

Zuerst traf man sich bei der Patientin Gertrud L., um an einem konkreten Behandlungsfall die Probleme und Lösungsmöglichkeiten einer ambulanten Rehabilitation zu erörtern.



In diesem Fall hatte die bereits 87jährige Frau L. vor vier Monaten einen Bandscheibenvorfall in der rechten Lendenwirbelsäule, der stationär operiert werden musste. Die vorher vollkommen mobile, allein lebende Patientin war auch nach drei Wochen stationären Reha aber noch nicht in der Lage, mehr als ein paar Meter in der Wohnung zu gehen. Deshalb organisierte der Hausarzt im Rahmen des Netzwerkes von IKARUS zwei Mal wöchentlich Krankengymnastik und zwei Mal wöchentlich Ergotherapie, jeweils in

der Wohnung von Frau L. Damit konnte sie in den folgenden Wochen so gut mobilisiert werden, dass sie mit Hilfe eines Rollators wieder kleinere Einkäufe selbständig im Viertel tätigen kann.

Bei diesem Besuch und einer anschließenden Diskussion in den Praxisküchen von Dr. Trieb konnten die Mitglieder von IKARUS e. V. dem Bundesgesundheitsminister Bahr ihre Vorgehensweise bei der Aufnahme eines neuen pflegebedürftigen Patienten, dem Verteilen der Aufgaben und Betreuung, der Kontrolle der Krankheitsverläufe durch Fallgespräche und damit der Anpassung der Therapie darstellen. Es wurden die Probleme bei der Überleitung des Patienten aus der stationären Behandlung, insbesondere bei der Entlassung aus der Reha-Klinik, in die Wohnung angesprochen. Die Mitglieder von IKARUS e. V. wiesen den Bundesgesundheitsminister Bahr darauf hin, dass viele Aktivitäten auf ehrenamtlicher Basis ohne Honorierung erbringen, insbesondere die Fallgespräche am und mit dem Patienten, sowie die regelmäßige Fort- und Weiterbildung im Rahmen zweier von der Bayerischen Landesärztekammer anerkannten Qualitätszirkel. Zum Abschluss erhielt IKARUS e.V. eine von allen beteiligten Personen signierte Tag-Cloud-Erinnerungstafel.

Wer noch mehr Informationen zu diesem Besuch haben möchte, kann über einen Link auf unserer Webseite den dazugehörigen Artikel auf der Seite des Bundesgesundheitsministeriums einsehen!

Alle Fotos (C) Bundesministerium für Gesundheit/Rolf Poss

### Das Pflege-Neuorientierungsgesetz!

Seit dem 1. Januar 2013 gibt es gesetzliche Änderungen bei der Pflegeversicherung. Nachfolgend möchte ich Sie kurz über einige Neuerungen informieren.

**Beratungstermin/Beratungsgutschein**  
Die Pflegekasse hat dem Antragsteller unmittelbar nach Eingang eines erstmaligen Antrags auf Leistungen (Einstufungsantrag)

1. unter Angabe einer Kontaktperson einen konkreten Beratungstermin anzubieten, der spätestens innerhalb von zwei Wochen nach Antragseingang durchzuführen ist oder  
2. einen Beratungsgutschein auszustellen, in dem Beratungsstellen benannt sind, bei denen er zu Lasten der Pflegekasse innerhalb von zwei Wochen eingelöst werden kann.

Um das Begutachtungsverfahren kundenfreundlicher zu gestalten und die Belastungen der Versicherten weiter zu verringern, werden von den Kassen verbindliche Richtlinien erlassen (z.B. genauere Prüfzeitpunkte, max. 2 Std. Korridor, Beschwerdemanagement, Versichertenbefragung) **Fristüberschreitung.**

Die Ergebnisse der Begutachtung für das Einstufungsverfahren müssen innerhalb von fünf Wochen nach Antragstellung vorliegen. Die Pflegekasse kann oder muss andere Gutachter beauftragen, wenn nach vier Wochen keine Begutachtung stattgefunden hat.

Hat die Pflegekasse nach Fristablauf keinen schriftlichen Bescheid erteilt, hat die Pflegekasse für jede begonnene Woche der Fristüberschreitung unverzüglich 70 Euro an den Antragsteller zu zahlen. Dies gilt nicht, wenn die Pflegekasse die Verzögerung nicht zu vertreten hat.

**Rehabilitationsempfehlungen**  
Die Feststellung zur medizinischen Rehabilitation ist durch den MDK oder die von der Pflegekasse beauftragten Gutachter zu dokumentieren.

**Pflegeperson**  
Es wird 50% des Pflegegeldes während der Kurzzeitpflege oder Verhinderungspflege gezahlt. Die Verhinderungspflege (z.B. für Tagespflege) ist auch für Versicherte mit erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz, aber ohne Pflegestufe möglich. Die Zeiten bei der Pflege von mehreren Pflegebedürftigen können für Rentenansprüche addiert werden. Der einkommensabhängige Eigenanteil bei Wohnfeldverbessernden Maßnahmen entfällt.

Diese Maßnahmen sowie die Pflegehilfsmittel können auch Versicherte ohne Pflegestufe aber mit erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz in Anspruch nehmen.

**Pflegevorsorgezulage**  
Bei einer privaten Pflegezusatzversicherung besteht ein Anspruch von 5 Euro Zulage, wenn: der Versicherte über 18 Jahren alt ist und der Beitrag der Versicherung mindestens 10 Euro monatlich beträgt.

### Leistungsverbesserung für Menschen mit Demenz

Wenn Sie bisher die Betreuungsleistungen nach § 45 erhalten haben und in der Pflegestufe I oder II eingestuft sind, steht Ihnen ein höheres Pflegegeld/ Sachleistung zu. Betroffene, die bisher die Betreuungsleistungen aber keine Pflegestufe hatten, haben ab Januar 2013 Anspruch auf Pflegegeld und/oder Sachleistungen. Neben der Finanzierung der Grundpflege und hauswirtschaftlichen Versorgung kann zukünftig auch der Betreuungsbedarf im häuslichen Bereich über die Sachleistung (Pflegestufe I = 215 Euro, Pflegestufe II = 150 Euro) finanziert werden. (siehe Tabelle)

**Pflegevertrag mit Pflegediensten**  
Zukünftig haben Patienten von Pflegediensten die Wahlmöglichkeit nach Komplexleistungen (wie bisher) und/oder nach Zeitaufwand einer Leistung abzuschließen. Pflegeverträge können jederzeit ohne Einhalten von Fristen gekündigt werden.



Christiane Wabnitz

### Leistungen der Pflegeversicherung ab dem 1. Januar 2013

	für Personen <u>ohne</u> eingeschränkte Alltagskompetenz		für Personen <u>mit</u> eingeschränkter Alltagskompetenz (Demenz)	
	Sachleistung (z.B. Pflegedienst)	Geldleistung (Pflegegeld)	Sachleistung (z.B. Pflegedienst)	Geldleistung (z.B. Pflegegeld)
ohne Pflegestufe	-	-	+235,00 €	+120,00 €
Pflegestufe I	450,00 €	235,00 €	+215,00 € = 665,00 €	+70,00 € = 305,00 €
Pflegestufe II	1.100,00 €	440,00 €	+150,00 € = 1.250,00 €	+85,00 € = 525,00 €
Pflegestufe III	1.550,00 €	700,00 €	1.550,00 €	700,00 €

### IKARUS e.V. nominiert für den Bayerischen Gesundheitspreis

2012 wurde der Bayerische Gesundheitspreis von der Kassenzentralen Vereinigung Bayerns in folgenden drei Kategorien ausgeschrieben:

- Hilfe zur Selbsthilfe – Wie Ärzte und Psychotherapeuten ihre Patienten in die richtige Richtung leiten können.
- Hand in Hand – Wie Delegation und Substitution zwischen Arzt und medizinischem Personal funktionieren können.
- Auch als Angehöriger gut betreut – Wie Angehörige der Patienten von guter Betreuung profitieren.

In der Kategorie „Auch als Angehöriger gut betreut“ wurde IKARUS e.V. - **Initiativkreis ambulante Rehabilitation und soziale Dienste** für die Endrunde nominiert und zur Preisverleihung am 16. 11. 2012 eingeladen.



Das Team von Ikarus e.V. freut sich über die Anerkennung durch die Jury.

### Winterzeit – Erkältungszeit

Wenn es draußen kalt und nass ist, bleiben viele am liebsten zuhause. Dabei tut dem Körper und der Seele gerade im Winter ein wenig Licht und Bewegung sehr gut. Die Abwehrkräfte werden durch Spaziergänge in der frischen Luft, durch genügend Schlaf, eine ausgewogene Ernährung und genügend Flüssigkeit gestärkt.

Wenn einen dann doch ein Infekt erwischt, mit Schnupfen, Husten, Kopfschmerzen, Gliederschmerzen und vielleicht sogar Fieber, dann gibt es ein paar einfache Maßnahmen, die die Leidenszeit erleichtern:

- Abschwellende Nasentropfen lindern die behinderte Atmung und erleichtern das Schnäuzen – sie sollen allerdings nicht länger als eine Woche angewendet werden
- Gegen Kopf- Gliederschmerzen und Fieber hilft Paracetamol
- Reichlich Trinken ist wichtig, damit die Sekrete flüssig sind und abgehustet werden können, außerdem verbraucht der Körper bei Fieber auch mehr Flüssigkeit.
- Körperliche Schonung kann vor allem bei schwächeren und älteren Menschen nötig sein
- Pflanzliche Mittel wie Sinupret, Gelomyrtol und Cineol sind gute Schleimlöser und wirken gegen Entzündungen im Bereich der Atemwege.
- Inhalieren warmer Dämpfe mit Salz oder Kamille und Rotlichtbestrahlung erleichtert die Beschwerden.

Achtung: Infekte der Luftwege sind fast immer Virusinfekte, die in der Regel nicht mit Antibiotika behandelt werden. Bei hohem Fieber und bei längerem Anhalten der Symptomatik sollte der Hausarzt aufgesucht werden.

Dr. Christa Scholtissek

### Individuelle Bewegungsunterstützung pflegender Angehöriger ein Kursangebot für IKARUS-Patienten in Zusammenarbeit mit der Barmer GEK

**Kurstermine**  
Freitag 22. und Samstag 23. Februar 2013 sowie Freitag 15. und Samstag 16. März 2013  
Uhrzeit: freitags 14.00 bis 19.00 Uhr, samstags 10.00 – 16.00 Uhr  
**Referentin**  
Christine Bloching-Hedwig, Kinaesthetics-Trainerin  
**Ort: Theatersaal vom Münchenstift**  
Rümannstr. 60 80804 München  
**Anmeldung:** Tagespflege Rümannstraße  
Email: tpschwabing@familien-altenpflege.de  
Fax: 089 / 55 05 73 53

Die Kosten für die Unterlagen und das Kinaesthetics-Zertifikat betragen 25,- €  
In den Pausen können Sie sich Essen und Getränke in der Cafeteria des Münchenstifts kaufen.  
Bitte teilen Sie uns oder Ihrem Pflegedienst mit, ob Sie während der Kurszeiten eine Betreuung für Ihren zu Pflegenden brauchen.

### Was ist Kinaesthetics?

Das zentrale Thema von Kinaesthetics ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung bei alltäglichen Aktivitäten. Die Qualität unserer meist unbewussten Bewegungsmuster hat einen erheblichen Einfluss auf unsere Gesundheitsentwicklung und Lebensgestaltung. Kinaesthetics hilft Ihnen, sensibler für Ihre eigene Bewegung zu werden. Die bewusste Sensibilisierung der Bewegungswahrnehmung sowie die Entwicklung der Bewegungskompetenz leistet bei jedem Menschen jeden Alters einen nachhaltigen Beitrag zur Gesundheits-, Entwicklungs- und Lernförderung. Wenn Sie Angehörige pflegen, bewältigen Sie in Ihrem Alltag große Herausforderungen. Zusätzlich zu Ihrem Alltag helfen Sie dem pflegebedürftigen Menschen bei der Verrichtung seiner alltäglichen Aktivitäten z. B. aufstehen, waschen, sich anziehen oder essen und haben die Aufgabe, für seine Lebensqualität zu sorgen. Diese Doppelrolle kann leicht zu einer Überforderung werden. Im Programm Kinaesthetics für Pflegenden Angehörige lernen die TeilnehmerInnen, ihre eigene Bewegungskompetenz zu entwickeln und diese zu nutzen, um Ihre Angehörigen in Ihren täglichen Aktivitäten zu unterstützen. Kinaesthetics leistet einen lebenspraktischen und für alle Beteiligten hilfreichen Beitrag zur Erhaltung höchstmöglicher Lebensqualität.

### Inhalte im Grundkurs Kinaesthetics für Pflegenden Angehörige

- \* Sensibel werden für die eigene Bewegung
- \* Der Umgang mit Gewicht
- \* Bewegungsmuster verstehen
- \* Unterstützen als Lernangebot
- \* Der Lernprozess in der Familie
- \* Der Umgang mit Hilfsmitteln

Weitere Informationen zum Kurs erhalten Sie im Büro von IKARUS: Neuherbergstraße 100, München, Email: info@ikarus-muenchen.de Tel.: 0176 / 71907111, Fax: 089 / 31869451

### Fotorätsel-Auflösung

In der letzten Ausgabe suchten wir das Naturschutzgebiet „Panzerwiese“. Der Gewinner des 20Euro-Gutscheins wurde von der Redaktion benachrichtigt.



Liebe Leserin, lieber Leser, wir werden bei der Verteilung dieser Zeitschrift von allen Apotheken des Münchner Nordens unterstützt. Besondere Unterstützung durch eine Förder-Mitgliedschaft erfahren wird durch folgende Apotheken:

- Apostel-Apotheke, Ingolstädterst. 109
- Baum-Apotheke, Neuherbergstr. 100
- Delphin-Apotheke, Illungshofstr. 21, Ecke Knorrstr.
- fit & gesund-Apotheke, Schleißheimerstr. 354, Ecke Milbertshofenerstr.
- Riesefeld-Apotheke, Riesefeldstr. 74
- St. Mauritius-Apotheke, Rümannstr. 5
- Walpurgis-Apotheke, Keferloherstr. 103, Ecke Knorrstr.

Möchten Sie als Privatperson oder Apotheker auch ein regelmäßiges Fördermitglied werden? Schreiben Sie uns bitte an unsere Postadresse: IKARUS e. V., Postfach 45 02 12, 80902 München oder senden Sie uns ein Mail an trieb@ikarus-muenchen.de.

### In IKARUS e. V. vertretene Organisationen:

- Altenhilfe- und Krankenpflegeverein Allerheiligen durch Brigitta Horstmann und Gertrud Heimüller
- Pflegedienst Bethke durch Hedy Bethke
- Pflegedienst Isar-Med durch Klaus Baumgärtner
- Pflegedienst MediSun durch Tatyana Lemnitz
- Pflegedienst Noell durch Markus Noell
- Pflegedienst Puscas durch Elke Puscas
- Pflegedienst Weiße Tauben durch Petra Westermayr
- Diakonie Milbertshofen durch Beate Ilg, Christian Müller und Gerd Meisl
- Diakonieverein der Erlöserkirche durch Christina Herger
- Diakonie Nord-Hasenberg durch Siglinde Burrack und Karl-Heinz Winkler
- Caritas durch Ehrenmitglied Sr. Gratia Kiefersbeck
- Alten- und Seniorenzentrum Altstadt durch Eilfriede Oepen
- Gerontopsychiatrischer Dienst München-Nord durch Christine Schwenzer
- Tagespflege Rümannstraße durch Christiane Ammer-Wabnitz
- Physiotherapeut(inn)en durch Ursula Schöder und Christine Holler
- Ergotherapeut(inn)en durch Adriane Pokorny
- Logopäd(inn)en durch Kerstin Rusch
- Hausarztpraxen durch Dr. Christa Scholtissek und Dr. Frauke Otto,
- Dr. Christoph Männel und Dr. Andreas Trieb

### IMPRESSUM

Herausgeber: IKARUS e.V., Postfach 45 02 12, 80902 München, Redaktion: Christiane Wabnitz, Beate Ilg, Eilfriede Oepen, Dr. Christa Scholtissek, Christian Müller, Dr. Andreas Trieb, v. i. S. d. P.: Dr. Andreas Trieb  
Hinweise: Alle Informationen werden nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr für die Richtigkeit gegeben. Die in diesem Heft veröffentlichten Texte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt.  
Nachdruck und andere Arten der Vervielfältigung nur nach schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.

### IKARUS e.V.

IKARUS e.V. ist ein freiwilliger Zusammenschluss von Vertreterinnen und Vertretern verschiedener Berufsgruppen und Institutionen in München-Nord und Schwabing, die an der Betreuung, Behandlung und Versorgung von alten Menschen in ihrer häuslichen Umgebung beteiligt sind.

Die Initiative besteht seit 1998, seit Januar 2001 sind wir als gemeinnütziger Verein anerkannt. Ziel ist die interdisziplinäre, koordinierte Zusammenarbeit bei der häuslichen Betreuung und mobilen Rehabilitation von alten Patienten Christiane Wabnitz

### Besuch von Gesundheitsminister Daniel Bahr

Im Rahmen seiner Kampagne „Pflege: Darum kümmern wir uns“ besuchte Bundesgesundheitsminister Daniel Bahr am 11.10.12 auch unseren Verein IKARUS e.V.



Ziel ist es für IKARUS e.V., Klienten in ihrer häuslicher Umgebung bestmöglich zu therapieren, um eine Kurzzeit- oder gar Langzeitpflege in einem Heim zu verhindern. (weiter auf Seite 2)

### Inhalt / Themen

Bayrischer Gesundheitspreis	1-2	IKARUS e.V. nominiert...	4
Pflege-Neuorientierungsgesetz	3	Bewegungsunterstützung	5
Fördermitgliedschaft, Vertretene Organisationen, Impressum			6