

# WEGWEISER KRANKENHAUS

*Unterstützung für Vorbereitung, Aufenthalt & Entlassung*



**Begleitetes Wohnen e.V.**  
Zu Hause leben.



**ZUKUNFTSREGION**  
lebenswert gestalten



**VSWG**  
Verband Sächsischer  
Wohnungsgenossenschaften e. V.

# DAS ANLIEGEN

Vor, während oder nach einem Krankenhausaufenthalt, ob geplant oder ungeplant, können sich viele Fragen ergeben. Dieser „Wegweiser Krankenhaus“ soll dazu beitragen, dass ein Klinikaufenthalt möglichst problemlos verlaufen kann. Er möchte unterstützen, an wichtige Punkte zu denken und darüber informieren, wo und wie Hilfen in einer solchen Situation verfügbar sind. Nicht alles wird dabei für die jeweils individuelle Situation von Bedeutung sein.

Weiterführende Links und Kontaktadressen werden unter „Quellen und weiterführende Informationen“ dargestellt. Im Anhang finden Sie ergänzende Materialien und Vorlagen zur Verwendung, u.a. eine Handreichung mit den wichtigsten Informationen auf einen Blick. Diese Anhänge können bei Bedarf einfach herausgetrennt und zudem vervielfältigt werden.

In Form von „Rat und Tat“ werden weitere Hinweise hervorgehoben:

## RAT & TAT



**Hinweis auf weiterführende Informationen, Quellen, Links**



**Hinweis auf hilfreiche Vorlagen im Anhang**



**praxisbewährte Empfehlungen & Tipps**



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung



PTKA  
Projektträger Karlsruhe  
Karlsruher Institut für Technologie

Der vorliegende Krankenhauswegweiser wurde im Rahmen des Projektes „Chemnitz+ - Zukunftsregion lebenswert gestalten“ erstellt, gefördert mit Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung unter dem Förderkennzeichen 02K12B013.

Die Erarbeitung erfolgte in interdisziplinärer Kooperation zwischen Projekt- und Transferpartnern in den Arbeitsgruppen „Überleitung“ sowie „Informations- und Arbeitsmaterialien“ unter Federführung des Begleiteten Wohnen e.V. Dazu wurden zahlreiche Quellen und vorhandene Materialien recherchiert, als Anregung genutzt und in einem mehrstufigen Prozess im Austausch zwischen den beteiligten Partnern für Erfordernisse der Praxis ergänzt und angepasst.

Neben weiteren Quellen bildeten Informationen über „weisse-liste.de“ mit der „Checkliste für den Krankenhausaufenthalt“ wesentliche Grundlagen für die Erarbeitung des vorliegenden Krankenhauswegweisers.

Wir danken allen Beteiligten für die engagierte Mitwirkung!

Weitere Informationen und Materialien unter

[www.zukunftsregion-sachsen.de](http://www.zukunftsregion-sachsen.de)

[www.wohnenbleiben.info](http://www.wohnenbleiben.info)

# DER AUFBAU DES WEGWEISERS IM ÜBERBLICK

## WICHTIGES IN VORBEREITUNG AUF EINEN KRANKENHAUSAUFENTHALT



Vorgespräche mit Haus- bzw. Fachärzten . . . . .	4
Vorbereitung auf Untersuchungen und Behandlungen . . . . .	4
Rechtzeitig zu bedenken und zu regeln . . . . .	5
Ins Krankenhaus mitzunehmen . . . . .	6

## WICHTIGES VON AUFNAHME BIS ENTLASSUNG



Aufnahme, Verlauf und Ansprechpartner . . . . .	8
Vorbereitung auf die Entlassung . . . . .	9

## HINWEISE FÜR DIE ZEIT NACH DEM KRANKENHAUS



Unterstützungsmöglichkeiten für Übergang und häusliche Versorgung . . . . .	10
--	----

Quellen und weiterführende Informationen . . . . .	12
--	----

Anhang:

Handreichung Krankenhausaufenthalt – das Wichtigste auf einen Blick . . . . .	15
Vorlage „Notizen zum Arztgespräch“ . . . . .	17
Vorlage „Meine Krankengeschichte“ . . . . .	19
Vorlage „Mein Notfallkärtchen“ . . . . .	21



# WICHTIGES IN VORBEREITUNG AUF EINEN KRANKENHAUSAUFENTHALT

## Vorgespräche mit Haus- bzw. Fachärzten

Für einen geplanten Krankenhausaufenthalt stellt i.d.R. der Haus- bzw. Facharzt eine Einweisung aus. Ihr Arzt ist erster Ansprechpartner für Fragen zu einem Krankenhausaufenthalt.

Für die Wahl des Krankenhauses sind verschiedene Dinge ausschlaggebend, z.B.:

- Einzugsgebiet der Klinik
- Behandlungsschwerpunkte
- vorliegende Erkrankungen, Einschränkungen
- Entfernung/Erreichbarkeit vom Wohnort
- ...

Besprechen Sie Geh-, Seh-, Hörbeeinträchtigungen, Probleme im Sprachverständnis oder Orientierungsprobleme (z.B. bei Demenzerkrankungen) mit dem einweisenden Arzt bzw. erkundigen Sie sich, wie in der Klinik damit umgegangen werden kann.

Bereiten Sie Ihre Fragen für den Arztbesuch vor und notieren Sie Wichtiges aus dem Gespräch. Bitten Sie bei Bedarf eine Vertrauensperson um Begleitung und Unterstützung.

## Vorbereitung auf Untersuchungen und Behandlungen

Für manche Untersuchungen oder Behandlungen ist ein Absetzen von Medikamenten oder Nüchternheit nötig. Teilweise muss bei bestimmten Erkrankungen (z.B. Diabetes, Demenz...) oder Hilfsmitteln (z.B. Herzschrittmacher, Prothesen...) Spezielles beachtet werden. Erkundigen Sie sich dazu im Vorfeld bei Ihrem Arzt und befolgen Sie dessen Weisungen.



### RAT & TAT

Über [www.weisse-liste.de](http://www.weisse-liste.de) sind weitere Informationen zum Arztbesuch und zur Arztsuche verfügbar, u.a. auch eine Checkliste zum Arztbesuch. Weiterhin werden umfassende Infos zu Krankenhäusern in Deutschland und Unterstützung bei der Krankenhaussuche bereitgestellt.



Eine Vorlage für Fragen und Notizen für Arztgespräche finden Sie im Anhang > VORLAGE „NOTIZEN ZUM ARZTGESPRÄCH“



Vor, während oder nach einem Krankenhausaufenthalt ist Manches zu regeln. Überlegen Sie frühzeitig, wer Sie unterstützen könnte, z.B. Angehörige, Freunde, Nachbarn oder Dienstleister. Zu Unterstützungsmöglichkeiten informieren u.a. Beratungsstellen, Sozialdienst oder Kranken- und Pflegekassen. Weitere Hinweise und Empfehlungen finden Sie auch in den folgenden Abschnitten dieser Broschüre.

**Scheuen Sie sich im Interesse Ihrer Gesundheit nicht, andere nachzufragen, sich über Unterstützungsangebote zu informieren und diese zu nutzen!**

## Rechtzeitig zu bedenken und zu regeln:

- **Treffen Sie Vorsorge!** Bestimmte Angelegenheiten wie Festlegungen über Behandlungen, vertragliche Regelungen oder Bankgeschäfte können andere Personen - auch Angehörige - nur mit entsprechenden Vollmachten übernehmen. Haben Sie Vorsorge, z.B. in Form einer Vorsorgevollmacht, Bankvollmacht, Patientenverfügung oder Betreuungsverfügung getroffen? Wenn nicht: informieren Sie sich und werden Sie aktiv! Ansprechpartner sind unter anderem Betreuungsbehörden und -vereine oder Notare.
- **Abwesenheitsinformation:** Informieren Sie wichtige Personen, die über Ihre Abwesenheit bzw. Ihren Krankenhausaufenthalt Bescheid wissen sollten, z.B. Angehörige, Freunde, Nachbarn, Arbeitgeber, Vermieter, Pflege-, Essens-, Hausnotrufdienst etc.
- **Deckung laufender Kosten:** Stellen Sie die Deckung laufender Kosten, z.B. für Miete, Strom, Telekommunikation etc. für die Dauer Ihres Krankenhausaufenthaltes sicher.
- **Wichtige Termine:** Sagen Sie Termine für die Zeit des Krankenhausaufenthaltes ab bzw. verlegen Sie diese.
- **Versorgung von Anderen:** Wenn Sie andere wie z.B. pflegebedürftige Angehörige versorgen, bedenken Sie rechtzeitig Alternativen während Ihrer Abwesenheit. Nutzen Sie Beratungsangebote, z.B. der Kranken- und Pflegekasse. Denken Sie auch an die Versorgung von Haustieren.
- **Versorgung der Wohnung & Schlüsselhinterlegung:** Organisieren Sie, wer sich während Ihrer Abwesenheit um Ihre Wohnung/Ihr Haus kümmert, z.B. um Lüften, Briefkasten leeren, Pflanzen versorgen etc. Klären Sie, bei wem für den Zutritt in Notfällen ein Schlüssel hinterlegt werden kann. Informieren Sie im Fall einer Schlüsselhinterlegung auch den Vermieter. Denken Sie an das Ausschalten von Lampen/Elektrogeräten, Zudrehen von Gas-/Wasserhähnen, Entfernen verderblicher Lebensmittel und Verschließen von Türen/ Fenstern.
- **Zeitungsabo:** Prüfen Sie, ob die Lieferung pausiert oder an eine alternative Adresse zugestellt werden kann.
- **Der Weg ins Krankenhaus und zurück:** Bedenken Sie, wie Sie am Aufnahmetag ins Krankenhaus bzw. bei Entlassung nach Hause kommen. Manche Untersuchungen/Behandlungen beeinträchtigen die Fahrtüchtigkeit oder machen eine Begleitperson notwendig. Besprechen Sie dies mit dem Arzt. Bitten Sie ggf. um Ausstellung eines Transportscheines für Taxi, Fahrdienst oder Krankentransport. Planen Sie für den Weg genügend Zeit ein. Informieren Sie sich, wohin Sie im Krankenhaus zur Aufnahme müssen.
- **Aufnahme einer Begleitperson:** Fragen Sie bei Bedarf nach der Möglichkeit, ob eine Begleitperson wie Angehörige zeitweilig ein Zimmer im Krankenhaus erhalten kann (private Bezahlung).
- **Unterstützungsbedarf nach dem Krankenhaus:** Bedenken Sie frühzeitig, ob Sie nach dem Krankenhausaufenthalt Unterstützung brauchen, z.B. durch eine Haushaltshilfe oder durch Hilfsmittel wie Toilettensitzerhöhung, Gehhilfen, Rollstuhl o.ä. Wenden Sie sich bei Bedarf an Ihre Krankenkasse. Weiteres dazu im Abschnitt „Hinweise für die Zeit nach dem Krankenhaus“.



## Ins Krankenhaus mitzunehmen

Folgende Liste soll unterstützen, um an wichtige Dinge für die Mitnahme bei einem Krankenhausaufenthalt zu denken. Nicht alles muss für die individuelle Situation zutreffen.

### Dokumente & Unterlagen

- Personalausweis oder Reisepass
- Krankenversicherungskarte
- Zuzahlungsbefreiung der Krankenkasse (falls vorhanden)
- Krankenhauseinweisung bzw. Überweisungsschein (bei geplantem Aufenthalt)
- Name, Anschrift, Telefonnummer des Hausarztes, relevanter Fachärzte
- Name, Telefonnummern von wichtigen zu benachrichtigenden Bezugspersonen, ggf. Bevollmächtigte oder Betreuer
- Vorbefunde (z.B. Röntgenbilder, Laborbefunde etc.)
- Zusammenfassung der Krankengeschichte
- Zusammenstellung wichtiger Unterlagen zu bisherigen Erkrankungen/ Behandlungen / Krankenhausaufenthalten
- Aktuelle Medikamentenliste mit Dosierungsangaben, ggf. eingenommene Nahrungsergänzungsmittel
- Ausweise und Pässe - wenn vorhanden:
  - Ausweis für Medikamente zur Blutgerinnungshemmung, Blutverdünnung („Antikoagulantien“)
  - Allergiepass bzw. Angaben zu bekannten Allergien auf Stoffe, Medikamente etc.
  - OP-Pass (bei früheren Operationen)
  - Impfpass
  - Röntgenpass
  - Implantat-Ausweis
  - Prothesenausweis
  - Herzschrittmacherausweis
  - Diabetikerausweis
  - Mutterpass (bei Geburten, gynäkologischen Eingriffen)
  - Schwerbehindertenausweis
  - Organspende-Ausweis
  - Schlafapnoe
  - Weiteres: .....
- bei vorhandenem Pflegedienst oder Pflegeeinrichtung: Kontaktdaten und ggf. Überleitungsbogen

wenn vorhanden:

- Patientenverfügung
- Betreuungsverfügung
- bei Vorsorgevollmacht Infos und Kontaktdaten des Bevollmächtigten
- Hinweise zu Besonderheiten in der Behandlung aufgrund bestimmter Religionszugehörigkeit o.a.
- bei Behandlung nach Arbeitsunfall: Angaben zur zuständigen Berufsgenossenschaft
- Belege über Krankenhaustagegeld im laufenden Jahr
- bei abgeschlossener Krankenhaustagegeldversicherung: Versicherungsnachweis

**Nicht mitzunehmen** ins Krankenhaus sind größere Geldbeträge, Wertgegenstände, Schmuck etc. Sorgen Sie ggf. im Vorhinein für sichere Verwahrung, z.B. bei einer Bank.



## RAT & TAT

Hilfreiche Links zu den Themen **Vorsorge, Patientenverfügung, Betreuung** finden Sie im Abschnitt „QUELLEN UND WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN“.



„Wie das Leben manchmal so spielt“ – ein Krankenhausaufenthalt ist nicht immer vorhersehbar und planbar...

**Daher die Empfehlung, für den Notfall wichtige Kontaktdaten und Angaben immer bei sich zu haben.** Für diesen Zweck finden Sie im Anhang ein Notfallkärtchen im praktischen Geldbörsenformat zum Ausfüllen, Heraustrennen und Mitführen > VORLAGE „MEIN NOTFALLKÄRTCHEN“

Eine Erfassungshilfe für Krankengeschichte und bisherige Behandlungen finden Sie ebenfalls im Anhang > VORLAGE „MEINE KRANKENGESCHICHTE“



Nicht immer ist ein Krankenhausaufenthalt vorhersehbar. Stellen Sie eine **Notfalltasche** zusammen, die im „Fall des Falles“ **griffbereit** ist.

**Empfehlungen und Hilfen zum Packen** bietet die > HANDREICHUNG KRANKENHAUSAUFENTHALT – DAS WICHTIGSTE AUF EINEN BLICK, die Sie ebenfalls im Anhang finden.

Sehr empfehlenswert ist auch ein sortierter Ordner, der alle Ihre **gesundheitsrelevanten Unterlagen** enthält.

**Hinterlegen Sie einen Hinweis und informieren Sie Ihre Unterstützungspersonen über die Notfalltasche und wo wichtige Unterlagen zu finden sind.**



# WICHTIGES VON AUFNAHME BIS ENTLASSUNG

## Aufnahme, Verlauf und Ansprechpartner

**Patientenaufnahme:** Die Anmeldung erfolgt in der Regel in der Patientenaufnahme. Halten Sie dafür die angeführten Dokumente bereit. Das Personal unterstützt bei der Anmeldung.

**Information und Klärung mit Krankenhauspersonal:** Die Mitarbeitenden auf Station und aufnehmende Ärzte sind Ansprechpartner für weitere Absprachen und zu Berücksichtigendes, zum Beispiel:

- Unverträglichkeiten, Allergien (z.B. Gluten, Lactose, Arzneimittel...)
- Ernährungsbesonderheiten (z.B. Diabetes, Vegetarier, kein Schweinefleisch...)
- Erkrankungen/Beeinträchtigungen in Wahrnehmung, Orientierung, Beweglichkeit etc.
- Demenzerkrankungen und Umgang mit Besonderheiten
- ...

**Ärztliche Aufklärungsgespräche:** Im Zuge des Krankenhausaufenthaltes findet ein Aufklärungsgespräch mit dem behandelnden Arzt statt. Dabei werden wichtige Dinge im Vorfeld der Behandlung besprochen. Bei einem chirurgischen Eingriff erfolgt zudem durch den Anästhesisten (Narkosearzt) eine Aufklärung zum Narkoseverfahren und möglichen Risiken.

Fordern Sie Aufklärungsgespräche rechtzeitig an, um genügend Bedenkzeit zu haben. Lassen Sie sich über die Behandlung, anstehende Operationen sowie den Heilungsverlauf aufklären. Überlegen Sie, was Sie über Behandlung, Risiken und Nebenwirkungen sowie Umgangsmöglichkeiten und Alternativen wissen möchten. Halten Sie Fragen und ggf. wichtige Informationen aus den Gesprächen schriftlich fest. Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstehen oder Weiteres wissen möchten!

**Entlassmanagement:** Die meisten Krankenhäuser bieten inzwischen ein Entlassmanagement an, worüber i.d.R. schon frühzeitig im Verlauf des Klinikaufenthaltes informiert wird. Das Entlassmanagement soll eine lückenlose Anschlussversorgung nach dem Krankenhausaufenthalt organisieren und den Behandlungserfolg sichern. Es erfolgt nach Einwilligung und in Abstimmung mit dem Patienten und ggf. Bezugspersonen.

**Kliniksozialdienst:** Jedes Krankenhaus verfügt über einen sozialen Dienst. Dieser spielt eine wichtige Rolle beim Entlassmanagement und unterstützt bei vielfältigen Anliegen, beispielsweise bei Fragen der Anschlussheilbehandlung, Rehabilitation, bei Anträgen mit Blick auf Pflegeversicherung oder Hilfsmittel, bei Unterstützung für pflegerische und häusliche Versorgung und Weiteres. Scheuen Sie sich nicht, bei Bedarf zum Sozialdienst Kontakt aufzunehmen.

**Weitere Ansprechpartner:** In vielen Krankenhäusern stehen auf Wunsch ehrenamtliche Besuchsdienste, seelsorgerische Begleitung oder auch Patientenfürsprecher zur Verfügung.



## Vorbereitung auf die Entlassung

**Arztbrief zur Entlassung:** Zur Entlassung erhalten Sie einen Arztbrief. Dieser gibt u.a. Überblick über Erkrankungs- und Behandlungsverlauf, den Gesundheitszustand bei Entlassung, veranlasste Therapien, Empfehlungen für die Fortführung der Behandlung, den Medikationsplan sowie Kontaktdaten für Rückfragen. Der Arztbrief wird entweder durch den Patienten an den Haus- bzw. Facharzt weitergegeben oder das Krankenhaus übernimmt diese Weiterleitung.

**Entlassungsgespräch:** Fordern Sie ein Entlassungsgespräch und bereiten Sie sich darauf vor.

Mögliche Fragen dazu sind beispielsweise:

- Wird der Entlassungsbrief durch das Krankenhaus an meinen Haus- bzw. Facharzt weitergeleitet? Wenn ja, wohin und in welchem Zeitraum?
- Wie geht die Behandlung nach Entlassung weiter?
- An wen soll ich mich dafür wenden?
- Wann und wo steht die nächste ärztliche Kontrolle an?
- Welche Medikamente sind in welcher Dosierung einzunehmen?
- Was ist nach dem Krankenhausaufenthalt Besonderes zu beachten?
- Wo kann ich weitere Beratung oder Hilfen bekommen?
- ...

**Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstehen!**

Zur Unterstützung können Sie Personen Ihres Vertrauens um Anwesenheit bei dem Gespräch bitten.

**Medikamente, Arzneimittelverordnung:** Lassen Sie sich im Krankenhaus ausreichend Medikamente für den Zeitraum bis zur Vorstellung beim ambulant behandelnden Arzt mitgeben bzw. fragen Sie nach einer Arzneimittelverordnung (Rezept).

**Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung:** Fragen Sie bei Bedarf im Krankenhaus nach der Möglichkeit zur Ausstellung einer Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung (Krankenschein) für die Zeit nach Entlassung.

**Aufenthaltsbescheinigung und Zuzahlung:** Denken Sie bei Entlassung an die Mitnahme der Aufenthaltsbescheinigung über den Krankenhausaufenthalt (z.B. für den Arbeitgeber) und - insofern Sie nicht befreit sind oder das Krankenhaus eine Rechnung nach dem Aufenthalt nach Hause zuschickt - an Entrichtung der gesetzlich geregelten Zuzahlung.



### RAT & TAT

Behalten Sie selbst ein Exemplar bzw. eine Kopie des Arztbriefes für Ihre Unterlagen.

Nehmen Sie frühzeitig Kontakt mit Ihrem Haus- bzw. Facharzt auf, um mit ihm die weitere medizinische und therapeutische Versorgung zu klären.

Bedenken Sie, ob Sie für den Heimweg aus dem Krankenhaus oder für das Aufsuchen des ambulant weiter behandelnden Arztes Hilfe benötigen. Fragen Sie ggf. nach Unterstützung.



# HINWEISE FÜR DIE ZEIT NACH DEM KRANKENHAUS

## **Unterstützungsmöglichkeiten für Übergang und häusliche Versorgung**

Nach einem Krankenhausaufenthalt gibt es viele Möglichkeiten zur Unterstützung in Ihrer Häuslichkeit.

**Ansprechpartner** finden Sie bei Ihrer **Kranken- und Pflegekasse**. Dort werden Sie auch zu verschiedenen Maßnahmen zur Stabilisierung des Gesundheitszustandes und zur Finanzierung beraten und unterstützt.

Fragen Sie bei Bedarf beim **Sozialdienst des Krankenhauses** für Ihre individuellen Anliegen nach. Hier können weitere Ansprechpartner für Beratung und Unterstützung benannt und vermittelt werden.

Eine Auswahl potentieller Unterstützungsmöglichkeiten:

**Kurzzeitpflege:** Sollte vorübergehend ein Zurechtkommen in der eigenen Wohnung noch nicht möglich sein, besteht die Möglichkeit einer Kurzzeitpflege. Dabei handelt es sich um eine Rundumversorgung in einer Pflegeeinrichtung für eine begrenzte Zeit.

**Therapeutische Hilfen wie Physio-, Ergo- oder Logopädie** können Fähigkeiten stärken und fördern. Sie erfolgen in Praxisräumen oder aufsuchend im Hausbesuch. Mancherorts besteht die Möglichkeit einer mobilen Rehabilitation, bei der Sie durch unterschiedliche Therapeuten in der Häuslichkeit engmaschig unterstützt werden.

**Psychotherapeutische Hilfe** kann bei seelischen Belastungen und psychischen Erkrankungen unterstützen.

Besprechen Sie die Möglichkeiten mit Ihrem Haus- bzw. Facharzt.

**Unterstützung zuhause:** Für die eigene Wohnung sind vielfältige Hilfeangebote nutzbar. Diese reichen von der Pflege über Hauswirtschaft, Hausnotruf bis hin zum Mahlzeiten- und Fahrdienst.

Größere Vermieter, wie z.B. Wohnungsgenossenschaften, können häufig ebenfalls verschiedene Dienstleistungen und Unterstützung vermitteln und verfügen teilweise über Ansprechpartner für soziale Belange.

**Besuchs- und Begleitdienste** wie beispielsweise Alltags- und Seniorenbegleiter, Nachbarschaftshelfer, Krankenhauspaten u.a. können zu Genesungsprozess, Wohlbefinden und Alltagsbewältigung beitragen.

**Hilfreicher Austausch mit anderen:** Der Austausch mit anderen Betroffenen kann informativ und ermutigend sein. Möglichkeiten dazu bieten beispielsweise Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen, in denen sich Menschen mit gleichen Erkrankungen bzw. Beeinträchtigungen zusammenfinden und unterstützen.

**Anpassungen beim Wohnen** zur Förderung von Beweglichkeit, Orientierung und Alltagsbewältigung sind möglich über

- Hilfsmittelverordnung (z.B. Badewannenlifter, Toilettensitz u.v.m.)
- Bezuschussung durch die Pflegekasse bei Vorliegen eines Pflegegrades (sogenannte „wohnungsfeldverbessernde Maßnahmen“, z.B. Badumbau, Anbringen von Haltegriffen, Entfernung von Schwellen...)
- Selbstfinanzierung (z.B. automatische Herdabschaltung, automatisierte Beleuchtung...)

Ansprechpartner dafür sind **Kranken- bzw. Pflegekassen, Sanitäts- und Reha Häuser** aber auch **Vermieter** wie z.B. Wohnungsgenossenschaften. Vermieter sind vor Umbaumaßnahmen prinzipiell um Einverständnis anzufragen. In manchen Regionen sind zudem spezielle **Wohnberatungsstellen** verfügbar.



## RAT & TAT

Weitere Hinweise und Links zu Themen wie Pflege & Pflegeversicherung, Patientenberatung, Selbsthilfe, Wohnungsanpassung und mehr finden Sie im Folgenden unter „QUELLEN UND WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN“.



# QUELLEN UND WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

## Allgemein

In der Regel verfügen Krankenhäuser über einen Internetauftritt, der z.B. über Behandlungsspektrum, Klinikbereiche, Lage und Ansprechpartner informiert. Über eine zentrale Telefonnummer sind Nachfragen und Vermittlung möglich.

Auch über die Webseiten und telefonische Auskunft der verschiedenen **Krankenkassen** sind i.d.R. vielfältige Informationen verfügbar.

Das Bundesgesundheitsministerium informiert zu verschiedenen gesundheitsbezogenen Themen wie Gesundheitswesen, Prävention, Krankenversicherung, Arzneimittelversorgung, Pflege und weitere, stellt Ansprechpartner und verschiedene Publikationen zur Verfügung:

[www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)

## Die „Weisse Liste“ – Wegweiser im Gesundheitswesen

Die Weisse Liste ist ein Projekt der Bertelsmann Stiftung, gemeinsam mit Dachverbänden der größten Patienten- und Verbraucherorganisationen. Die Weisse Liste ist bei der Arzt- und Krankenhaussuche hilfreich, stellt Checklisten für Arztbesuch, Krankenhausaufenthalt, Auswahl von Pflegediensten, Pflegeheimen und verschiedene Entscheidungshilfen bereit. Sie unterstützt beim Auffinden von Ansprechpartnern in der medizinischen und pflegerischen Versorgung und Beratung. Neben vielen weiteren Informationen sind zudem „Übersetzungshilfen“ in Form von Facharzt-, Befund- und Diagnosen-Dolmetscher verfügbar:

[www.weisse-liste.de](http://www.weisse-liste.de)

## Unabhängige Patientenberatung

Die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) informiert und unterstützt neutral, unabhängig, kostenlos und kompetent zu vielfältigen gesundheitsbezogenen Themen wie z.B. bei Fragen zu Erkrankungen, deren privaten und beruflichen Folgen, zu Behandlungsmethoden, Patientenrechten u.v.m.:

[www.patientenberatung.de](http://www.patientenberatung.de)

**Telefonisch: 0800 01177222 (kostenfrei aus allen Netzen, Mo-Fr 8-22 Uhr Sa 8-18 Uhr)**

## Vorsorge, Betreuung, Patientenverfügung und Patientenrecht

Das Bundesjustizministerium stellt u.a. umfangreiche Informationen, Broschüren und Vorlagen zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuung und Betreuungsverfügung, medizinische Vorsorge/ Patientenverfügung sowie Patientenrechte bereit:

[www.bmjv.de](http://www.bmjv.de)

dort unter > Themen > Vorsorge und Patientenrechte

### **Ärzte und Psychotherapeuten finden**

Neben der „Weissen Liste“ bieten z.B. kassenärztliche Vereinigungen häufig Hilfe bei der Suche nach Ärzten und Therapeuten. Für den Freistaat Sachsen unterstützt die Kassenärztliche Vereinigung die Arzt- und Psychotherapeutensuche über die Internetseite:

[www.kvs-sachsen.de](http://www.kvs-sachsen.de)

dort unter > Suche nach Ärzten und Psychotherapeuten

### **Befunde verstehen – vom Medizinerlatein in Patientendeutsch**

Die Möglichkeit der kostenlosen Übersetzung ärztlicher Befunde in eine leicht verständliche Sprache seitens engagierter Medizinstudenten besteht über:

[www.washabich.de](http://www.washabich.de)

### **Demenz, Arztbesuche und Krankenhausaufenthalt**

Das Krankheitsbild Demenz erfordert bei Arztbesuchen und Krankenhausaufenthalt nochmals besondere Beachtung. Umfangreiche Informationen zur Erkrankung bietet die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.:

Hier sind u.a. eine Broschüre „Mit Demenz im Krankenhaus“ und die Vorlage „Informationsbogen für Patienten mit einer Demenz bei Aufnahme ins Krankenhaus“ (zum Ausfüllen) abrufbar

[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de)

dort unter > Unser Service > Informationsblätter (downloads) > Broschüren und Flyer

Die Broschüre „Leben mit Demenz“, erstellt im Rahmen des Projektes Chemnitz+, geht auf unterschiedliche Aspekte bei Demenzerkrankungen ein, u.a. auch auf Themen wie Diagnostik, Krankenhausaufenthalte, Pflege, Kommunikation, Unterstützungs- und Beratungsmöglichkeiten, Wohnen:

[www.zukunftsregion-sachsen.de](http://www.zukunftsregion-sachsen.de)

dort unter > Information > C+ Veröffentlichungen

Über die Begleitung von Menschen mit Demenz in der Arztpraxis informiert eine Broschüre der Landesinitiative Demenz Sachsen e.V.:

[www.landesinitiative-demenz.de](http://www.landesinitiative-demenz.de)

dort unter > Angebote > Lesenswertes

### **Pflege**

Neben der Pflegekasse stellt u.a. das Bundesministerium für Gesundheit umfangreiche Informationen zu diesem Thema bereit:

[www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)

dort unter > Themen > Pflege

sowie (Informationsbroschüren) > Service > Publikationen > Pflege



## **Selbsthilfe**

Überblick über und Koordination für Selbsthilfegruppen bieten in manchen Regionen die sogenannten „Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfegruppen“, abgekürzt KISS.

Weitere Infos zu Selbsthilfeorganisationen und -gruppen finden sich bei:

Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe:

[www.bag-selbsthilfe.de](http://www.bag-selbsthilfe.de)

Überblick über BAG-Mitglieder:

Selbsthilfeorganisationen chronisch kranker und behinderter Menschen:

[www.bag-selbsthilfe.de/bundesverbaende.html](http://www.bag-selbsthilfe.de/bundesverbaende.html)

Themenbereich Selbsthilfe beim Paritätischen Gesamtverband:

[www.selbsthilfe.paritaet.org](http://www.selbsthilfe.paritaet.org)

Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen:

[www.nakos.de](http://www.nakos.de)

## **Wohnungsanpassung**

Der Verein Barrierefrei Leben e.V. bietet umfassende Informationen zu Umbaumaßnahmen, Hilfsmitteln und unterstützender Technik, Beschaffungswegen, Kostenträgern, Fördermitteln etc.:

[www.online-wohn-beratung.de](http://www.online-wohn-beratung.de)

Zum Themenfeld Wohnungsanpassung und -umbau und Ansprechpartnern für diesbezügliche Beratung informiert u.a. die Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung e.V.:

[www.wohnungsanpassung-bag.de](http://www.wohnungsanpassung-bag.de)

Wenig aufwändige und einfach umsetzbare Anpassungen unterstützt der im Rahmen des Projektes C+ entwickelte „Katalog kleiner Anpassungsmaßnahmen in der Wohnung“:

[www.zukunftsregion-sachsen.de](http://www.zukunftsregion-sachsen.de)

dort unter > Information > C+ Veröffentlichungen

# HANDREICHUNG KRANKENHAUSAUFENTHALT – DAS WICHTIGSTE AUF EINEN BLICK

## Vor einem Krankenhausaufenthalt zu bedenken und zu regeln:

- Ablauf des Krankenhausaufenthaltes mit Ärzten besprochen, Fragen geklärt?
- Voraussetzungen für Behandlung erfüllt? (z.B. nüchtern, Absetzen bestimmter Medikamente etc.)
- Vorsorge getroffen?  
(Patientenverfügung, Vorsorge- oder Betreuungsvollmacht, Bankvollmacht etc.)
- Wichtige Personen über Klinikaufenthalt informiert? Für mögliche Unterstützung angefragt?
- Betreuung von sonst durch den Patienten versorgten Personen geklärt?
- Versorgung von Wohnung, Pflanzen und Tieren geregelt? Schlüssel hinterlegt?
- Weg zum Krankenhaus geklärt (ggf. Transportschein, Begleitperson)?

## Wichtige mitzunehmende Dokumente & Unterlagen:

- Personalausweis
- Versichertenkarte, ggf. Zuzahlungsbefreiung
- Einweisungsschein
- Angaben zum Haus-/Facharzt
- mitzubringende Befunde (z.B. aus Voruntersuchungen, Labor, Röntgenbilder etc.)
- Unterlagen zu bisherigen Erkrankungen/Behandlungen
- aktuelle Medikamentenliste mit Dosierungsangaben
- Ausweise bzw. Pässe (z.B. Impf-, Diabetiker-, Herzschrittmacherausweis, Röntgenpass etc.)
- Patientenverfügung
- Kontaktdaten wichtiger Bezugs- und Hilfspersonen (z.B. Angehörige, Versorgungspersonen, Bevollmächtigte, Betreuer, Pflegedienst etc.)
- Belege über schon erfolgte Zuzahlungen für Krankenhausaufenthalte im laufenden Kalenderjahr

## In die Krankenhaustasche zu packen:

- Körperpflege- und Hygieneartikel (Waschzeug: Zahn-, Haar-, Hautpflege, Seife/Duschbad, Deo, ggf. Rasierzeug, Waschlappen, Handtücher, Taschentücher)
- Bekleidung (Unter-, Nachtwäsche, Morgenmantel, bequeme Oberbekleidung, Socken)
- Schuhe (Haus-, Bade-, Straßenschuhe)
- Hilfsmittel (z.B. Prothese, Brille, Hörgerät, Gehhilfen...)
- Weitere Dinge des persönlichen Bedarfs (z.B. Adressbuch, Schreibzeug, Bücher, Mobiltelefon mit Ladegerät...)



### Krankenhauspersonal informieren über:

- Unverträglichkeiten/Allergien
- Ernährungsbesonderheiten
- Erkrankungen/Beeinträchtigungen (Wahrnehmung, Orientierung, Beweglichkeit...)
- Demenzerkrankungen und Umgang mit Besonderheiten
- Sonstiges Wichtiges: .....

### Während des Krankenhausaufenthaltes

- Arztgespräche für Behandlung erfolgt und verstanden?
- Kontaktwunsch zu Kliniksozialdienst?
- Weitere Kontaktwünsche?: .....

### Für Entlassung und die Zeit nach dem Krankenhausaufenthalt:

- Entlassungsbrief
- Ärztliches Entlassungsgespräch
- Zuzahlung zum Krankenhausaufenthalt/ Belege aus dem laufenden Jahr
- Erhalt Krankenhausaufenthaltsbescheinigung
- Medikamente zur Mitnahme für Überbrückung
- ggf. Verordnung für Anschlussheilbehandlung
- Hilfsmittel
- Weg vom Krankenhaus nach Hause (ggf. Transportschein)
- ambulante Vorstellung, Rezepte, ggf. Krankenschein beim weiterbehandelnden Arzt

Kurzzeitpflege

Anschlussheilbehandlung  
bzw. anschließende Reha

- Häusliche Unterstützung  
zum Beispiel durch:
- wohnumfeldver-  
bessernde Maßnahmen
  - Pflegedienst
  - Hauswirtschaft
  - Essensdienst
  - Einkaufsdienst
  - Hausnotruf
  - Betreuungs- und  
Besuchsdienst
  - Therapien (Psycho, Phy-  
sio, Ergo, Sozio, Logo)
  - .....

**Für Krankenhausaufenthalt und Genesungsprozess die besten Wünsche!**





# NOTIZEN ZUM ARZTGESPRÄCH

Gespräch mit: .....

Datum: ..... Ort: .....

Meine Fragen: .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Wichtige Punkte aus dem Gespräch: .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



# NOTIZEN ZUM ARZTGESPRÄCH

Gespräch mit: .....

Datum: ..... Ort: .....

Meine Fragen: .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Wichtige Punkte aus dem Gespräch: .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



# MEINE KRANKENGESCHICHTE

Name: ..... Geburtsdatum: .....

## Erkrankungen im Lebensverlauf

### im Kindesalter:

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

### im Erwachsenenalter:

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

Erkrankung: ..... Wann? (Jahr): .....

### vorliegende chronische Erkrankungen:

Erkrankung: ..... seit (Jahr): .....

Erkrankung: ..... seit (Jahr): .....

Erkrankung: ..... seit (Jahr): .....

Erkrankung: ..... seit (Jahr): .....

Erkrankung: ..... seit (Jahr): .....



**Krankenhausaufenthalte und Operationen:**

**Wann?** (Jahr): ..... **Wo?** (Krankenhaus): .....

**Grund/Behandlung** (Erkrankung, OP...): .....

.....

**Wann?** (Jahr): ..... **Wo?** (Krankenhaus): .....

**Grund/Behandlung** (Erkrankung, OP...): .....

.....

**Wann?** (Jahr): ..... **Wo?** (Krankenhaus): .....

**Grund/Behandlung** (Erkrankung, OP...): .....

.....

**Wann?** (Jahr): ..... **Wo?** (Krankenhaus): .....

**Grund/Behandlung** (Erkrankung, OP...): .....

.....

**Wann?** (Jahr): ..... **Wo?** (Krankenhaus): .....

**Grund/Behandlung** (Erkrankung, OP...): .....

.....

**Ergänzungen/Sonstiges:** .....

.....

.....

# MEIN NOTFALLKÄRTCHEN

## Für den „Fall des Falles“

In manchen Situationen, z.B. bei einem Notfall außerhalb der Wohnung, ist es hilfreich, die wichtigsten Informationen bei sich zu haben, damit andere in Ihrem Sinne handeln können. Diese betreffen z.B. Kontaktdaten von Bezugspersonen, die in einem solchen Fall informiert werden sollten und ob Vorsorgevollmachten, Betreuungs- oder Patientenverfügungen vorhanden sind. Von Bedeutung ist auch, ob jemand anderes versorgt werden muss, der ohne Ihre Unterstützung hilflos ist, z.B. pflegebedürftige Angehörige aber auch Haustiere. Wichtig können zudem Informationen zu vorliegenden Erkrankungen und Beeinträchtigungen sein, z.B. bzgl. Diabetes, Vorliegen eines Herzschrittmachers, Demenzerkrankungen, Allergien und Unverträglichkeiten, Einnahme blutverdünnender Medikamente u.a.

Die folgende Vorlage für ein Einsteckkärtchen im praktischen Geldbörsenformat dient dazu, diese Informationen in Kürze zu vermerken und mit sich führen zu können, damit sie „im Fall eines Falles“ verfügbar sind:

**>> Einfach ausschneiden, ausfüllen, an den Linien falten und in die Geldbörse stecken.**

Außerdem empfiehlt es sich, solche Angaben auch griffbereit und gut sicht- bzw. auffindbar zu Hause zu haben, z.B. im Eingangsbereich, neben dem Telefon etc.



<b>Wichtige Infos zum Gesundheitszustand</b>  Erkrankungen _____ _____  Allergien/Unverträglichkeiten _____ _____  Implantate _____ _____	Blutgruppe: _____ Medikamente: <input type="checkbox"/> Blutverdünner <input type="checkbox"/> Blutdrucksenker <input type="checkbox"/> Insulin <input type="checkbox"/> Cortison  Was sonst noch wichtig ist: _____ _____ _____ _____	<b>Notrufnummer: 112</b>
		<b>Infos für den Notfall</b>  Name _____  Vorname _____  Geburtsdatum _____  Anschrift: Straße, Hausnr. _____  Wohnort, PLZ _____ <b>Achtung! Innenseite beachten &gt;</b>



**Zu benachrichtigende Person(en):**

Name: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

Behandelnder Arzt:

Name: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

Hiermit gebe ich mein Einverständnis, dass die genannten Personen/mein Arzt in einer Notfallsituation benachrichtigt werden.

\_\_\_\_\_ Datum

\_\_\_\_\_ Unterschrift

**Ich habe eine:**

- Patientenverfügung
- Vorsorgevollmacht
- Betreuungsverfügung

**Weitere Angaben kann machen:**

Name: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

**Ich versorge:**

- eine Person
- ein Haustier  
(Art: \_\_\_\_\_)  
die ohne meine Unterstützung hilflos sind.

Name: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# IMPRESSUM

## **Redaktion:**

Steffi Bartsch, Begleitetes Wohnen e.V.

## **Herausgeber:**

*Begleitetes Wohnen e.V.*

Elsa-Brändström-Straße 1, 01219 Dresden

Telefon: 0351 317 23 23

Telefax: 0351 317 23 20

E-Mail: [info@begleiteteswohnen.de](mailto:info@begleiteteswohnen.de)

Internet: [www.begleiteteswohnen.de](http://www.begleiteteswohnen.de)

*Verband Sächsischer Wohnungsgenossenschaften e.V.*

Antonstraße 37, 01097 Dresden

Telefon: 0351 80701-0

Telefax: 0351 80701-60

E-Mail: [verband@vswg.de](mailto:verband@vswg.de)

Internet: [www.vswg.de](http://www.vswg.de)

## **Hinweise**

Aus Gründen der Vereinfachung und besseren Lesbarkeit wird die männliche oder weibliche Form verwendet. Darin ist das jeweils andere Geschlecht mit einbezogen.

Quellen und weiterführende Hinweise wurden sorgfältig geprüft. Dennoch handelt es sich um den aktuellen Bearbeitungsstand zum Redaktionsschluss Mai 2018, beispielsweise können Links nach Veränderungen der angegebenen Internetseiten an Aktualität verlieren.

## **Haftungsausschluss**

Das Werk inklusive aller Inhalte wurde unter größter Sorgfalt erarbeitet. Dennoch können Druckfehler oder Falschinformationen nicht ausgeschlossen werden. Die Herausgeber übernehmen keine Haftung für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der Inhalte dieser Veröffentlichung, ebenso nicht für Druckfehler. Es können keine juristische Verantwortung sowie Haftung in irgendeiner Form für fehlerhafte Angaben und daraus entstandene Folgen von den Herausgebern übernommen werden.

## **Bildnachweis**

Titel: © ClipDealer - wavebreakmediamicro, © ClipDealer - nyul, © ClipDealer - alexraths

## **Redaktionsschluss**

Mai 2018

**ISBN 978-3-00-059987-3**

Überreicht durch:



**Begleitetes Wohnen e.v.**  
Zu Hause leben.



**ZUKUNFTSREGION**  
*lebenswert gestalten*



Verband Sächsischer  
Wohnungsgenossenschaften e. V.

ISBN 978-3-00-059987-3

