
ERSTE SCHRITTE IN DEN ERSTEN 72 STUNDEN, WENN PLÖTZLICH PFLEGE NÖTIG IST

Ein plötzlicher Pflegefall trifft viele Familien unvorbereitet. Ein Sturz, eine schwere Erkrankung oder ein unerwarteter Klinikaufenthalt – und plötzlich steht man vor der Frage: *Wie geht es jetzt weiter?* Damit Sie in dieser Ausnahmesituation nicht den Überblick verlieren, haben wir von „**Schöner Leben**“ für Sie eine Checkliste erstellt, der Ihnen hilft, in den ersten drei Tagen die richtigen Entscheidungen zu treffen.

1. SOFORTMAßNAHMEN ZUR SICHERHEIT

- Prüfen, ob akute medizinische Hilfe nötig ist → Notruf **112** bei lebensbedrohlichen Situationen
- Hausarzt oder Bereitschaftsdienst (**116 117**) informieren.
- Bei Sturz oder Verletzung: Verletzten nicht unnötig bewegen, Erste Hilfe leisten.

2. MEDIZINISCHE & ORGANISATORISCHE KLÄRUNG

- Krankenhausbericht oder Arztbrief sichern (falls Klinikaufenthalt).
- Medikamentenplan aktualisieren und griffbereit halten.
- Krankenkassenkarte, Personalausweis und relevante Unterlagen zusammenlegen.

3. ERSTE PFLEGEORGANISATION

- Kontakt zu einem ambulanten Pflegedienst aufnehmen (z. B. „Schöner Leben“).
- Kurzzeitpflege oder Verhinderungspflege prüfen, wenn häusliche Versorgung nicht sofort möglich ist.
- Hilfsmittelbedarf einschätzen (z. B. Gehhilfe, Pflegebett) und bei Krankenkasse beantragen.

4. RECHTLICHE & FINANZIELLE SCHRITTE

- Pflegegrad bei der Pflegekasse beantragen.
- Vollmachten prüfen (z. B. Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht).
- Kontaktdaten wichtiger Personen notieren (Hausarzt, Pflegedienst, Krankenkasse, Apotheke, Angehörige).

5. EIGENE ENTLASTUNG PLANEN

- Familienmitglieder oder Freunde um Unterstützung bitten.
- Erste Hilfsangebote für Angehörige in Anspruch nehmen (z. B. Beratungsgespräch beim Pflegedienst).