

27.01.10

Gönnen Sie sich Urlaub von der Pflege

Über eine Million Menschen in Deutschland pflegen tagtäglich einen Menschen. Meistens wird diese Pflege von Frauen übernommen. Sie leisten die Pflege entweder alleine oder mit Hilfe eines ambulanten Pflegedienstes.

Was viele nicht wissen: Es gibt die Möglichkeit, Urlaub von der Pflege zu nehmen - nämlich vier Wochen im Jahr.

Offiziell wird dieser Zeitraum Verhinderungspflege genannt, er kann sowohl bei Urlaub, als auch bei Krankheit der Pflegeperson in Anspruch genommen werden



Grundsätzlich haben nur pflegende Angehörige einen Anspruch auf Urlaub von der Pflege. Die Pflege muss schon länger als ein Jahr andauern und derjenige, der gepflegt wird, muss Pflegegeld aus der Pflegekasse bekommen. Nur wenn diese Voraussetzungen erfüllt sind, kann für bis zu vier Wochen die Pflege von anderen Personen übernommen werden, und die Pflege wird dennoch größtenteils von der Pflegekasse bezahlt.

Ein Beispiel:

Anne und ihr Vater Karl: Karl ist 60 Jahre alt, im Grunde noch sehr fit, aber auf seinen Rollstuhl angewiesen. Seit einem Schlaganfall vor zwei

Jahren kann er nicht mehr gehen.

Tochter Anne arbeitet halbtags. In ihrer freien Zeit, sozusagen ehrenamtlich, kümmert sie sich um ihren Vater. Ausgebildete Pflegerin ist sie nicht. Anne ist so oft für ihn da, wie sie kann. Täglich bringt sie ihm das Essen, hilft ihm beim rasieren und hat Zeit für ein Gespräch.

Dafür und für die Ausgaben, die sie für ihn hat, gibt ihr Karl das Pflegegeld, das er von der Pflegekasse bekommt. Anne betreut ihn schon länger als ein Jahr. Nun will sie mal vier Wochen ordentlich ausspannen, um wieder Kräfte zu sammeln.

Dazu muss sie einen Antrag stellen und einiges beachten. Damit es mit dem Antrag reibungslos klappt, muss der Gepflegte bei seiner Pflegekasse einen formlosen Antrag stellen. Dort wird festgehalten, welche Art der Betreuung der Gepflegte während desurlaubes haben möchte, also ob die Vertretung zum Beispiel durch einen Pflegedienst oder doch lieber durch jemanden aus der Familie erfolgen soll.

Soll ein Pflegedienst engagiert werden, muss der Antragsteller aus einem Pflegekatalog die passenden Leistungen zusammenstellen: zum Beispiel täglich Grundpflege, rasieren, Essen kochen, usw. Der Pflegedienst rechnet direkt mit der Pflegekasse ab und kann maximal 1432 Euro abrechnen, egal in welcher Pflegestufe der Gepflegte ist. Wird der Patient sowieso schon über einen Pflegedienst versorgt, erhält er zusätzlich zu der Pflegeversicherung die Leistungen der Verhinderungspflege.

Wichtig ist, sich für den Zeitraum der Verhinderungspflege, einen Kostenvoranschlag geben zu lassen

Genau dasselbe gilt für einen Aufenthalt im Heim. Hier würde die Kurzzeitpflege auch für vier Wochen von der Pflegekasse übernommen werden. Zusätzlich müssten „Hotelkosten“, vom Pflegebedürftigen aufgebracht werden. Auch hier ist es wichtig, die Kosten vorher zu klären, da die Heime unterschiedliche Preise haben.

Übernimmt ein anderer Angehöriger die Pflege für

27.01.10

die vier Wochen, dann bekommt er für diese Zeit, das übliche Pflegegeld der Pflegekasse. Außerdem können Fahrtkosten und Verdienstausschlag ersetzt werden. Es gibt aber auch hier keinesfalls mehr als 1.432 Euro .

Der Urlaub von der Pflege, der von der Pflegekasse unterstützt wird, kann - über das Jahr gerechnet - vier Wochen betragen. Wie beim Urlaubsanspruch von normalen Arbeitnehmern muss dieser Urlaub aber nicht am Stück genommen, sondern kann aufgeteilt werden.

Mit Kräften haushalten

Wenn Sie als Angehöriger selbst pflegen, denken Sie daran mit ihren eigenen Kräften hauszuhalten. Sie sind oft Pfleger, Diätassistent, Beschäftigungstherapeut und vieles anderes mehr. Es ist nicht egoistisch, wenn Sie sich einige freie Stunden in der Woche verschaffen. Auch ist es kein Eingeständnis von Unzulänglichkeit, wenn Sie sich von außen Hilfe holen.

Freiräume schaffen

Haben sich in der Pflege erst einmal feste Gleise eingefahren, fällt es vielen pflegenden Angehörigen schwer, sich wieder Freiräume zu verschaffen. Äußern sie diesen Wunsch zu einem späteren Zeitpunkt, so erlebt dies der Pflegebedürftige eher als Zurückweisung als zum Beginn des Pflegeprozesses.

Urlaub gönnen

Sie selbst und auch ihr zu pflegender Angehöriger haben nichts davon, wenn Sie sich völlig verausgaben und keine Erholungspausen in Ihr Leben einbauen. Gönnen Sie sich also ausreichend Urlaub!

Sie helfen immer auch dem Kranken, wenn Sie bereit sind, sich selbst helfen zu lassen. Dies ist eine wichtige Voraussetzung für eine

kontinuierliche und für beide Seiten gesunde Beziehung.

Täuschen Sie sich nicht selbst, etwa durch die Vorstellung, es sei nicht so tragisch, die eigenen Interessen für die Zeit der Pflege etwas zurückzustellen. Eine solche Phase kann Jahre dauern, so dass manchmal vom eigenen Leben nicht mehr viel übrig bleibt.

Pflegekurse besuchen

Pflegende Angehörige sollten an speziellen Pflegekursen teilnehmen. Die Pflegekurse vermitteln Fertigkeiten, Informationen und Beratung, um die häusliche Pflege zu erleichtern und zu entlasten. Sie werden von Pflegekassen oder in Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen angeboten. Informationen zu den Terminen erhält man bei allen Pflegekassen.

An die Unfallversicherung denken

Zur Absicherung der möglichen Folgen eines Unfalls im häuslichen Umfeld sind alle gemeldeten Pflegepersonen während der pflegerischen Tätigkeit in den Versicherungsschutz der gesetzlichen Unfallversicherung einbezogen. Auch Wegeunfälle, die z.B. beim Einkaufen für die pflegebedürftige Person passieren können, sind damit abgedeckt.

Auch die Rente ist wichtig

Für pflegende Personen, die neben der Pflege wöchentlich nicht mehr als 30 Stunden erwerbstätig sind und mindestens 14 Stunden pro Woche eine/n Angehörige/n, Bekannte/n oder Nachbar/in pflegen, werden von der Pflegekasse auf Antrag Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung gezahlt.

Quelle: ARD Ratgeber, Internet-Forum der Alzheimer Angehörigen-Initiative e.V. Berlin