

## Checkliste

### WAS TUN NACH DER DEMENZ-DIAGNOSE?

Wenn eine Demenz diagnostiziert wird, stellen sich für Betroffene und Angehörige eine Vielzahl von Fragen. *Wir, die Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus e.V. Hilfe zur Selbsthilfe Demenz, stehen Ihnen sehr gerne als erste Ansprechpartnerin zur Verfügung.* Zur Orientierung in der Versorgungslandschaft des Rheingau-Taunus-Kreises hier eine Checkliste:

#### Beratung in Anspruch nehmen

*Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus e.V. Hilfe zur Selbsthilfe Demenz*

Fachstelle Demenz, Psycho-Soziale Beratung, Hilfestrukturen

Kontakt 06123/7050119, info@alzheimer-rheingau-taunus.de

www.alzheimer-rheingau-taunus.de

*Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus*

Alle Fragen rund um die Themen Pflegeversicherung: Antragstellung, Leistungen der Pflegeversicherung und deren Inanspruchnahme und Angebote in der Region

Kontakt 06124/510525 und 510527, pflegestuetzpunkt@rheingau-taunus.de

*COMPASS Pflegeberatung für Privatversicherte*

Kontakt 0800/1018800

www.compass-pflegeberatung.de

*Sozialmedizinischer Dienst, Sozialpsychiatrischer Dienst Rheingau-Taunus*

Kontakt 06124/510383

#### Behandlungsmöglichkeiten mit der Ärztin oder dem Arzt besprechen

*Medikamente:* Antidementiva (verzögern den Verlauf), ggf. Antidepressiva, angstlösende Medikamente; Medikamentenplan insgesamt überprüfen (Multimorbidität)

*Nicht-Medikamentöse Therapien:* Ergotherapie, Krankengymnastik, Logopädie und viele andere mehr (abhängig von der Demenzform, Stadium)

*Verlaufsuntersuchungen und regelmäßige Untersuchungen:* Gerade zu Beginn der Erkrankung nach 6 bis 12 Monaten Kontrolluntersuchungen, Anpassung der Medikation, Behandlung

*Zähne:* Regelmäßige Kontrollen (Zahnfleisch, Schmerzvermeidung, Lebensqualität; gutes Kauen stimuliert das Gehirn)

*Gehör:* Überprüfen, Hörgerät (Schlecht hören ist für Menschen mit Demenz sehr anstrengend; kann Demenz verschlechtern, stimulieren).

*Generell gilt:* Erkrankte am Alltag teilhaben lassen; Bewegung, soziale Kontakte und gesunde Ernährung können den Verlauf verzögern.

#### Als Angehörige, Angehöriger für die eigene Gesundheit sorgen

Sich Hilfe holen!

Regelmäßig für Auszeiten sorgen!

Regelmäßige Gesundheitschecks!

In Bewegung bleiben, geistig wie körperlich! (Wandern, Vereinssport, Schwimmen, Reisen...)

Soziale Kontakte pflegen und über die Sorgen sprechen! (Gesprächskreise)

Entspannungsformen lernen (Volkshochschule, Vereine; Förderung durch die Krankenkasse)

Reha-Angebote nutzen: Krankenkasse, Versicherungsträger

## Rechtliche Fragen regeln

### *Vorsorgevollmacht/Patientenverfügung/ Gesetzliche Betreuung*

Betreuungsbehörde des Rheingau-Taunus-Kreises

Kontakt 06124/510709 und 510710, [betreuungsstelle@rheingau-taunus.de](mailto:betreuungsstelle@rheingau-taunus.de)

Siehe auch: Rechtsanwälte oder Notare der Region, Hausärzte, Fahrschule, Hospizverein

*Haftpflicht- und Unfallversicherung:* Überprüfen, Rechtsberatung (Versicherungsunternehmen, Verbraucherzentrale)

### *Überprüfung der Fahreignung*

Straßenverkehrsbehörde Rheingau-Taunus-Kreis (Führerscheinstelle)

Kontakt 06124/510408 und 510392

Siehe auch: Fahrschule, Automobilclub, Polizei, TÜV

## Finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten nutzen

*Leistungen der Pflegekasse:* Pflegegrad beantragen. Pflegekasse (Krankenkasse)

„Hilfe zur Pflege“: Bei Bedürftigkeit Antrag beim Sozialamt Leistungen beantragen.

Sozialamt Rheingau-Taunus, Fachdienst Soziales

Kontakt 06124/510532 oder 06124/510678

*Hilfsmittel* (Pflegebett, Rollator, Badewannenlifter, Inkontinenzmaterialien): Pflege- oder Krankenkasse, Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus, Sanitätshäuser

*Wohnungsanpassung:* Demenzsensibler Wohnraum, Barrieren abbauen

Netzwerk Wohnen Rheingau-Taunus

Kontakt 06722/701157 oder 06128/241322

[www.netzwerk-wohnen-rheingautaunus.de](http://www.netzwerk-wohnen-rheingautaunus.de)

siehe auch: Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus und Pflegekasse (Krankenkasse)

*Feststellung einer Schwerbehinderung, Schwerbehindertenausweis*

Hessisches Amt für Versorgung und Soziales Wiesbaden

Kontakt 0611/7157-0, [poststelle@havs-wie-hessen.de](mailto:poststelle@havs-wie-hessen.de)

*Befreiung von Zuzahlung zu Medikamenten und anderen Leistungen:*

Krankenkasse

## Entlastungsangebote. Lassen Sie sich helfen!

*Psychosoziale Beratung und Begleitung*

*Gesprächskreise für Angehörige von Menschen mit Demenz*

*Informationsveranstaltungen und Schulungen*

*Orientierung in der Versorgungslandschaft* ([www.netzwerk-demenz-rtk.de](http://www.netzwerk-demenz-rtk.de))

Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus e.V. Hilfe zur Selbsthilfe Demenz

Kontakt 06123/7050119, [info@alzheimer-rheingau-taunus.de](mailto:info@alzheimer-rheingau-taunus.de)

*Kurzfristige oder längerfristige Auszeit wegen einer Pflegesituation*

Vereinbarkeit von Beruf und Pflege, [www.bmas.de](http://www.bmas.de) (Bundesministerium für Arbeit und Soziales)

[www.wege-zur-pflege.de](http://www.wege-zur-pflege.de)

Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus, Kontakt 06124/510525 und 510527,

[pflegestuetzpunkt@rheingau-taunus.de](mailto:pflegestuetzpunkt@rheingau-taunus.de)

*Stundenweise häusliche Betreuung, Entlastung im Alltag, Haushalt, Häusliche Pflege*

Anerkannte ambulante Pflegedienste, ehrenamtliche Helferinnen und Helfer

Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus

Kontakt 06124/510525 und 510527, [pflegestuetzpunkt@rheingau-taunus.de](mailto:pflegestuetzpunkt@rheingau-taunus.de)

[www.pflege-navigator.de](http://www.pflege-navigator.de)

*Verhinderungspflege (Zeitweise Vertretung der Hauptpflegeperson)*

Antrag bei der Pflegeversicherung (Krankenkasse)  
Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus, Kontakt 06124/510525 und 510527,  
pflgestuetzpunkt@rheingau-taunus.de

*Tagespflege (Teilstationäre, tageweise professionelle Pflege)*

*Tagespflege Oestrich-Winkel*

Kontakt 06723/6036040, [www.oestrich-winkel.de](http://www.oestrich-winkel.de)  
DRK Seniorenzentrum und Tagespflege. "Im Nassauviertel", Idstein  
Kontakt 0151/25188741 oder 0611/4687400; [www.drk-sozialdienste-rmt.de](http://www.drk-sozialdienste-rmt.de)  
*Seniorenzentrum Taunusstein*

Kontakt 06128/248-0, [www.seniorenzentrum-taunusstein.de](http://www.seniorenzentrum-taunusstein.de)

*Pflegezeit Tagespflege Taunusstein*

Eröffnung ab 09/2021

Kontakt über Hauptsitz in Wiesbaden 0611/26756622, [sabine.brueck@pflegezeit.com](mailto:sabine.brueck@pflegezeit.com)

*EVIM Tageszentrum für Menschen mit Demenz Wiesbaden*

Kontakt 0611/6098894, <https://www.evim.de/betreuungsangebote/evim-altenhilfe/tageszentrum-fuer-menschen-mit-demenz-wiesbaden/>

*Kurzzeitpflege (zeitlich begrenzter Aufenthalt im Pflegeheim)*

Antrag bei der Pflegeversicherung (Krankenkasse)  
Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus, Kontakt 06124/510525 und 510527,  
pflgestuetzpunkt@rheingau-taunus.de

*Stationäre Pflege*

In Kürze erscheint ein neuer Wegweiser des Rheingau-Taunus-Kreises;  
[www.pflegenavigator.de](http://www.pflegenavigator.de)

*Betreuungsgruppen*

HUFAD Rheingau, Kontakt 0151/41818168, [www.oestrich-winkel.de/Leben-in-oestrich-winkel/senioren/demenzbetreuung](http://www.oestrich-winkel.de/Leben-in-oestrich-winkel/senioren/demenzbetreuung)

Leitstelle Älterwerden Taunusstein, Kontakt 06128/241-0  
[www.taunusstein.de](http://www.taunusstein.de)

*Ausländische Haushalts- und Betreuungskräfte in Privathaushalten*

Verbraucherzentrale Hessen e.V.

Kontakt 069/972010900, <https://www.verbraucherzentrale-hessen.de/wissen/gesundheitspflege/pflege-zu-hause/auslaendische-betreuungskraefte-wie-geht-das-legal-10601>;

Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus, Kontakt 06124/510525 und 510527;  
pflgestuetzpunkt@rheingau-taunus.de

*Betreute Urlaubsangebote*

[www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de) („Unterstützung“)

*Reha-Maßnahmen*

Krankenkasse oder Rentenversicherungsträger

*Orientierung in der Versorgungslandschaft*

Netzwerk Demenz Rheingau-Taunus: Ein Zusammenschluss von Akteuren, die sich für mehr Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen einsetzen. Internetauftritt geht 2021 online, [www.netzwerk-demenz-rtk.de](http://www.netzwerk-demenz-rtk.de).

Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus e.V., Kontakt 06123/7050119

*Der Vorstand der Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus e.V. Hilfe zur Selbsthilfe Demenz*

*Eltville am Rhein, 10. August 2021*