung darüber getroffen werden, ob eine Behandlung der Grunderkrankung möglich ist oder ob lediglich das Symptom – die Inkontinenz – behandelt werden kann.

Die Inkontinenz-Betroffenen leiden unter den Auswirkungen, wie dem unangenehmen Geruch, der Angst vor Verschmutzung und der dauernden Unsicherheit. Ärzte, die hier allein schon durch Information über Hilfsmittel so viel helfen könnten, werden oft aus Scham nicht zu Rate gezogen. Das führt dazu, dass viele inkontinente Menschen selber nach Möglichkeiten suchen, um mit ihrem Problem fertig zu werden. Fachkundige Beratung geben Ihnen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Sanitätshauses, in dem Sie diesen Ratgeber erhalten haben. Sie helfen und beraten individuell bei der Auswahl einer zuverlässigen Inkontinenzversorgung.

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



**Steckbecken aus Polypropylen**



Steckbecken aus schlagfestem Kunststoff, inkl. Deckel. Ermöglicht den Stuhlgang im Bett. Fassungsvermögen: 2 Liter.

17220 002	—	19.40.04.0019	51.40.01.0019
-----------	---	---------------	---------------



**Urinflaschen-Set**



Urinflaschen für Männer zum Auffangen von Urin ermöglichen das Wasserlassen im Liegen oder Stehen. Fassungsvermögen 1 Liter. Der Urinflaschen-Halter bietet die Möglichkeit, die Urinflasche sicher abzustellen. Zusätzliche Urinflaschenbürste hilft bei der Reinigung.

18100 000	—	—	51.40.01.1004
-----------	---	---	---------------



**ULTRANA CWC 2000**

Wirksamer Geruchsvernichter mit Desinfektion speziell für Toilettenstühle, Steckbecken und Urinflaschen sowie zum Behandeln von Inkontinenz-Slips bzw. Inkontinenz-Material. Überdeckt alle unangenehmen Gerüche und wirkt keimtötend. In verschiedenen Ausführungen erhältlich.

59940 002	500ml Sprühflasche	—	—
-----------	--------------------	---	---



**Ernährung**

**Allgemeines**

Essen und Trinken sind menschliche Grundbedürfnisse und spielen eine zentrale Rolle für Gesundheit und Wohlbefinden. Kranke und pflegebedürftige Menschen können sich selbst oft nicht angemessen ernähren und benötigen daher besondere Unterstützung. Findet keine adäquate Unterstützung statt, besteht die Gefahr einer Mangelernährung.

**Essen und Trinken bei Demenz**

Häufig kommt es bei Menschen mit Demenz zu einer Gewichtsabnahme, weil die zum selbstständigen Essen erforderlichen Fertigkeiten im Verlauf der Krankheit immer weiter abnehmen und sich das Hunger- und Durstgefühl verändert. Erscheint ein Demenzkranker auffallend verwirrt oder desorientiert kann das auch auf eine Mangelernährung oder Austrocknung zurückzuführen sein. Zwei bis drei Liter Flüssigkeit sollten gesunde Erwachsene pro Tag zu sich nehmen, wobei etwa 1,5 Liter über Getränke gegeben werden sollten.

Besonders beim Essen spielt die Kombination von Funktion und Design eine wichtige Rolle. Praktische Trink- oder Esshilfen mit versteckten Funktionen helfen den Betroffenen bei der selbstständigen Nahrungsaufnahme ohne dabei zu stigmatisieren. Kontrastreiches Geschirr, hebt sich deutlich vom Tisch ab, ist besser zu erkennen und unterstützt bei nachlassender Sehfähigkeit bei der aktiven Nahrungsaufnahme. Zudem wirkt gerade die Farbe Rot nachweislich appetitanregend.

**Essen und Trinken nach einem Schlaganfall**

Da eine Halbseitenlähmung oft auch die Gesichts-, Kau- und Schluckmuskulatur betrifft, ist die Aufnahme von Nahrungsmitteln meist mit Problemen verbunden. Bei Taubheitsgefühlen oder Zittern bereiten Tasten, Greifen und das Besteck oder den Trinkbecher zum Mund zu führen häufig Schwierigkeiten. Es empfiehlt sich von daher, die Nahrungsaufnahme mit geeigneten Hilfsmitteln zu unterstützen.

**Hilfsmittel zum eigenständigen Essen und Trinken**

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
	<b>ORNAMIN Teller mit Kipp-Trick</b>		
14638 200	Teller, Modell 921, brombeer	—	—
	<b>ORNAMIN Thermoteller</b>		
14627 200	Thermoteller, Modell 201, blau	—	—

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
	<b>ORNAMIN Essbrettchen mit Stop-Trick und Zubereitungshilfe</b>		
14624 500	Ess- und Zubereitungs Brett, Modell 910, anthrazit	—	—
14623 900	Zubereitungshilfe, Modell 960, weiß	—	—

	<b>Frau Kettner Einhandteller</b>		
14685 000	Frau Kettner Einhandteller, weiß	02.40.02.8001	—

	<b>sippa home Trinkhilfe</b>		
14590 010	Trinkhilfe sippa home advanced set, transparent	02.40.02.7002	—

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------

## ORNAMIN Becher-Set mit Dosier-Trick



Das innovative Becher Set mit besonderem Becher und Spezial-Trinkbecher-Aufsatz ist eine von Pflegeexperten empfohlene Alternative zum klassischen Schnabelbecher.

Der dezent im Becher verschwindende Aufsatz hat rundum gehende Schlitze und lässt den Pflegebedürftigen intuitiv einfach von allen Seiten trinken. Durch die verkleinerten Öffnungen wird die Flüssigkeitszufuhr dosiert.

**Der besondere Vorteil: Der natürliche Trink- und Schluckprozess bleibt erhalten, ein Verschlucken wird verhindert.**

Der besondere Innenbecher in Eistütenform ermöglicht das leichte Leeren des Bechers, ohne den Kopf in den Nacken zu legen. Der extra-große ergonomischen Henkel ermöglicht ein sicheres Greifen mit einer Hand.

Artikel-Nr.:  
14581 300-390 Becher-Set mit Dosier-Trick, verschiedene Farben

**PFLEGE-  
EXPERTEN  
TIPP**



Modell 207



Querschnitt  
Innenbecher



Modell 813 in Anwendung

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------

## Supergrip Essbesteck



Das spezielle, ergonomische und großvolumige Besteck hat ca. 3,5 cm dicke, angenehm zu greifende und rutsch-feste Handgriffe. Gabeln und Löffel können je nach Bedarf nach rechts bzw. links gebogen werden, um Bewegungen im Handgelenk zu minimieren und es somit zu entlasten.

09 1058 833	Besteck-Set, 4-teilig, biegsam	—	—
-------------	--------------------------------	---	---

## Selbststabilisierendes Tremor-Essbesteck Bravo Twist



Das innovative Essbesteck mit Bewegungssensoren hilft Menschen mit essentiellm Tremor oder bei Parkinson. Mit seiner intelligenten Technik gleicht es das Zittern automatisch durch kleine Gegenbewegungen aus. So fällt, auf dem Weg vom Teller zum Mund, kaum etwas von Löffel oder Gabel hinunter und der beeinträchtigte Anwender kann wieder eigenständig sein Essen zu sich nehmen. Besonderheit: Das Besteck hat neben einem Löffel- auch einen Gabelaufsatz – mit der Gabel kann der Anwender durch die zusätzliche Drehfunktion auch Nudeln einfach aufrollen.

14635 000	inkl. Ladekabel und Schutzhülle	02.40.02.9001	—
-----------	---------------------------------	---------------	---

## Ess-Schürze



Die besonders große Ess-Schürze bietet perfekten Schutz vor Flecken auf Kleidung und Bettwäsche. Mit Druckknopfverschluss. Feuchtigkeitsundurchlässig, abwischbar und waschbar. In verschiedenen Designs erhältlich.

14590 950 - 980	Blumen, Karo	—	—
-----------------	--------------	---	---



## Intelligente Assistenz-Systeme

### Allgemeines

Der Wunsch, sich möglichst lange gesund und unabhängig von anderen bewegen zu können, ist für alle Menschen grundlegend. Für die ältere Generation – insbesondere für Demenzkranke und sturzgefährdete Personen – gewinnt dabei zusätzlich der Sicherheitsaspekt an Bedeutung. Die Kombination von aktiver Lebensgestaltung mit gesundheitlicher Vorsorge bestimmt den Lebensrhythmus. Hier sind praktische, alltagstaugliche und effektive Hilfen gefragt. Die Assistenz-Systeme von RUSSKA sind aus diesem Grund ideal für die Pflege zu Hause.

### Sicherheit bei Demenz

Viele Demenzkranke zeigen, vor allem im mittleren Stadium der Krankheit, einen ausgeprägten Bewegungsdrang. Es besteht die Gefahr, dass sich der Erkrankte verletzt und auch fremde Personen gefährdet. Insofern sollte das so genannte »Wandern« oder »Umherirren« vermieden werden, z. B. durch Signalgeber, die Alarm schlagen, wenn ein Erkrankter die vertraute Umgebung verlassen will.

### Hilfsmittel für Sicherheit im Alltag



## Funk-Sensormatte Step-Control

Bietet dementen und sturzgefährdeten Menschen mehr Sicherheit und unterstützt bei deren Pflege: Die funkgesteuerte Sensormatte funktioniert als Sender in Kombination mit dem Pflegeruf-Empfänger Plus. Durch Betreten der Sensormatte wird am Empfänger ein akustisches und/oder optisches Signal ausgelöst. Die Formate eignen sich als Bettvorleger oder als Türvorleger. So können sich pflegebedürftige Personen in ihrer Umgebung frei bewegen, ein Weglaufen wird aber bemerkt.

Artikel-Nr.: 11096 600, hellgrau,  
rechteckig, ca. 75 x 55 cm



Funk-Sensormatte, rechteckig

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
11097 050	—	—	—



## Türwächter



Der Türwächter ist ein kabelloses System welches dem unbemerkten Entfernen einer Person aus einem Zimmer vorbeugt. Wird die Klinke im aktiven Status betätigt, erfolgt per Funkübertragung die Meldung an z. B. ein Pflegeruf-Set Plus. Der Türwächter wird von außen an die Türklinke montiert sowie aktiviert und kann von innen weder manipuliert noch abgestellt werden.

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



Armbandsender

### Pflegeruf-Set Plus



Ein ebenso einfaches wie wirkungsvolles, kabelloses Funksystem. Der Pflegebedürftige trägt den Armbandsender für den Notruf, der Empfänger steckt bei Angehörigen oder Nachbarn in der Steckdose. Reichweite bis zu 150 m. Wird der Sender betätigt, erzeugt der Empfänger sofort ein akustisches und/oder optisches Alarmsignal. Enormes Sicherheitsplus: Das Alarmsignal ertönt so lange, bis es von einer Person bemerkt und quittiert wird.



Empfänger-Plus

### Großtasten-Notruftelefon Easywave FonAlarm

Dieses Komfort-Telefon mit zusätzlicher Notruffunktion bietet noch mehr Sicherheit im Notfall, selbst wenn es nicht in der Nähe steht. Wird der Pflegeruf-Armbandsender oder die Funk-Sensormatte berührt, baut das Telefon eine Verbindung, z. B. zu einem Angehörigen, auf. Der Freisprechmodus aktiviert sich selbstständig und der Angerufenen telefonieren. Bis zu drei Notrufnummern sind speicherbar. Das Telefon wählt automatisch so lange alle Nummern, bis ein Angerufener abnimmt und den Alarm bestätigt.



Großtasten-Notruftelefon

11096 011	Pflegeruf-Set Plus		—
11096 501	Telefon Easywave Fon Alarm mit Armbandsender		—



### Nachtlicht

Dieses Nachtlicht ist eine Hilfe zur Orientierung im Dunkeln. Es lässt sich direkt in die Steckdose stecken und über den integrierten Ein-/Ausschalter betätigen.

11096 450	—	—	—
-----------	---	---	---



## Mobilitäts- und Alltagshilfen

### Allgemeines

Nur wer sich regelmäßig bewegt, bleibt mobil. Deswegen sind Bewegung und Mobilität zwei Faktoren, die für jeden Menschen wichtig sind. Für ältere Menschen ist es von großer Bedeutung, möglichst lange die Mobilität und die damit verbundene Selbstständigkeit zu erhalten. Bewegung fördert Mobilität und mobil sein bedeutet aktiv am Leben teilzunehmen, soziale Kontakte zu pflegen und sich Lebensfreude zu erhalten. Für Pflegebedürftige, die körperlich eingeschränkt sind, besteht die Möglichkeit, die Mobilität mit passenden Hilfsmitteln zu erhalten bzw. zu fördern. Hierzu zählen z. B. Rollatoren, die dem Pflegebedürftigen helfen, sicher unterwegs zu sein. Für pflegebedürftige Personen ist es zudem besonders wichtig, sich trotz der eingeschränkten Bewegungsmöglichkeit fit und gesund zu halten. Mit Hilfe ausgesuchter Trainingsmethoden können die Beweglichkeit gefördert und Kräfte mobilisiert werden, damit die noch intakten Funktionen des Körpers erhalten bleiben. Messgeräte helfen, die vitalen Funktionen des Körpers zu messen und zu überwachen.

Viele weitere kleine Helfer erleichtern den Alltag des Pflegebedürftigen und erhöhen somit seine Lebensqualität auf einfache Art und Weise.

Hilfsmittel zur Erhaltung der Mobilität und zur Erleichterung des Alltags

**Wohnraum-Rollator**   
**Let's Dream**

Wendiger, stabiler Rollator, der Pflegebedürftige zu Hause auch auf engstem Raum unterstützt. Mit 55 cm Breite passt er durch normale Zimmertüren und begleitet in der gesamten Wohnung. Der mitgelieferte Korb und das Tablett helfen beim Transport von kleinen Gegenständen und ermöglichen das Essen und Trinken ohne Tisch. Bei Nichtbedarf ist der Rollator platzsparend zusammenfaltbar.

Höhenverstellbar: 83-95 cm  
Maximale Belastbarkeit: 100 kg.



Artikel-Nr.: 11449 400, Holz-Optik/chrom

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



**Rollator vital** 

Die Rollatoren der vital Familie sind elegante, komfortable Alltagsbegleiter, z. B. auf Spaziergängen, oder beim Einkaufen. Erhältlich in den Varianten vital classic, vital plus, vital carbon und vital carbon plus jeweils in zwei Sitzhöhen. Jedes Modell bietet höhenverstellbare Schiebegriffe, hohe Belastbarkeit bis zu 150 kg und eine praktische, bis 5 kg belastbare Tasche mit innenliegenden Fächern. Die plus-Variante hilft, dank weicher Komforträder, Stöße von unebenen Untergründen, wie Feldwegen oder Kopfsteinpflaster, zu reduzieren und kann so die Gelenke entlasten. Auch als XL-Version mit 200 kg Belastbarkeit erhältlich.

Abb. vital plus XL

11448 000-041	vital classic	10.50.04.1174	—
11448 500-541	vital plus	10.50.04.1220	—

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



**MovingStar AllinOne**

Der MovingStar AllinOne ist ein wendiger Rollator und gleichzeitig mit 19,6 kg ein besonders leichter Elektro-Rollstuhl. Er kann als Gehhilfe oder bequemer Elektro-Rollstuhl genutzt werden. Auch als praktische Schiebehilfe lässt sich diese Rundum-Mobilitätshilfe gut einsetzen. Die Vorder- und Hinterräder aus Vollgummi haben ein rutschfestes Profil für mehr Sicherheit auch bei Regen oder Schnee.

Maximale Belastbarkeit: 100 kg.

97100 400	schwarz	—	—
-----------	---------	---	---



**MovingStar faltbarer Elektro-Rollstuhl** 

Diese komfortablen und kompakten Elektro-Rollstühle erweitern den Radius in der Wohnung, beim Einkaufen und auf Reisen. Mit nur einem Griff lassen sich diese leichten Modelle sehr klein zusammenfallen und passen sogar ohne Zerlegen in den Kofferraum. Trotz ihres Mini-Formats können Sie mit einer vollen Akkuladung große Distanzen und Steigungen schaffen und erreichen eine maximale Geschwindigkeit von 6 km/h.

97100 501	Modell 501	18.50.07.0003	—
-----------	------------	---------------	---



**MovingStar 802**

Der MovingStar Elektro-Rollstuhl 802 zeichnet sich durch modernes Design und hohe Funktionalität aus. Die extra-große Bereifung sorgt für Stabilität und Komfort auf verschiedenen Untergründen. Der schwenkbare Joystick ermöglicht eine einfache Bedienung. Die verstellbaren Armlehnen und die klappbare Fußstütze ermöglichen eine Anpassung an individuelle Bedürfnisse. Eine praktische Verladevorrichtung erleichtert das Einladen in Kofferräume bis zu einer Ladekanten-Höhe von 76 cm. Max. Geschwindigkeit 6 km/h.

97100 802	eisblau	—	—
-----------	---------	---	---

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



### MovingStar 2000

Der MovingStar 2000 verbindet elegante und komfortable Mobilität. Seine kompakten Maße machen ihn zu einem wendigen Gefährt. Manuell auf kleine Größe faltbar und mit einem Gewicht von 23,5 kg ohne Akku lässt er sich auch im Kofferraum einfach verstauen.

Gelenkt wird der Elektro-Scooter bequem über einen Joystick mit großer Handauflage. So kann er dicht an Tischkanten oder Regale herangefahren werden und ist überall ein praktischer Begleiter.

Maximale Belastbarkeit: 150 kg.

97300 210	seegrün	18.50.07.0014	—
97300 220	weiß	18.50.07.0014	—

### MovingStar SC 150

Der Scooter MovingStar SC 150 bietet Komfort und Wendigkeit für den täglichen Einsatz und den ÖPNV. Mit Feststellbremse, gefederter Achse und verstellbarem Sitz sorgt er für eine sichere und ruhige Fahrt. Mit einer Höchstgeschwindigkeit von 6 km/h ist er zügig unterwegs. Das leistungsstarke Frontlicht bietet mehr Sichtbarkeit auch bei schlechten Lichtverhältnissen, während die 11-Zoll-Luftreifen und der Frontkorb für Komfort und Stauraum sorgen.

Maximale Belastbarkeit: 136 kg.

Artikel-Nr.: 97800 150, MovingStar SC 150  
HMV-Nr.: 18.51.05.1055



Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



### Mobilitätsroller ATTO



Der ATTO als alltagstaugliches Elektromobil ist mit wenigen Handgriffen klein und kompakt zusammenfaltbar. Für einen einfachen Transport ist er werkzeuglos in zwei Teile trennbar und kann wie ein Koffer mit Rollen gezogen werden. Der großzügige Radstand erhöht die Stabilität und sorgt für gute Fahreigenschaften. ATTO verfügt über eine anpassbare Lenksäule, Transportmöglichkeit für Taschen unter dem Sitz und einen USB-Ladeanschluss für mobile Endgeräte. Max. Geschwindigkeit 6 km/h.

97500 010	Sport, silber, 120 kg	—	—
97500 015	Sport Max, silber, 136 kg	—	—



### Schlupfsack für Rollstühle

Auch an kalten Tagen unterwegs sein, ohne zu frieren: Der Schlupfsack für Erwachsene hilft dabei. Umlaufender, leichtgängiger Reißverschluss für leichtes Ein- und Aussteigen. Bänder und Anti-Rutsch-Noppen halten den Schlupfsack an Ort und Stelle. Kuscheliges Vlies und Zugband an der Öffnung sorgen für kuschelige Wärme im Inneren. Das Obermaterial ist wasser- und windabweisend. Farbe: dunkelblau.

10110 040-060	Größe M-XL	—	—
---------------	------------	---	---



### Faltbarer Aluminium-Gehstock

Gehstöcke verleihen dem Anwender mehr Sicherheit beim Gehen und vermindern somit die Sturzgefahr. Dieses leichte, faltbare Modell können Sie aufgrund seiner kompakten Größe immer mitführen. Individuell in der Höhe anpassbar, erhältlich mit diversen Griffen und in verschiedenen Farben.

Maximale Belastbarkeit: 100 kg.

15167 000 - 200	Holz-Fritzgriff	10.50.01.1016	—
-----------------	-----------------	---------------	---

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------

## Elektrische Aufstehhilfe SitnStand



Eine Aufstehhilfe leistet mobilitätseingeschränkten oder schwachen Personen wertvolle Unterstützung, wenn sie aus eigener Kraft nicht mehr aus dem geliebten Möbelstück hochkommen, und entlastet somit auch die Pflegepersonen. Die elektrische Aufstehhilfe SitnStand ist eine einfach zu bedienende, akkubetriebene Aufstehhilfe, die für viele Sitzgelegenheiten – vom Stuhl über Sessel bis hin zum Sofa – geeignet ist. Das aufblasbare Luftkissen mit mehreren Kammern hebt die Anwender sanft bis zur gewünschten Höhe an und unterstützt das Aufstehen. Ebenso lassen sich die Kammern schrittweise absenken, so wird auch das Hinsetzen aktiv unterstützt. Im luftleeren Zustand ist die Aufstehhilfe flach wie ein Sessel-Überwurf. Maximale Belastbarkeit: 120 kg.



Artikel-Nr.: 11020 400, inkl. Akku, Ladegerät und Sitzbezug

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



## Greifhilfe Milan



Greifhilfen verlängern den Arm, unterstützen so bewegungseingeschränkte Personen beim Aufheben und Heranholen auch, von schweren Gegenständen ohne anstrengendes Bücken und Strecken. Die Greifhilfe Milan liegt durch ihren ergonomisch geformten Handgriff besonders gut in der Hand. Dank einer Öffnung im Handstück lässt sich diese Greifhilfe praktisch aufbewahren z. B. am Garderobenhaken.

14670 300	70 cm lang	02.40.04.1059	—
-----------	------------	---------------	---

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



## HEPRO Haltestange Gripo



Diese Haltestange ist eine perfekte Stütze im Alltag, die beim Aufrichten und Niederlassen sowie bei Bewegungen zu Hause Sicherheit gibt. Ob im Bad, in der Dusche oder am Bett, neben dem Sessel oder wo immer Unterstützung nötig ist, kann die Stange flexibel eingesetzt werden. Dank Teleskop-Mechanismus klemmt sie fest zwischen Zimmerdecke und Fußboden und kann einfach und werkzeuglos montiert und umplatziert werden. Mit verschiedenen optional erhältlichen Griffbügeln können die zahlreichen Einsatzmöglichkeiten noch erweitert werden.

Maximale Belastbarkeit: 210 kg.

35035 200	—	04.40.05.2013	—
-----------	---	---------------	---



## OMRON Automatisches Oberarm-Blutdruckmessgerät M500 Intelli IT



Für genaue Messergebnisse in jeder Position um den Oberarm, klar lesbar mit Vergleichsfunktion zu der vorherigen Messung. Durch das Erkennen von Vorhofflimmern (AFib) anhand von 3 aufeinanderfolgenden Messungen mit Mittelwertbildung wird ein erhöhtes Risiko für Schlaganfälle festgestellt. So wird auch Risikopatienten die Überwachung des Blutdrucks zu Hause ermöglicht.

36100 501	—	21.28.01.2156	—
-----------	---	---------------	---



## Medi-7 Medikamentenkassette mit 7 Tages-Dosen

Die übersichtliche und sichere Hilfe für alle Menschen, die regelmäßig mehrmals täglich Arzneimittel einnehmen, besteht aus einer Box mit sieben bedruckten Tagesdosierern.

99142 000	weiß	—	—
-----------	------	---	---

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



**Strumpf-Anziehhilfe Frottee**

Erleichtert bewegungseingeschränkten Personen das Anziehen von Strümpfen. Sie vermeidet ein starkes Beugen der Hüfte und mindert so auch ein eventuelles Sturzrisiko. Zwei integrierte Zugbänder mit Schlaufen-griffen ermöglichen den Gebrauch der Strumpf-Anzieh-hilfe mit nur einer Hand.

26013 000	—	02.40.01.2016	—
-----------	---	---------------	---



**Liromed 476 Bequem Halbschuh**

Diese Spezialschuhe sind ideal für den häuslichen Einsatz: Der extraweite Einstieg ermöglicht auch körperlich beeinträchtigten Personen, sich selbstständig die Verbandschuhe anzuziehen.

Über die Klettverschlüsse lässt sich der Schuh einfach öffnen und schließen und auf die individuelle Breite einstellen. Weiches Obermaterial vermeidet Druckstellen, das Innenfutter hält mollig warm oder ist geruchs- und bakterienhemmend. Ein hoher Schaft und die rutschhemmende Sohle bieten mehr Halt und Sicherheit.

64 476 0835-49	Mikrofaser, bordo, Schuhgröße 35-50	31.03.03.4027	—
----------------	-------------------------------------	---------------	---



**Kompletthüftschutz Soft**

Der Kompletthüftschutz vereint einen hohen Tragekomfort mit idealen Dämpfungsfähigkeiten und hilft bei Stürzen durch seinen viskoelastischen Schaumstoff das Risiko eines Oberschenkelhalsbruchs zu vermindern. Die Protektoren stecken in eingenähten Taschen in der speziellen Unterwäsche und sind damit ganz einfach in der Anwendung.

61000 100 - 140	Kompletthüftschutz Soft Herren, Gr. S-XXL	—
61000 200 - 240	Kompletthüftschutz Soft Damen, Gr. S-XXL	—



**Aktiv bleiben**

**Allgemeines**

**Selbstbestimmt leben und selbstständig bleiben, aktiv am Geschehen teilnehmen und sich fit und beweglich halten – das wünschen sich sicherlich alle älteren Menschen.**

Mit steigendem Lebensalter verliert der Körper an Leistungsfähigkeit, manche Bewegungen werden zunehmend anstrengender, körperliche Aktivitäten nehmen automatisch ab. Wird dem nicht aktiv entgegengesteuert, kommt es durch Bewegungsarmut zu weiteren körperlichen Problemen.

**Körperliche und geistige Aktivierung**

In der häuslichen Pflege ist es wichtig, dass die Pflegebedürftigen möglichst fit bleiben, körperlich wie geistig. Bewegung ist hierbei ein entscheidender Faktor, dabei gibt es verschiedene Wege, dies zu erreichen. Die heute in der Pflegepraxis bedeutende »Aktivierende Pflege« nimmt diesen Grundsatz auf und stellt Selbstständigkeit durch Aktivierung in den Vordergrund. Bei der körperlichen Aktivierung geht es darum, den Pflegebedürftigen zu motivieren, damit er sich bewegt und alle Tätigkeiten selbst ausführt, die noch im Bereich seiner Möglichkeiten liegen. So dauert es zwar mit Sicherheit länger, wenn

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------

ein Pflegebedürftiger seine Körperpflege mit entsprechenden Hilfsmitteln eigenständig vornimmt, anstatt dies von der pflegenden Person machen zu lassen. Allerdings hat diese Aktivität nicht nur einen positiven Effekt auf die Beweglichkeit, den Kreislauf, die Durchblutung und die Atmung. Auch seine Psyche und damit geistige Aktivierung wird durch eine möglichst große Selbstständigkeit gestärkt.

Damit sich der Zustand abnehmender Beweglichkeit nicht verschlechtert und zusätzliche gesundheitliche Probleme verhindert werden, sollten diverse prophylaktische Maßnahmen vorgenommen werden.

**Folgen von Bewegungsmangel**

**Bewegung beugt allen negativen Folgen einer Bettlägerigkeit vor**, denn bei eingeschränkter Mobilität und Bewegung **bauen sich die Muskeln** mit der Zeit ab - sie werden schließlich durch mangelnde Beanspruchung nicht gebraucht. Die Folge ist zunehmende Schwäche, wodurch die Mobilität zusätzlich eingeschränkt wird.

Wer vermehrt im Bett liegt, atmet flacher als in aufrechter Position. Wird die Lunge weniger belüftet, kann dies auf Dauer schwerwiegende gesundheitliche Probleme nach sich ziehen. Sekret wird nicht mehr so gut transportiert und kann deshalb nur schwer abgehustet werden. Früher oder später kann sich daraus eine **Lungenentzündung** entwickeln.

Fehlende Mobilität verlangsamt den Blutfluss. Die Muskelpumpe, die den Kreislauf unterstützt, fehlt. Dadurch steigt die Gefahr, dass sich kleine Blutgerinnsel bilden, die dann ein Gefäß verstopfen können. **Sogenannte Thrombosen können entstehen.**

**Hilfsmittel zur Aktivierung im Alltag**

**Muskeltraining/Krafttraining - Bewegung gegen Abnahme der Muskeltätigkeit und Muskelschwund**

Schon mit dem 30. Lebensjahr beginnt der altersbedingte Muskelabbau. Dann baut der Körper pro Jahr bis zu ein Prozent Muskelmasse ab. Menschen, die älter als 70 Jahre sind, verlieren rund drei Prozent Muskelkraft pro Jahr.

Eine gut arbeitende Muskulatur auch bei Pflegebedürftigen ist aber wichtig, hilft sie doch Treppen zur Wohnung noch zu bewältigen, die Einkaufstaschen zu tragen und die Flaschen aufzudrehen, alles ohne Hilfe.

Das Gute: Die Muskeln lassen sich in jedem Alter trainieren. **Es ist nie zu spät - selbst mit 70, 80 oder 90 kann man noch Muskeln aufbauen.** Natürlich sollte das Training an das individuelle Alter und die Beweglichkeit angepasst werden.

**Mobilitätstrainer**

Mit diesem kleinen und leichten Gerät lässt sich die Beweglichkeit und Kraft der Arme und Beine einfach trainieren. Der Trainer kann dabei auf dem Tisch oder dem Fußboden gestellt werden. Durch seine rutschhemmenden Füße steht das Gerät immer fest und sicher. Der Aufbau ist besonders leicht durch faltbare Beine. So kann der Mobilitätstrainer auch leicht wieder verstaut werden.



Artikel-Nr.: 11400 050

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



**TheraBand Handtrainer**

Mit dem Handtrainer ist ein vielseitiges Handtraining zur Kräftigung und Koordination von Hand, Fingern und Unterarm bei Bewegungseinschränkungen möglich. Handtraining hat sich auch bei Schmerzen durch altersbedingte Arthrose als sehr effektiv erwiesen. Die vier verschiedenen Härtegrade bieten die Möglichkeit, das Training individuell anzupassen.

16520 100-140	weich, gelb - extra-hart, blau	—	—
---------------	--------------------------------	---	---



**Igelball**

Igelbälle mit ihren besonders angenehmen Noppen eignen sich gut für eine einfache, sanfte Eigenmassage. Einfach den Ball mit einer Hand über eine beliebige Körperregion rollen. Erwünschter Effekt im massierten Bereich: Die Durchblutung verbessert sich, Muskeln lockern sich, das sorgt insgesamt für mehr Beweglichkeit.

99133 320	rot, Ø 9 cm	—	—
99133 330	blau, Ø 10 cm	—	—

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



### ARTZT vitality Miniball

Der ARTZT vitality Miniball ist ein vielseitiges Trainingsgerät, dessen weiches, griffiges Material eine vielfältige Anwendung erlaubt. Er eignet sich besonders für Übungen zur Verbesserung von Mobilität, Kraft, Beweglichkeit und Koordination.

16525 126-128	rot, Ø 15 cm - silber, Ø 26 cm	—	—
---------------	--------------------------------	---	---



### TheraBand Übungsbänder

Ideales Trainingsgerät um Bewegungseinschränkungen zu vermindern und gleichzeitig die Wiederherstellung von Muskel- und Gelenkfunktionen zu unterstützen. Einfache Übungen stimulieren die Muskelgruppen für Kraft und Ausdauer. Das Zubehör-Set, bestehend aus Handgriffen und Fußschlaufen, bietet dabei einen einfachen und sicheren Halt. Erhältlich in verschiedenen Widerstandsstärken für individuelles Training.

16512 500	Travel, mittel, rot	—	—
16521 400	Zubehör-Set	—	—

### Pneumonieprophylaxe durch Atemtraining

Wer im Bett liegt, atmet flacher als in aufrechter Position. Wird die Lunge weniger belüftet, kann dies auf Dauer schwerwiegende gesundheitliche Probleme nach sich ziehen. Sekret wird nicht mehr so gut transportiert und kann deshalb nur schwer abgehustet werden. Früher oder später kann sich daraus eine **Lungenentzündung (Pneumonie)** entwickeln. Eine Pneumonie kann durch genügende Belüftung beider Lungenflügel verhindert werden, hierbei hilft ein Atemtrainer.



### Atemtrainer

Zur selbstständigen und kontrollierten Atemgymnastik als Pneumonieprophylaxe. Soll den Anwender zum tiefen Einatmen anregen. Tiefes Einatmen begünstigt sowohl eine bessere Belüftung der Lungenbläschen als auch eine Mucusbilddisierung (Sekret/Schleim-Abtransport) in den Atemwegen.

14000 000	—	—	—
-----------	---	---	---

### Thromboseprophylaxe durch Bewegung und korrektes Lagern der Beine

Unter einer **Thrombose** versteht man ein **Blutgerinnsel**, das in einer Vene steckenbleibt und diese verstopft. Dadurch kann das Blut hinter dem Blutgerinnsel nicht mehr abfließen und staut sich, zum Beispiel im Bein. Das schmerzt und weitet die betroffene Vene stark aus. Grund hierfür ist in der Regel fehlende Mobilität.

Eine der wesentlichsten Maßnahmen der Thromboseprophylaxe ist deshalb die **körperliche Bewegung**. Körperliche Bewegung aktiviert die Muskeln, die wiederum den Rückfluss des Blutes zum Herzen unterstützen.

Artikel-Nr.	Ausführung	HMV-Nr.	PHV-Nr.
-------------	------------	---------	---------



### Lück Rhombo-med Venenkissen

Ein Venenkissen ermöglicht durch seine besondere Form ein optimiertes Hochlagern der Beine, sodass sich das Blut aus den Venen nicht im Bein staut und leichter zum Herzen fließen kann. Regelmäßiges Anwenden nachts im Bett oder tagsüber auf dem Sofa kann einer Thrombose vorbeugen.

19044 150	—	—	—
-----------	---	---	---

### Lagewechsel

Bei pflegebedürftigen Personen, die viel Zeit im Bett verbringen, ist Bewegung besonders wichtig. Ein Lagewechsel ist sowohl bei der Durchführung von Aktivitäten des täglichen Lebens (z. B. Essen/Trinken, Körperpflege, Fernsehen) notwendig als auch zur **Dekubitusprophylaxe (Vermeidung eines Druckgeschwürs)**.



### Aufrichtehilfe (Bettleiter)



Eine Aufrichtehilfe für das Bett unterstützt Betroffene, bei nicht mehr ausreichender Kraft, allein aus ihrem Bett aufzustehen oder einen Positionswechsel vom Liegen ins Sitzen vorzunehmen. Durch den Lagewechsel werden die druckgefährdeten Körperstellen entlastet und gleichzeitig wird die dabei eingesetzte Muskulatur gekräftigt. Die Nutzung einer Bettleiter kräftigt somit zusätzlich die Hand- und die Armmuskulatur.

11020 100	—	19.40.02.3005	50.45.02.3005
-----------	---	---------------	---------------

Einfache Übungen mit dem Thera-Band für zu Hause



**Über-Kopf-Ziehen im Stehen**

Stellen Sie sich mit beiden Füßen auf die Bandmitte. Kreuzen Sie danach die Bandenden vor Ihrem Körper und wickeln Sie diese einmal um Ihre Hände für einen sicheren Griff. Heben Sie nun Ihre Arme kontrolliert über die Seite bis über den Kopf und senken Sie Ihre Arme ganz langsam, geben den Bandwiderstand wieder ab.



**Diagonales Ziehen**

Start: Die Bandenden um die Hände wickeln und vor dem Körper fest greifen. Die Bandmitte ist am Bettende befestigt.



Übung: Abwechselnd die Bandenden kontrolliert nach oben-hinten ziehen und ganz langsam wieder in die Ausgangsposition zurückkehren.

Wiederholungen: Pro Seite 5 bis 10 Mal.



**Rumpfrotation**

Start: Aufrechter Sitz im Bett. Die Enden mit beiden Händen vor dem Körper greifen. Die Bandmitte ist am Bettende befestigt.



Übung: Den Oberkörper langsam und kontrolliert nach rechts drehen. Halten und bis 5 zählen, langsam in die Mitte zurück bewegen und nach links rotieren. Dort ebenfalls halten und bis 5 zählen und wieder langsam in die Mittelposition zurück.

Wiederholungen: Pro Seite 5 bis 10 Mal.

Quelle: © 2024 Ludwig Artzt GmbH.

Weiterführende Adressen

**Bundesministerium für Gesundheit (BMG)**

Erster Dienstsitz:  
Rochusstr. 1, 53123 Bonn  
Zweiter Dienstsitz:  
Friedrichstr. 108, 10117 Berlin (Mitte)  
Tel.: 030 - 18441-0  
E-Mail: [poststelle@bmg.bund.de](mailto:poststelle@bmg.bund.de)  
[www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)

**Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. Selbsthilfe Demenz**

Friedrichstr. 236  
10969 Berlin  
Tel.: 030 - 2593795-0  
E-Mail: [info@deutsche-alzheimer.de](mailto:info@deutsche-alzheimer.de)  
[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)

**Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft (DSG)**

Reinhardtstr. 27C  
10117 Berlin  
Tel.: 030 - 531 437-931  
E-Mail: [info@dsg-berlin.org](mailto:info@dsg-berlin.org)  
[www.dsg-info.de](http://www.dsg-info.de)

**Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe**

Schulstraße 22  
33311 Gütersloh  
Tel.: 05241 - 9770-0  
E-Mail: [info@schlaganfall-hilfe.de](mailto:info@schlaganfall-hilfe.de)  
[www.schlaganfall-hilfe.de](http://www.schlaganfall-hilfe.de)

**Ratgeber Sturz-Prävention**

Damit Sie einen Einstieg in dieses aktuelle Thema finden, fragen Sie Ihren Fachhändler nach der Broschüre »Stürze vermeiden – Mobilität erhalten«.

Artikel-Nr.: 99900 045



**Abkürzungen**

Artikel-Nr. = RUSSKA-Artikelnummer  
HMV-Nr. = Nummer aus dem Hilfsmittelverzeichnis (genaue Erläuterung siehe Seite 12)  
PHV-Nr. = Nummer aus dem Pflegehilfsmittelverzeichnis (genaue Erläuterung siehe Seite 12)

**Copyright**

© RUSSKA, Ludwig Bertram GmbH, Im Torfstich 7, 30916 Isernhagen, Deutschland, [info@russka.de](mailto:info@russka.de)  
RUSSKA ist ein eingetragenes Warenzeichen der Firma Ludwig Bertram GmbH, Isernhagen. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Firma Ludwig Bertram GmbH.  
Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.russka.de](http://www.russka.de)

Stand: Januar 2025, 42. Auflage

**RUSSKA**

99900 048 24340