Inhaltsverzeichnis

Teil I Zu Hause pflegen – wie soll das gehen? Eine Entscheidungshilfe

1 Sie sind nicht alleine – Pflegen in Deutschland 2
1.1 Die Pflegesituation 3
1.2 Wer sind die pflegenden Angehörigen? 3
1.3 Warum pflegen Menschen? 4
1.4 Welche Aufgaben übernehmen pflegende Angehörige? 4
1.5 Wie ist die Situation der betreuten Angehörigen? 4
1.6 Würde es mir anders ergehen? 5
1.7 Warum kann Pflegen so belastend sein? 5
1.8 Gibt es auch positive Aspekte der Pflege? 6
1.9 Wie kann ich einer möglichen Belastung vorbeugen? 6
1.10 Pflegeübernahme – Was muss ich bedenken? 7

2 Entscheidung zur Pflege 8
2.1 Wen pflege ich? 9
2.2 Was bedeutet Angehörigenpflege für mich? 9
2.3 Kann ich die Pflege überhaupt leisten? 9
2.4 Wer ist bereit mitzuhelfen? 10
2.5 Wo soll die Pflege stattfinden? 10
2.6 Mit welchen Kosten ist zu rechnen? 10
2.7 Wie muss ich mich selbst organisieren? 10

Teil II Pflegestufe – Gelder – Hilfsmittel

3 Wegweiser durch die Gesetze – SGB V, SGB XI und SGB XII. 14
3.1 Gesetzliche Sozialversicherungen (Kostenträger) 15
3.2 Wie weiß ich, ob die Krankenkasse oder die Pflegekasse die Kosten übernimmt? 17

4 Was Sie über das Pflegeversicherungsgesetz (SGB XI) wissen sollten 18
4.1 Wann bekommt man eine Pflegestufe? 19
4.2 Welche Leistungen der Pflegeversicherung gibt es? 25
4.3 Gibt es neben den finanziellen Hilfen noch andere Leistungen der Pflegeversicherung? 27

5 Wer kann sonst noch helfen? 31
5.1 Wer kann bei der Organisation des Alltags helfen? 32
5.2 Beratungsstellen 35
5.3 Unterstützung durch den Hausarzt 36

6 Zusammenarbeit mit dem Pflegedienst 37
6.1 Welche Leistungen erbringt ein Pflegedienst? 38
6.2 Wie finde ich einen geeigneten Pflegedienst? 40
6.3 Worauf achte ich, wenn der Pflegedienst kommt? 43

Teil III Miteinander leben – miteinander reden

7 Ich pflege Dich zu Hause – Pflegegerechtes Wohnen 46
7.1 Wie wird eine Wohnung pflegegerecht? 47
7.2 Wer hilft mir bei der Wohnungsanpassung? 48
7.3 Wann und wie bekomme ich die benötigten Hilfsmittel? 48
7.4 Bedürfnisgerechte Gestaltung des Pflegezimmers 51
7.5 Vorsicht Sturz! 52

8 Ich verstehe Dich nicht – Einige Kommunikationsregeln 53
8.1 Was versteht man unter Kommunikation? 54
8.2 Wie kann Kommunikation gelingen? 55

8.3 Kommunikation bei körperlichen Einschränkungen/Behinderungen.....57
8.4 Umgang mit Konflikten.....58

Teil IV Wie geht es Dir heute – Krankenbeobachtung

9 Wie geht es Dir heute? Die Krankenbeobachtung.....62
9.1 Was versteht man unter Wahrnehmung?... 63
9.2 Allgemeine Beobachtungsfelder 64
9.3 Krankenbeobachtung am Körper und an Körperfunktionen.....65

Teil V So pflegen Sie richtig – Pflegetechniken

10 Prinzipien der Pflege.....84
10.1 So pflegen Sie aktivierend 85
10.2 So pflegen Sie prophylaktisch.....86
10.3 So pflegen Sie rückenschonend.....87
10.4 So pflegen Sie planvoll.....90
10.5 So arbeiten Sie hygienisch 91

11 So pflegen Sie richtig 93
11.1 Bett richten.....94
11.2 Unterstützung beim Ausscheiden im Pflegebett.....94
11.3 An- und Auskleiden.....97
11.4 Bewegen in und aus dem Bett 100
11.5 Vorsicht Sturz! 112

12 Individuelle Körperpflege – Gewohnheiten sind unterschiedlich ...116
12.1 Waschen am Waschbecken..... 117
12.2 Körperpflege am Bettrand 117
12.3 Die Ganzkörperpflege im Bett..... 117
12.4 Die Augenpflege 120
12.5 Die Ohrenpflege..... 120
12.6 Die Nasenpflege 120
12.7 Die Mundpflege 120
12.8 Die Haarpflege 122
12.9 Die Rasur 123
12.10 Die Nagelpflege 124
12.11 Die Fußpflege 124
12.12 Die Intimpflege..... 125
12.13 Duschen..... 126
12.14 Baden 127

13 Hat es Dir geschmeckt? 129
13.1 Was eigentlich essen wir genau? 130
13.2 Wie also sieht eine gesunde Ernährung aus?..... 133
13.3 Wie kann ich die benötigte Menge an Nahrungsmitteln feststellen? 134
13.4 Wie verhindere ich Übergewicht? 135
13.5 Wie verhindere ich Fehlernährung und Mangelernährung? 136
13.6 Was ist Krankenkost?..... 139
13.7 Reichlich trinken..... 140
13.8 Volkskrankheit Verstopfung – woran liegt es? Kann ich durch Ernährung vorbeugen? 142

14 Wundliegen, Lungenentzündung, Blutgerinnsel – So beugen Sie Zweiterkrankungen vor.....144
14.1 So vermeiden Sie das Wundliegen (Dekubitus)..... 145
14.2 So beugen Sie Gelenkversteifungen (Kontrakturen) vor 151
14.3 So verhindern Sie einen Gefäßverschluss (Thrombose)..... 155
14.4 So verhindern Sie eine Lungenentzündung (Pneumonie)..... 159

15 Wenn Sie mehr tun wollen – Wahrnehmen, Berühren und Bewegen 162
15.1 Pflege mit Basaler Stimulation 163
15.2 Alle Sinne pflegen 164
15.3 Therapeutische Ganzkörperpflege 168
15.4 Aktivierende Pflege..... 170
15.5 Aktivierende Pflege mit dem Bobath-Konzept 171
15.6 Aktivierende Pflege durch Biografiearbeit .. 175

16 Besondere Situationen – Die »spezielle Pflege« 177
16.1 Inkontinenz 178
16.2 Schlaganfall 183

16.3 Diabetes mellitus 188
16.4 Demenz 192
16.5 Chronische Wunden 196
16.6 Multiresistente Keime 198
16.7 Zusammenarbeit mit dem Hausarzt 200
16.8 Die Verlegung ins Krankenhaus 202

17 Die Hausapotheke 204
17.1 Wo bewahre ich die Hausapotheke auf? ... 205
17.2 Was gehört in die Hausapotheke? 206
17.3 Was muss ich beim Umgang mit Arzneimitteln beachten? 208

18 Die Hausmedizin 212
18.1 Heilkräfte der Natur 213
18.2 Wasser als Heilmittel 215

Teil VI Abschied nehmen

19 Rechtzeitig vorsorgen 220
19.1 Welche rechtlichen Möglichkeiten zur Vorsorge gibt es? 221
19.2 Die Betreuung 224

20 Abschied nehmen 226
20.1 Phasen des Sterbens und der Trauer 227
20.2 Sterbende begleiten 229
20.3 Die Hospizarbeit 232
20.4 Der nahe Tod 233
20.5 Versorgung des Toten 233
20.6 Formalitäten 235

Teil VII Und bei alldem – Wie geht es Ihnen?

21 Bleiben Sie gesund! 238
21.1 Warum ist Selbstpflege so wichtig? 239
21.2 Was versteht man unter Selbstpflege? 239
21.3 Rückenschmerzen – ein Problem von Pflegepersonen 242

Serviceteil – Suchen und finden

Gewusst was – Lexikon medizinisch-pflegerischer Fachbegriffe 246

Gewusst wer – Wichtige Adressen 258

Gewusst wie viel – Pflegegeld und Pflegesachleistungen 262

Gewusst woher – Literatur und Abbildungsnachweis 265

Gewusst wo – Stichwortverzeichnis 267

http://www.springer.com/978-3-540-72265-6

Angehörige pflegen
Ein Ratgeber für die Hauskrankenpflege
Döbele, M.
2008, XII, 274 S. 285 Abb., Softcover
ISBN: 978-3-540-72265-6