

Demenz – Diagnose... Und was dann?

Nach der Diagnose Demenz stellen sich für die Betroffenen und deren An- und Zugehörige eine Vielzahl von Fragen, die man so rasch wie möglich in Angriff nehmen möchte. Die vorliegende Checkliste gibt Ihnen einen kompakten Überblick. Nehmen Sie diese mit zu Ihren Arzt- und Beratungsgesprächen, um die entsprechenden Fragen griffbereit zu haben.

Nehmen Sie Beratung in Anspruch

✓	Was?	Wo? Ansprechpartner
	Beratung und erste Orientierung / Termin vereinbaren	<ul style="list-style-type: none"> • Pflegestützpunkt Ostholstein Tel.: 043 61 – 620 09 85 block@pflegestuetzpunkt-ostholstein.de • Behindertenbeauftragte der Stadt Fehmarn Jacqueline Grams 0173/3817705 behindertenbeauftragte@stadtfehmarn.de
	Ggf. Weitere Beratungsstellen in ihrem Kreis / Kommune	<ul style="list-style-type: none"> • Alzheimer Gesellschaft Ostholstein e.V. Kampstraße 62 23714 Bad Malente 01779655184
	Überregionale Beratung	<ul style="list-style-type: none"> • Kompetenzzentrum Demenz in Schleswig-Holstein, Tel.: 040/2383044-0; www.demenz-sh.de • Deutsche Alzheimer Gesellschaft, Tel.: 030/259379514; www.deutsche-alzheimer.de

Regeln Sie rechtliche und finanzielle Fragen

✓	Was?	Wo? Ansprechpartner
	<p>Vorsorgevollmacht</p> <p>Betreuungsverfügung</p> <p>Patientenverfügung</p> <p>Rechtliche Betreuung</p> <p>Testament</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Eigenhändig • Rechtsanwältinnen/Rechtsanwälte; Notarinnen/Notare (bei Immobilienwerten) • Infos über SoVD/AWO/DRK - Fehmarn • Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein www.verbraucherzentrale.sh
	Bankvollmacht	<ul style="list-style-type: none"> • Kreditinstitut
	Autofahren / Überprüfung der Fahreignung	<ul style="list-style-type: none"> • Hausärztin/Hausarzt oder Fachärztin/Facharzt (eine entsprechende Übersicht finden Sie hier: Ansprechpartner: Verkehrsmedizinische Begutachtung Ärztekammer Schleswig-Holstein (aeksh.de)) • Fahreignungsprüfung • Führerscheinstelle • Beratungsstellen unter Punkt 1 • Die Broschüre Autofahren und Demenz des Kompetenzzentrums Demenz in Schleswig-Holstein (www.demenz-sh.de)
	Zuzahlungsbefreiung	<ul style="list-style-type: none"> • Ihre Krankenkasse
	Haftpflichtversicherung abschließen/überprüfen; Unfallversicherung überprüfen/kündigen	<ul style="list-style-type: none"> • Versicherungsunternehmen • Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein
	Pflegegrad beantragen für Leistungen der Pflegeversicherung	<ul style="list-style-type: none"> • Ihre Pflegekasse; vorher evtl. Beratung (s.o. Beratungsstellen) <p><i>*Die Pflegekasse ist eine Abteilung Ihrer Krankenkasse und über diese zu erreichen.</i></p>
	Wohnungsanpassung und Umbau	<ul style="list-style-type: none"> • Ihre Pflegekasse; vorher evtl. Beratung (s.o. Beratungsstellen)
	Hilfsmittel (Pflegebett; Rollator; Badewannenlifter; Inkontinenzmaterial etc.)	<ul style="list-style-type: none"> • Ihre Pflegekasse oder Krankenkasse (ärztliche Verordnung)
	Schwerbehindertenausweis	<ul style="list-style-type: none"> • Landesamt für soziale Dienste Schleswig-Holstein Große Burgstraße 4, 23552 Lübeck 0451/14060

Nehmen Sie Unterstützungs- und Entlastungsangebote in Anspruch

N	Was?	Wo? Ansprechpartner
	<p>Gesprächskreise</p> <p>Selbsthilfegruppen</p> <p>Informationsveranstaltungen</p> <p>Schulungen</p> <p>Gruppenangebote zur Alltagsbegleitung von Betroffenen</p> <p>Stundeweise Alltagsbegleitung zuhause</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Demenzinitiative für Fehmarn <p>Gesprächskreis für pflegende Angehörige</p> <p>Die Termine des Gesprächskreises für pflegende Angehörige finden immer am 1. Dienstag eines Monats um 18:00 Uhr im Pflegeheim Tabea, Kaestnerstraße 2 in Burg a.F. statt</p>
	<p>Reduzierung der Arbeitszeit für die Pflege von Angehörigen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • www.wege-zur-pflege.de/familienzeit <p>bundesweites Pfl egetelefon (montags bis donnerstags von 9 - 18 Uhr): 030 / 20 17 91 31</p>
	<p>Häusliche Pflege, Tagespflege, Verhinderungspflege, Kurzzeitpflege</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pflegedienste der Insel Fehmarn • Pflegeheim Tabea • Pflegeheim Charleston • Angebote finden Sie unter www.demenzwegweiser-sh.de

Gespräche mit der Ärztin / dem Arzt führen

✓	Was?	Wo? Ansprechpartner
	Medikamente und Behandlung (Antidementiva, ggf. Antidepressiva etc.), nicht-medikamentöse Therapien (Ergotherapie, Logopädie, Krankengymnastik, Rehasport u.a.)	<ul style="list-style-type: none"> • Hausärztin/Hausarzt- bzw. Fachärztin/Facharzt
	Sonstige Erkrankungen (Medikamentenplan überprüfen, regelmäßige Gewichtskontrollen u.a.)	<ul style="list-style-type: none"> • Hausärztin/Hausarzt- bzw. Fachärztin/Facharzt
	Regelmäßige Gesundheitschecks	
	Regelmäßige Kontrolle Zähne / Prothesen	<ul style="list-style-type: none"> • Zahnärztin / Zahnarzt
	Gehör (ggf. Hörgerät) und Augen / Brille überprüfen	<ul style="list-style-type: none"> • HNO-Ärztin/Arzt / Hörgeräteakustikerin/Hörgeräteakustiker • Augen-Ärztin / Arzt; Optikerin/Optiker

* Notieren Sie sich Ihre Fragen ggf. auf einem Stichwortzettel oder nehmen Sie diese Checkliste mit.

Sorgen Sie für Ihre eigene Gesundheit und organisieren Sie Auszeiten

✓	Was?	Wo? Ansprechpartner
	Sprechen Sie offen über die Erkrankung und pflegen Sie ihren Nachbarschafts- und Freundeskreis. Bewahren Sie Kontakte und Freundschaften.	<ul style="list-style-type: none"> • Lassen Sie sich gerne dazu bei den Beratungsstellen (s.o.) beraten.
	Psychotherapie / Einzelgesprächsangebote	<ul style="list-style-type: none"> • Psychotherapiepraxen • Beratungsstellen s.o.
	Bewegungsangebote / -therapien; Entspannungsmethoden erlernen	<ul style="list-style-type: none"> • Vereine, Physiotherapeutische Praxen, Volkshochschulen u.a.
	Rehabilitationsmaßnahmen / Kur beantragen / Betreute Urlaubsangebote	<ul style="list-style-type: none"> • Krankenkassen / Rentenversicherungsträger • Beratungsstellen (s.o.)