

Norbert Kamps

# Das richtige Hilfsmittel für mich

Mehr Lebensqualität im Krankheits- und Pflegefall

*2., aktualisierte Auflage*



- VERSTÄNDLICH
- ANWENDUNGSORIENTIERT
- MIT PRAXIS-TIPPS

### **Mehr Lebensqualität mit richtigen Hilfsmitteln**

Bei körperlichen Einschränkungen sind selbst einfache alltägliche Handlungen besonders schwierig oder gar unmöglich. Moderne Hilfsmittel können in diesen Fällen weiterhelfen – für mehr Selbstständigkeit und leichtere Alltagsbewältigung.

Der Ratgeber informiert ausführlich über die einzelnen Schritte hin zum richtigen Hilfsmittel, zeigt Finanzierungsmöglichkeiten auf und beantwortet alle wichtigen Fragen rund um die Hilfsmittelversorgung:

- Wie wird ein Hilfsmittelbedarf ermittelt?
- Was ist ein Hilfsmittel, was ein Pflegehilfsmittel?
- Worauf ist bei der rechtssicheren Antragstellung zu achten?
- Was zahlt die private Krankenversicherung, was die gesetzliche Kasse?
- Wann darf ich das Hilfsmittel über den Erstattungsweg selbst anschaffen?
- Wo gibt es Festbeträge und wann muss dazugezahlt werden?

*Norbert Kamps* ist freier Sachverständiger (Gutachter), Dozent, Fachautor und beratender Ingenieur für Hilfsmittelversorgung und Medizintechnik. Er ist mit dem Ingenieurbüro Hilfsmittellexperte selbstständig und kooperiert mit der GUTbeACHTEN GmbH.

Norbert Kamps

# Das richtige Hilfsmittel für mich

Mehr Lebensqualität im Krankheits- und Pflegefall

*2., aktualisierte Auflage*  
WALHALLA Rechtshilfen

Dieses E-Book enthält den Inhalt der gleichnamigen Druckausgabe, sodass folgender Zitiervorschlag verwendet werden kann:

**Norbert Kamps**, Das richtige Hilfsmittel für mich  
Walhalla Fachverlag, Regensburg 2021

**Hinweis:** Unsere Werke sind stets bemüht, Sie nach bestem Wissen zu informieren. Alle Angaben in diesem Werk sind sorgfältig zusammengetragen und geprüft. Durch Neuerungen in der Gesetzgebung, Rechtsprechung sowie durch den Zeitablauf ergeben sich zwangsläufig Änderungen. Bitte haben Sie deshalb Verständnis dafür, dass wir für die Vollständigkeit und Richtigkeit des Inhalts keine Haftung übernehmen.  
Bearbeitungsstand: März 2021

#### **WALHALLA Digital:**

Mit den WALHALLA E-Books bleiben Sie stets auf aktuellem Stand! Auf [www.WALHALLA.de](http://www.WALHALLA.de) finden Sie unser komplettes E-Book- und App-Angebot. Klicken Sie doch mal rein!

Wir weisen darauf hin, dass Sie die gekauften E-Books nur für Ihren persönlichen Gebrauch nutzen dürfen. Eine entgeltliche oder unentgeltliche Weitergabe oder Leihe an Dritte ist nicht erlaubt. Auch das Einspeisen des E-Books in ein Netzwerk (z. B. Behörden-, Bibliotheks-server, Unternehmens-Intranet) ist nur erlaubt, wenn eine gesonderte Lizenzvereinbarung vorliegt.

Sollten Sie an einer Campus- oder Mehrplatzlizenz interessiert sein, wenden Sie sich bitte an den WALHALLA-E-Book-Service unter 0941 5684-0 oder [walhalla@walhalla.de](mailto:walhalla@walhalla.de). Weitere Informationen finden Sie unter [www.walhalla.de/b2b](http://www.walhalla.de/b2b).

- © Walhalla u. Praetoria Verlag GmbH & Co. KG, Regensburg  
Dieses E-Book ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt.  
Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Bestellnummer: 7589600

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur 2. Auflage .....	7
Moderne Schmuckstücke – mehr als funktionell und ästhetisch .....	10
Abkürzungsverzeichnis .....	12
<b>1. Hilfsmittelversorgung – Schritt für Schritt zum Ziel</b>	<b>13</b>
Was sind Hilfsmittel und wann werden sie benötigt? .....	14
Schritt 1: Ermitteln des Hilfebedarfs .....	17
Schritt 2: Zielformulierung – Was will ich erreichen? .....	24
Schritt 3: Sich einen Überblick verschaffen .....	26
Schritt 4: Konkrete Auswahl von Hilfsmitteln.....	33
Schritt 5: Die Hilfsmittelabgabe .....	37
Schritt 6: Finanzierung von Hilfsmitteln.....	39
<b>2. Hilfsmittel in der Privaten Krankenversicherung (PKV) .....</b>	<b>41</b>
Eigenanteile sind häufig erforderlich .....	42
Hilfsmittelkataloge – Informieren Sie sich vor Vertragsabschluss.....	43
Besonderheit Brillen und Kontaktlinsen.....	45
Wie erhalten Sie die Leistungen der PKV? .....	45
<b>3. Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel bei gesetzlich Versicherten.....</b>	<b>47</b>
Es gilt immer der Einzelfall .....	48
Grundsätzlicher Leistungsanspruch – Die Rahmenbedingungen .....	49
Das Wirtschaftlichkeitsgebot .....	66
Die Hilfsmittelverordnung .....	77

<b>4.</b>	<b>Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel der Gesetzlichen Krankenversicherung und sozialen Pflegeversicherung beantragen.....</b>	<b>87</b>
	Der Antrag auf Hilfsmittelversorgung .....	88
	Prüfung des Versorgungsantrags durch die Krankenkasse.....	95
	Fristen bei der Hilfsmittelprüfung .....	119
	Ist eine Fristverlängerung möglich? .....	123
	Selbstbeschaffung bei Nichteinhaltung der Fristen.....	128
<b>5.</b>	<b>Spezielle Fragestellungen der Hilfsmittel- und Pflegehilfsmittelversorgung.....</b>	<b>139</b>
	Hilfsmittelverzeichnis.....	140
	Pflegehilfsmittelverzeichnis .....	141
	Zusatzleistungen zur Hilfsmittelversorgung.....	141
	Besonderheit: Hilfsmittel zum Verbrauch.....	151
	Besonderheit: Zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel .	152
	Mittel von geringem oder umstrittenem therapeutischen Nutzen oder Abgabepreis .....	153
	Besonderheit Sehhilfen .....	154
	Leihweise Abgabe und Wiedereinsatz von Hilfsmitteln .....	155
	Zuzahlungen und Eigenanteile zur Hilfsmittelversorgung ...	159
	Festbeträge .....	171
	Besonderheit Schule, Ausbildung und Berufsausübung .....	173
	Weitere hilfsmittelähnliche Produkte.....	175
	Stichwortverzeichnis.....	179

## Vorwort zur 2. Auflage

Möglichst lange selbstständig in der eigenen Häuslichkeit leben trotz Behinderung, Pflegebedürftigkeit, Krankheit oder Alter – wer möchte das nicht? Doch um dieses Ziel zu erreichen, bedarf es oftmals gezielter Hilfe und Unterstützung, etwa durch ein familiäres Netzwerk, Freunde oder Nachbarn. Was aber tun, wenn dieses Netzwerk sich verändert, etwa der Lebenspartner stirbt oder die Kinder in der Ferne wohnen? Auch können sich Krankheiten und Behinderungen immer stärker im Alltag auswirken und die Unabhängigkeit oder gar die Gesundheit bedrohen.

Gesundheit und Unabhängigkeit sind hohe Güter, aber keine Waren, die im Supermarkt „Gesundheitswesen“ mit Garantie und Umtauschrecht erworben werden können. Diese Güter müssen erarbeitet werden und wie so oft bedarf es dazu der richtigen Werkzeuge – d. h. der richtigen Hilfsmittel.

Hilfsmittel sind materielle Mittel und technische Produkte, die es den Betroffenen ermöglichen, die alltäglichen, immer wieder anfallenden Aufgaben des Lebens zu meistern. Sie helfen beispielsweise dabei, die Nahrung zu sich zu nehmen, sich fortzubewegen, sich zu waschen oder auch bei so intimen Tätigkeiten wie dem Toilettengang. Sie ermöglichen das Lesen und Fernsehen oder unterstützen bei der Medikamenteneinnahme. Hilfsmittel geben aber auch Sicherheit und erlauben so ein selbstbestimmtes und selbstständiges Leben. Jedoch steht gerade die fundierte Versorgung mit Hilfsmitteln oftmals auf schwachen Füßen, da es an entsprechendem Wissen über die Produkte und das Leistungsrecht mangelt. So werden Versorgungsanträge unzureichend begründet oder berechtigte Ansprüche gar nicht erst eingefordert und die Leidtragenden sind die Betroffenen und ihre Familien. Eine rechtzeitige, passende, qualitativ hochwertige und ausreichende Hilfsmittelversorgung hat damit für die darauf angewiesenen Menschen einen ausgeprägten Stellenwert.

Ein altes deutsches Sprichwort lautet: „Wenn Du Hilfe brauchst, schaue auf das Ende Deines eigenen Armes!“ In diesem Sinne möchte dieses Buch Sie dabei unterstützen, die richtigen Hilfsmittel für Ihre

individuelle Situation zu finden und diese erfolgreich zu beschaffen. Es gibt Ihnen praktische Hinweise zur Finanzierung und erleichtert die Kommunikation mit den Kostenträgern. Es ist wichtig, sich gegenüber den Kranken- oder Pflegekassen zu positionieren. Dazu müssen Sie Ihre Rechte kennen und wissen, wie das System „Gesundheitswesen“ funktioniert. Egal, ob als mündiger Bürger, der selbst von Behinderung betroffen ist oder als unterstützender, Verantwortung übernehmender Angehöriger, ist diese Gratwanderung zwischen angemessenen, berechtigten oder unangemessenen und unberechtigten Forderungen für Sie keine einfache Aufgabe, bei der rechtliche, fachliche und manchmal auch rein praktische Fragestellungen zu beantworten sind.

Da jeder Fall individuell ist und eine große Zahl an Hilfsmitteln zur Verfügung steht, können wir Ihnen hier keine einfachen Lösungen in Form eines Kochrezepts anbieten. Wir können Ihnen aber anhand von typischen, praxisorientierten Beispielen das Rüstzeug an die Hand geben, das Ihnen dazu verhilft, die richtigen Hilfsmittel für Ihren ganz individuellen Fall zu erhalten und damit länger selbstständig in der eigenen Häuslichkeit zu leben. Lassen Sie sich nicht „behindern“, sondern gewinnen Sie Selbstständigkeit, Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft und Lebensqualität durch eine gute Hilfsmittelversorgung.

Dieser Walhalla-Fachratgeber hat das Ziel, Sie umfassend und verständlich über die Möglichkeiten und Rahmenbedingungen einer Hilfsmittelversorgung zu informieren; er gibt Hinweise sowie Tipps zur Auswahl von technischen Hilfen und zum Leistungsrecht der Kranken- und Pflegekassen und erläutert, wie Hilfsmittel erfolgreich beantragt werden können.

**Wichtig:** Die Hilfsmittelversorgung ist ein komplexes Thema und zum Teil auch rechtlich stark reglementiert. Wir haben daher dieses Buch in thematisch getrennte Abschnitte unterteilt. Diese können nacheinander, oder aber auch gezielt, jeder Abschnitt für sich, gelesen werden. Der erste Abschnitt erklärt allgemein, wie ein Hilfsmittelbedarf zu ermitteln ist und gibt Hilfestellungen zur Auswahl. Im zweiten Abschnitt finden Versicherte der privaten Krankenversicherung Hinweise zur Finanzierung von Hilfsmitteln. Der dritte Abschnitt richtet sich dagegen an Versicherte der

gesetzlichen Krankenkassen und liefert die rechtlichen Hintergründe und Informationen zur Hilfsmittel- und Pflegehilfsmittelversorgung. Diese Informationen werden benötigt, um das in Abschnitt vier beschriebene Verfahren der Hilfsmittelbeantragung erfolgreich absolvieren zu können. Abschnitt fünf liefert weitergehende Informationen zu speziellen Fragestellungen.

Mit der zweiten Auflage des Ratgebers wurden die rechtlichen Grundlagen auf den Stand Januar 2021 aktualisiert. Dies war erforderlich, weil zum einen der Gesetzgeber zahlreiche kleinere und größere Anpassungen des Leistungsrechts vorgenommen hat und zum anderen, weil Klarstellungen und Präzisierungen durch die Rechtsprechung erfolgten. Hieraus wird abermals die große Dynamik der Hilfsmittelversorgung deutlich. Berücksichtigt wurden zudem auch zahlreiche Fragen und Praxisbeispiele, die dem Autor in von ihm durchgeführten Seminaren und Workshops zum Thema vorgebracht wurden. In diesem Sinne möchte ich allen Lesern und Leserinnen danken, die erst durch Ihre Fragen die Erstellung dieses Ratgebers ermöglicht haben und so Wissen aus der Praxis für die Praxis generieren. Danke!

*Norbert Kamps*

## **Moderne Schmuckstücke – mehr als funktionell und ästhetisch**

Die Bedeutung von Hilfsmitteln ist an das Image von Krankheit und Behinderung gebunden und unterliegt somit einem ständigen Wandel. In den vergangenen zehn bis fünfzehn Jahren ist Behinderung salonfähig geworden, und damit wurden auch Hilfsmittel sichtbar.

Der Ausdruck „die Ästhetik liegt in der Funktion“ hat etwas an Gültigkeit verloren. Mit einer Behinderung oder einer chronischen Erkrankung ist die eigene Identität stark an Hilfsmittel gebunden. Ähnlich wie das Zeigen materieller Güter unterschiedliche Werte transportiert, löst das Hilfsmittel bei Behinderung eine gewisse Einschätzung aus. Wir wissen, dass Reichtum, Wohlstand, Sportlichkeit und Eleganz durch Symbole wie eine teure Uhr oder Brille, einen Sportwagen oder ein Schmuckstück dargestellt werden können. Doch was symbolisieren Hilfsmittel?

Das Nachdenken über den symbolischen Wert von Hilfsmitteln ist deswegen so bedeutsam, weil mit dem Übermitteln eines Wertes die Akzeptanz oder Ablehnung verbunden ist. Signalisiert ein Hilfsmittel lediglich Hilfsbedürftigkeit, Abhängigkeit und Mitleid, ist zu erwarten, dass die Compliance sinkt. Besonders im Jugendalter spielt diese Wertvermittlung eine enorme Rolle! Ein Mieder für eine junge Skoliose-Patientin darf wie ein Schmuckstück betrachtet und behandelt werden, um eine häufige Verwendung zu garantieren.

Eine Identität kann stets von zwei Gruppen von Gefühlen begleitet werden: cool oder uncool, modern oder altmodisch, sexy oder asexuell, wertvoll oder wertlos. Die eigene Identität bestimmt, was man sich zutraut und wovor man sich fürchtet.

Die Integration in eine Gesellschaft hängt somit direkt mit dem Hilfsmittel zusammen. Während einfache Hilfsmittel wie beispielsweise eine Perücke oder eine Brille je nach persönlicher Stimmung gewechselt werden können, sind größere Hilfsmittel von der Stimmung unabhängig: Ein Rollstuhl muss in jede Stimmung passen – ob Tanzfläche, Arbeitsplatz oder Schlafzimmer. Jeder Mensch muss lernen, innerhalb seiner Möglichkeiten den Wert seiner Person von der Materie, die ihn

umgibt, weitestgehend unabhängig zu machen. Trotz dieses Versuches ist es wichtig, bei der Auswahl eines benötigten Hilfsmittels immer auch darauf zu achten, wer man gerne ist und wie man der Darstellung seiner selbst am ehesten gerecht werden kann.

Mit der Aufforderung, Materie – und damit das Hilfsmittel – immer als Wertvermittler zu betrachten, die Funktion aber dennoch nicht aus den Augen zu verlieren und die Ästhetik auch in der Funktion zu betrachten, wünsche ich viel Freude bei der Auswahl Ihres Hilfsmittels.

*Georg Fraberger*

*Georg Fraberger* ist Autor der Bücher „Ohne Leib mit Seele“ und ein „Ein ziemlich gutes Leben“, Ecowin Verlag, Salzburg.

Als Psychologe betreut er Patienten, die an Schmerzen leiden, depressiv, ängstlich, zwanghaft oder eifersüchtig sind sowie jene die chronisch krank sind, im Rollstuhl sitzen müssen oder Gliedmaßen verloren haben.

## Abkürzungsverzeichnis

BGH	Bundesgerichtshof
Abs.	Absatz
BGB	Bürgerliches Gesetzbuch
BSG	Bundessozialgericht
d. h.	das heißt
G-BA	Gemeinsamer Bundesausschuss
GKV	Gesetzliche Krankenversicherung
HilfsM-RL	Hilfsmittel-Richtlinie
i. V. m.	in Verbindung mit
MD	Medizinischer Dienst
MPBetreibV	Medizinproduktebetreiber-Verordnung
MTK	Messtechnische Kontrolle
PKV	Private Krankenversicherung
SGB	Sozialgesetzbuch
SGB I	Erstes Sozialgesetzbuch
SGB IV	Viertes Sozialgesetzbuch
SGB V	Fünftes Sozialgesetzbuch
SGB IX	Neuntes Sozialgesetzbuch
SGB X	Zehntes Sozialgesetzbuch
SGB XI	Elftes Sozialgesetzbuch
SGG	Sozialgerichtsgesetz
SPV	Soziale Pflegeversicherung
STK	Sicherheitstechnische Kontrolle
u. a.	unter anderem
UK	Unterstützte Kommunikation
vgl.	vergleiche
z. B.	zum Beispiel

# 1.

## Hilfsmittelversorgung – Schritt für Schritt zum Ziel

Was sind Hilfsmittel und wann werden sie benötigt? .....	14
Schritt 1: Ermitteln des Hilfebedarfs .....	17
Schritt 2: Zielformulierung – Was will ich erreichen?.....	24
Schritt 3: Sich einen Überblick verschaffen .....	26
Schritt 4: Konkrete Auswahl von Hilfsmitteln .....	33
Schritt 5: Die Hilfsmittelabgabe .....	37
Schritt 6: Finanzierung von Hilfsmitteln .....	39

## Was sind Hilfsmittel und wann werden sie benötigt?

Hilfsmittel gleichen Behinderungen aus, ermöglichen Teilhabe am Leben in der Gesellschaft, lindern Beschwerden und tragen wesentlich zur Verbesserung von Gesundheit, zur Krankenbehandlung, Selbstständigkeit, Mobilität sowie zur Minderung der Pflegeabhängigkeit bei.

Geeignete individuelle Hilfsmittel sind somit für viele Menschen mit Behinderung und Krankheit unverzichtbar. Sie stellen eine besonders wichtige Voraussetzung für die Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft dar.

### Was sind Hilfsmittel?

Hilfsmittel sind Gegenstände (oder besser sächliche Produkte, denn auch spezielle Software kann ein Hilfsmittel darstellen), die für die besonderen Anforderungen von kranken oder behinderten Menschen entwickelt und hergestellt werden. Diese Produkte grenzen sich damit gegen die Dinge des täglichen Gebrauchs ab, die auch von gesunden Menschen tagtäglich vielmals genutzt werden. Zu den Hilfsmitteln zählen auch bestimmte Dienstleistungen, die bei der Hilfsmittelabgabe und -nutzung benötigt werden. Dies kann z. B. eine Einweisung in den Gebrauch der Produkte, ein umfassendes Training, aber auch eine technische Kontrolle oder Wartung sein.

**Wichtig:** Unterscheiden Sie deutlich zwischen Hilfsmitteln und Heilmitteln. Heilmittel sind zur Heilung erforderliche Dienstleistungen (z. B. die Physiotherapie), von denen eine heilende Wirkung auf den Patienten ausgeht. Dies ist in Bezug auf die Leistungspflicht von Krankenkassen wichtig, da Heilmittel eigenen Regelungen unterliegen.

### Wozu werden Hilfsmittel genutzt?

Hilfsmittel werden genutzt, um elementare Aktivitäten des täglichen Lebens auszuführen. Dazu zählen etwa die Mobilität und die Kommunikation, aber auch so grundlegende Bedürfnisse wie Essen oder

Körperpflege. Hilfsmittel kommen also zum Einsatz, um bestehende körperliche Beeinträchtigungen oder Behinderungen zu mildern oder auszugleichen. Typische Beispiele hierfür sind Rollstühle, Hörgeräte oder Inkontinenzprodukte.

Aber auch fehlende, ausgefallene oder beeinträchtigte Organe bzw. Körperfunktionen sollen wiederhergestellt, erleichtert oder ersetzt werden. Dies kann z. B. durch Beinprothesen, spezielle Stützapparate (Orthesen) oder orthopädische Schuhe erfolgen.

Vorbeugend wirkende Hilfsmittel sollen dagegen vor Funktionsausfällen und Schädigungen schützen, etwa spezielle Matratzen zur Verhinderung des Wundliegens bei bettlägerigen Menschen. Hilfsmittel können aber auch therapeutisch wirken oder lebenserhaltend sein und somit der Krankenbehandlung dienen, u. a. Geräte zur künstlichen Ernährung, Atemüberwachungsmonitore, Geräte zur Therapie der Schlafapnoe (Atemstillstände während des Schlafs) sowie Beatmungsgeräte.

Für den behinderten oder kranken Menschen ergeben sich daraus verschiedene Fragestellungen. Welche Hilfsmittel gibt es, wo erhalte ich einen Überblick, wer kann mich bei der Auswahl beraten, wie erhalte ich das richtige Hilfsmittel und bezahlt meine Kranken- oder Pflegeversicherung diese Produkte? Gerade die Fragen zur Kostenübernahme sind nicht einfach zu beantworten, denn es ist leider so, dass die Ansprüche zur Hilfsmittelversorgung im Gesetzbuch nicht an einer Stelle zentral und umfassend beschrieben werden, sondern sich an vielen Textstellen für den Einzelfall wichtige Informationen finden. Zudem gibt es zahlreiche Gerichtsentscheidungen, welche die Hilfsmittelversorgung betreffen und Ansprüche regulieren und definieren.

## **Wann benötigen Sie ein Hilfsmittel?**

Die Notwendigkeit für eine Hilfsmittelversorgung besteht immer dann, wenn aufgrund von Krankheit (vorübergehend oder chronisch), Behinderung oder Pflegebedürftigkeit ohne das Hilfsmittel Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden gefährdet wären oder Sie nicht mehr am Leben teilhaben können. Das Hilfsmittel ist damit notwendig, um die Herausforderungen des Alltags zu lösen.

Dabei ist es unerheblich, ob das Produkt im Einzelfall von der behinderten oder kranken Person selbst genutzt wird oder ob z. B. Pflegekräfte das Produkt benötigen, um die notwendige Pflege durchführen zu können. Entscheidend ist, dass die Hilfsmittel im Einzelfall der behinderten oder kranken Person zugutekommen.

Auch wenn es noch (vermeintlich) „ohne geht“, kann der Einsatz eines Hilfsmittels sinnvoll sein. Diesen Bedarf zu erkennen, ist der erste wichtige Schritt bei der Hilfsmittelversorgung.

Es gibt Situationen, in denen ein Hilfsmittel unmittelbar gebraucht wird, etwa nach einem Sturz oder einem Sportunfall. Hier wird meist noch in der Akutversorgung das entsprechende Produkt vom behandelnden Arzt empfohlen. Auch die Versorgung mit einem Hilfsmittel, das der Krankenbehandlung dient, etwa einem Inhalationsgerät bei einer chronischen Lungenerkrankung, wird in der Regel durch den Hausarzt ausgelöst. Der Bedarf und der Versorgungszeitpunkt sind eindeutig. Die Notwendigkeit der Versorgung ist auch gut begründbar.

Doch weit häufiger stellt sich eine Beeinträchtigung schleichend, d. h. unbemerkt im Laufe des Lebens ein. Es „geht“ zwar noch, aber eben nicht mehr so gut. Gerade ältere Menschen wollen in diesen Situationen dann auch nicht zur Last fallen oder schämen sich gar dafür, dass etwa der Toilettengang nicht mehr so einfach ist. Sie verlassen immer weniger die eigene Wohnung, ziehen sich zurück, behelfen sich irgendwie. In diesen Fällen gibt es meist keinen eindeutig zu benennenden Zeitpunkt, an dem das Erfordernis einer Hilfsmittelversorgung deutlich wird. Noch viel weniger ist den Betroffenen klar, welches Hilfsmittel ihnen denn nun helfen könnte, die Selbstständigkeit und Lebensqualität zu erhalten oder wiederzuerlangen.

Wer weiß schon, dass man mit besonderen Löffeln und Gabeln das Zittern bei einem Parkinsonpatienten dämpfen und so das Essen erleichtern kann. Oder welche Greifhilfen eine selbstständige Intimhygiene erlauben.

Meist erfolgt die Bedarfsermittlung gemäß dem Zufallsprinzip. Frei nach dem Motto „Ich kenn da jemanden, der hat damit dies und jenes erreicht ...“ werden Hilfen ausgetestet und auch schnell wieder verworfen. Eine mehr als unbefriedigende und oft auch teure Lösung. Hier

empfiehlt es sich, professionellen Rat einzuholen. Sanitätshäuser oder spezielle Geschäfte für Seniorenbedarf sind meist die ersten Anlaufstellen. Auch Hausärzte werden befragt. Doch auch hier verbergen sich viele Unwägbarkeiten. Zum einen kennen gerade Ärzte längst nicht alle Möglichkeiten der modernen Hilfsmittel. Zum anderen erfordert die Auswahl, Anpassung und die Schulung in den Gebrauch der Hilfsmittel auch ein großes Fachwissen.

### **Experte in eigener Sache**

Doch viel entscheidender ist, dass bei der Auswahl sehr genau auf Ihre persönlichen und ganz individuellen Bedürfnisse, Wünsche, Zielvorstellungen und auch Umfeldgegebenheiten, etwa die Wohnsituation oder die Möglichkeit, familiäre Hilfe zu nutzen, geachtet werden muss. Hier ist insbesondere Ihre Mitarbeit gefordert. Denn nur ein Hilfsmittel, das auch Ihren Ansprüchen genügt, wird am Ende auch effektiv genutzt und Ihnen Lebensqualität zurückbringen. In diesem Sinne sollen die folgenden Erläuterungen dazu dienen, dass Sie sich auch im Gespräch mit (vermeintlichen) Profis immer als Experte in eigener Sache fühlen können.

## **Schritt 1: Ermitteln des Hilfebedarfs**

Zur Feststellung des Versorgungsbedarfs sollten Sie zunächst Ihre persönliche Situation reflektieren, indem Sie sich die im Folgenden aufgeführten Fragen stellen. Nehmen Sie dabei Familienangehörige, Freunde und Bekannte zu Hilfe und beantworten Sie die Fragen gemeinsam. Oftmals nimmt man Einschränkungen, z. B. eine zunehmende Schwerhörigkeit, nicht oder nur eingeschränkt selbst wahr. Seien Sie dabei ehrlich zu sich selbst und denken Sie nicht: „Das wird schon wieder“ oder „Ach, wie peinlich“. Ein Versorgungsbedarf wird immer dann gesehen, wenn Folgen einer Krankheit und/oder Folgen von Funktionsstörungen (z. B. nicht mehr Greifen können) bzw. körperlichen Schädigungen vorliegen, die gezielt einer Versorgung bedürfen, um die Krankenbehandlung zu sichern oder eine Behinderung auszugleichen oder einer drohenden Behinderung oder Krankheit vorzubeugen.

**Einstiegsfragen zur Bedarfsermittlung**

- Welche Aktivitäten des Alltags fallen mir schwer, kann ich aber noch selbst und ohne Hilfe lösen?
- Für welche Aktivitäten des Alltags nutze ich bereits Hilfsmittel oder benötige ich die Hilfe anderer Personen?
- Welche Aktivitäten des Alltags kann ich nicht mehr wahrnehmen?

**Betrachten Sie Ihren Alltag**

Die Betrachtung des Hilfsmittelbedarfs geht dabei von den Problemen des Alltags der Betroffenen aus. Etwa kann die Frage gestellt werden, ob Sie die Unterstützung bei bestimmten Tätigkeiten des täglichen Lebens benötigen, beispielsweise bei der Mobilität in der Wohnung. So bildet sich bei Ihnen nicht nur ein Problembewusstsein für die eigene Situation, sondern Sie können zugleich aktiv in die spätere Entscheidung über Hilfsmittelversorgung eingreifen und sind nicht auf Urteile anderer Menschen angewiesen.

***Selbstanalyse anhand der Aktivitäten des täglichen Lebens***

Um nicht die Übersicht zu verlieren, empfiehlt es sich, die Aktivitäten nach den verschiedenen Lebensbereichen getrennt zu betrachten und die vorgenannten Fragen zu beantworten. Die folgende Auflistung führt die typischen Lebensbereiche und Aktivitäten auf und kann als Orientierung dienen. Nicht zutreffende Punkte lassen Sie einfach weg. Sollten Aktivitäten fehlen, ergänzen Sie diese.

**Typische Aktivitäten des täglichen Lebens**

Körperliche Grundfunktionen

- Atmen (inklusive Husten und Nase schnäuzen)
- Essen
- Trinken
- Die eigene Körpertemperatur regeln