

## **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 *unsere Checkliste*.

### **Das Wichtigste! Beratung in Anspruch nehmen**

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

Fachstelle Demenz, Psycho-Soziale Beratung, Hilfsstrukturen

Kontakt 0170/7031860, [info@alzheimer-rheingau-taunus.de](mailto:info@alzheimer-rheingau-taunus.de)

[www.alzheimer-rheingau-taunus.de](http://www.alzheimer-rheingau-taunus.de)

*Pflegestützpunkt Rheingau-Taunus im Kompetenzzentrum Pflege 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](mailto:pflegestuetzpunkt@rheingau-taunus.de)

*COMPASS Pflegeberatung für Privatversicherte*

Kontakt 0800/1018800

[www.compass-pflegeberatung.de](http://www.compass-pflegeberatung.de)

*Sozialmedizinischer Dienst, Sozialpsychiatrischer Dienst Rheingau-Taunus*

Kontakt 06124/510383

*Psychotherapeuten/Ärzte finden, Kassenärztliche Vereinigung Hessen*

[www.kvhessen.de/aerzte-psychotherapeuten-finden/](http://www.kvhessen.de/aerzte-psychotherapeuten-finden/)

*Telefonseelsorge im Notfall, auch online*

0800.1110111/ 0800.1110222, [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)

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

*Medikamente:* Antidementiva (verzögern den Verlauf), ggf. Antidepressiva, angstlösende Medikamente; Medikamentenplan 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, psychosoziale Beratung).  
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, SGB XI Soziale Pflegeversicherung*

Pflegegrad beantragen. Pflegekasse (Krankenkasse)

### *„Hilfe zur Pflege“, Sozialhilfeleistung nach SGB XII*

Finanzielle Hilfen für zuhause und in stationären Pflegeeinrichtungen

Kontakt 06124/510532, - 510678, - 510299, - 5109519 (Kompetenzzentrum Pflege)

### *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

### *Eingliederungshilfe nach SGB IX (Selbstbestimmung und Teilhabe in der Gesellschaft für Menschen mit Behinderung)*

EUTB (kostenlose, ergänzende, unabhängige Teilhabeberatung) Beratungsstellen vor Ort

Kontakt 0800/4540106 (kostenfrei)

## **Entlastungsangebote. Lassen Sie sich helfen!**

*Psychosoziale Beratung, persönliche Gespräche*

*Gesprächskreise für Angehörige von Menschen mit Demenz*

*Informationsveranstaltungen und Schulungen*

*Kurzfristige oder längerfristige Auszeit in 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)

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

Ambulante Pflegedienste, anerkannte Betreuungs- und Hauswirtschaftsdienste,

Nachbarschaftshilfevereine, Hospizvereine

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)

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

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

*Verhinderungspflege (zeitweise Vertretung der Hauptpflegeperson)*

Antrag bei der Pflegeversicherung (Krankenkasse)

*Tagespflege (teilstationäre, tageweise professionelle Pflege)*

*Tagespflege Eltville*

Kontakt 06123/79956490, [www.nachbarschaftshilfe-oberer-rheingau.de](http://www.nachbarschaftshilfe-oberer-rheingau.de)

*Tagespflege am Wingertsberg, Kiedrich*

Kontakt 06123/7993997, [www.tagespflege-bauer.de](http://www.tagespflege-bauer.de)

*Tagespflege Oestrich-Winkel*

Kontakt 06723/6036040, [www.oestrich-winkel.de](http://www.oestrich-winkel.de)

*DRK-Seniorenzentrum und Tagespflege "Im Nassauviertel", Idstein*

Kontakt 06126/22460; [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*

Kontakt 06128/8604673, [www.rat-und-tat-pflegezeit.de/tagespflege-taunusstein/](http://www.rat-und-tat-pflegezeit.de/tagespflege-taunusstein/)

*ASB-Tagespflege Niedernhausen*

Kontakt 06127/909055, <https://www.asb-westhessen.de/tagespflege-niedernhausen>

*EVIM-Tageszentrum für Menschen mit Demenz Wiesbaden*

Kontakt 0611/6098894, [https://www.evim.de/betreuungsangebote/evim-](https://www.evim.de/betreuungsangebote/evim-altenhilfe/tageszentrum-fuer-menschen-mit-demenz-wiesbaden/)

[altenhilfe/tageszentrum-fuer-menschen-mit-demenz-wiesbaden/](https://www.evim.de/betreuungsangebote/evim-altenhilfe/tageszentrum-fuer-menschen-mit-demenz-wiesbaden/)

*Kurzzeitpflege (zeitlich begrenzter Aufenthalt im Pflegeheim)*

Antrag bei der Pflegeversicherung (Krankenkasse)

*Stationäre Pflege*

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

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

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

### *Betreute Urlaubsangebote*

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

### *Reha-Maßnahmen*

Krankenkasse oder Rentenversicherungsträger

### *Newsletter der Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus, Netzwerktreffen, Fachtag Demenz*

Neben Beratung, Gesprächskreisen, Information und Öffentlichkeitsarbeit hat sich die Alzheimer Gesellschaft Rheingau-Taunus e.V. auch Netzwerkarbeit (Netzwerk Demenz Rheingau-Taunus) zur Aufgabe gemacht. Ziele sind ein konstruktiver Erfahrungsaustausch, ein niederschwelliger Wissenstransfer, die Verbesserung der Orientierung in der Versorgungslandschaft, die Weiterentwicklung von Angeboten und eine gute Beziehung der Akteure untereinander. Alle Interessierten sind eingeladen dabei zu sein. Auf der Seite des Vereins kann ein Newsletter abonniert werden. Es wird regelmäßig zu Netzwerktreffen eingeladen. Einmal im Jahr findet ein Fachtag Demenz statt. Kontakt 06124/7254027, [info@alzheimer-rheingau-taunus.de](mailto:info@alzheimer-rheingau-taunus.de), [www.alzheimer-rheingau-taunus.de](http://www.alzheimer-rheingau-taunus.de)

© 26. Juli 2024

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

Martha-von Opel-Weg 31 (Kompetenzzentrum Pflege Rheingau-Taunus)

65307 Bad Schwalbach

Fon 06124/7254027

Mobil 0170/7031860

[www.alzheimer-rheingau-taunus.de](http://www.alzheimer-rheingau-taunus.de)