

Das Magazin für die Pflege zu Hause

Bibliomed Medizinische Verlagsgesellschaft mbH | Postfach 1150 | 34201 Melsungen | www.bibliomed.de | Herausgeber: Pflege e.V. | ISSN 2192-5488

# Angehörige <sup>1|18</sup> pflegen

## Selbstbestimmt leben

Wie Hilfsmittel das  
Leben erleichtern können



# Selbstbestimmt und mobil bleiben



Es gibt unzählige Hilfsmittel, die Senioren und Menschen mit Behinderungen das Leben erleichtern können. Oft machen diese es sogar möglich, im gewohnten Umfeld zu bleiben. Doch es ist nicht leicht, einen guten Überblick zu bekommen.

Text: Dorothee Schulte

**M**anchmal sind es tatsächlich die kleinen Dinge, die uns Menschen das Leben erleichtern. Das hat die Ergotherapeutin Sibylle Liebchen-Offt schon mehrfach erlebt. So erinnert sie sich zum Beispiel an eine schwerkpflegebedürftige Frau, die unbedingt selbstständig ein Bananenbrot essen wollte. Dazu war sie aber erst durch spezielle Hilfsmittel in der Lage, eine sogenannte winkelverstellbare Gabel und eine Antirutschfolie für den Teller. „Als die Frau erfolgreich ihr erstes Brot damit aß, hat sie vor Freude geweint“, erzählt Liebchen-Offt, die als Beraterin bei einem Verein für Hilfsmittelberatung, Wohnraumanpassung und barrierefreie Bauberatung tätig ist – dem Barrierefrei Leben e.V. mit Sitz in Hamburg.

## Hilfsmittel gehören oft zum Alltag dazu

Hilfsmittel sind heute aus dem Leben von Pflegebedürftigen nicht mehr wegzudenken. Es gibt sie so zahlreich, dass es schwierig ist, den Überblick zu behalten: von kleinen Alltagshelfern, wie der Gabel, über spezielle Strumpfanzieher, Notrufhandys, Rollatoren, elektrische Rollstühle mit „Aufstehfunktion“, Treppensitz-

lifter bis hin zu sogenannten AAL. Dieser Begriff kommt aus dem Englischen („Ambient Assistent Living“) und meint intelligente Assistenzsysteme, die zum Beispiel selbstständig einen Herd ausschalten.

Fachkreise unterteilen sie in pflegerische beziehungsweise medizinische Hilfsmittel, deren Kosten meist die Kassen übernehmen, und Alltagshelfer, die privat finanziert werden müssen. „Die Versorgung mit Standardartikeln verläuft in der Regel gut“, erzählt Pflegewirtin Christina Bach vom Darmstädter Pflegestützpunkt. „Sanitätshäuser und auch die Pflegekassen geben ein Überblick, und oft empfiehlt schon der Medizinische Dienst bestimmte Dinge und leitet deren Organisation in die Wege.“

Das hat auch eine ihrer „Kundinnen“, Hannelore Bulenda, so erfahren. Rückenprobleme, Bewegungsstörungen in einem Bein, Depressionen, Inkontinenz und einiges mehr machen der 72-Jährigen zu schaffen. Ihrem Mann Klaus geht es nicht viel besser. Er ist an chronischer Leukämie und Diabetes erkrankt und kann sich ebenfalls nur noch eingeschränkt auf den Beinen halten. „Wir schleppen uns so dahin“, beschreibt Bulenda ihren gemeinsamen Alltag.

Alle Wege sind für das Ehepaar mühsam, selbst die innerhalb ihrer Wohnung. Zwei Rollatoren – einer für draußen und einer für drinnen – ermöglichen der Frau, sich ohne Sturzangst zu bewegen. Ihr Bad haben die Bulendas vor ein paar Jahren umbauen lassen. Da gibt es nun eine ebenerdige Dusche mit Haltegriff an der Wand und eine Toilettensitzerhöhung. Ohne diese Hilfsmittel müsste das Paar wahrscheinlich in ein Seniorenheim ziehen. Mit ihnen sind sie in der Lage, sich zu Hause selbst zu versorgen. Beim Aussuchen der Hilfsmittel war ihnen ein Sanitätshaus behilflich. Dort fühlten sie sich sehr gut beraten.

## Beratung ohne Verkaufsinteresse

Doch Kassen, medizinische Dienste und Sanitätshäuser haben verständlicherweise eigene Interessen. Die einen wollen verkaufen, die anderen die Kosten niedrig halten. Der Hamburger Verein hat es sich daher zum Ziel gesetzt, unabhängig zu beraten. Mit in seinem Team sind neben der Ergotherapeutin Liebchen-Offt unter anderem ein Bauingenieur, eine Altenpflegerin und eine Sozialarbeiterin. Durch ihr gemeinsames breitgefächertes

## Kleine und große Helfer, die den Alltag erleichtern



Foto: Orformed

Eine mikroprozessor-gesteuerte **Carbon-Handthese** stärkt die vorhandene Muskulatur; dadurch können schwache Hände wieder kräftiger greifen.

**Griffsysteme** für die Toilette können das selbstständige Aufstehen und Hinsetzen vereinfachen. Sie können auf allen Toiletten-Keramiken eingesetzt werden.



Foto: Atris

**Selbstklebende Anti-Rutsch-Streifen** in der Dusche oder auf Treppenstufen können glatte Flächen im Handumdrehen rutschfest machen.



Foto: Antina Tapes e.K.

**Treppenlifte** können an fast alle Treppenmodelle und Gegebenheiten angepasst werden. Sie verhelfen zu neuer Mobilität.



Foto: ThyssenKrupp

**Besteckhilfen** bieten festen Halt durch weichen, ergonomisch geformten Griff. Dieser kann bei Bedarf in jede gewünschte Position gebogen werden.



Foto: Thomashilfen

hohen Alter und gar nicht in der Lage, zum Beispiel einen großen, schweren Mann in einen Treppenlift zu setzen“, sagt Karin Dieckmann.

### Wichtig: individuell beraten und schulen

Die Sozialarbeiterin ist seit mehr als zwei Jahrzehnten Geschäftsführerin des Barrierefrei Leben e.V. und weiß, wie wichtig es ist, für jeden individuell die beste Lösung zu finden und in der Anwendung zu schulen. Das fängt schon bei der Auswahl kleiner Hilfsmittel wie einer Gabel an und setzt sich über alle Lebensbereiche fort. Die Art der Matratze ist wichtig, um zum Beispiel Kontrakturen und Druckgeschwüre zu vermeiden. Schiebehilfen für Rollstühle ersparen den Angehörigen Rückenschmerzen. Andere Hilfsmittel dienen der Sicherheit von Menschen, die an Demenz leiden.

„Wer aber all das nicht kennt, kann es auch nicht nutzen“, sagt Dieckmann. Wichtige Themen, die immer wieder in ihren Beratungen zur Sprache kämen, seien aber vor al-



#### TIPP

Der Verein „Barrierefrei Leben“ bietet eine kostenlose und neutrale Online-Beratung im Internet an. Hier finden Sie wichtige Hinweise für das barrierefreie Wohnen zu Hause, Tipps für Menschen mit Bewegungseinschränkungen und zur Erleichterung der häuslichen Pflege.

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

lem der Umbau des Hauses und das Verlassen beziehungsweise Begehen von Wohnungen. „Hier trifft Menschen, die haben schon seit Jahren ihre Wohnung nicht mehr verlassen“, so die Sozialarbeiterin. Schon die Organisation von Maßnahmen überfordere insbesondere Ältere oft. Hier stößt dann auch der Verein an seine Grenzen. Manchmal finden sich dafür dann ehrenamtliche Helfer.

Weil das Feld so umfangreich und vielfältig ist, bietet die Arbeitsgemeinschaft (Bewohnungsanpassung e.V. sp) Schulungen für ehrenamtlich zertifizierte Fortbildungsfessionelle Helfer an. „M

ma ‚Wohnen im Alter‘ beschäftigen sich aktiv immer mehr Menschen“, sagt Monika Schneider, Vorsitzende der BAG. Allerdings gebe es bundesweit lange nicht überall solche interdisziplinären Beratungsstellen wie in Hamburg. „Hier ist Deutschland noch ein ziemlicher Flickenteppich“, so die Sozialpädagogin, die selbst ein solches Zentrum mitgegründet hat. Die BAG hat es sich daher zur Aufgabe gemacht, ein Netzwerk für die verschiedenen Träger wie Kommunen, Wohnungsunternehmen, Wohlfahrtsverbände oder Verbraucherzentralen zu schaffen.

**Dorothee Schulte** ist Gesundheits- und Krankenpflegerin und Wissenschaftsjournalistin. Mail: [doro.schulte@gmx.de](mailto:doro.schulte@gmx.de)

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

Fachwissen sind sie in der Lage, viele verschiedene Aspekte abzuwägen. Denn neben den vielfältigen medizinisch-pflegerischen Gesichtspunkten sind auch bauliche, rechtliche und finanzielle Dinge zu beachten. Welche baulichen Maßnahmen sind mietrechtlich möglich? Lohnt es sich vor

Gericht zu gehen, wenn die Kassen einen Antrag ablehnen? Alles Fragen, bei denen der Verein Hamburger Bürger berät.

In seinem Zentrum präsentiert Barrierefrei Leben e.V. außerdem eine Ausstellung mit verschiedenen Hilfsmitteln. Hier können interes-

sierte Hamburger sich über die verschiedenen Angebote informieren und sie sogar gleich ausprobieren. Denn das beste Hilfsmittel nutzt nichts, wenn der Bediener nicht damit umgehen kann. „Meist sind doch diejenigen, die einen Angehörigen zu Hause pflegen, selbst schon in einem