



Gehhilfen für Senioren

Informationen und Wissenswertes
zu den beliebtesten Gehhilfen für Senioren

Kostenlose Beratung

 06131 / 49 32 052

 www.pflegehilfe.org





Gehhilfen: Für einen agilen Alltag im Alter

Gehhilfen ermöglichen nicht nur pflegebedürftigen Menschen ein **selbstständiges Leben**, sie **entlasten auch pflegende Angehörige** in ihrer Tätigkeit. Hier erhalten Sie einen kurzen Überblick über die wichtigsten Informationen und Auswahlkriterien von Gehhilfen.

Inhalt

Wie finde ich die richtige Gehhilfe?	3
Elektromobil	4
Elektrorollstuhl	5
Rollstuhl	6
Rollator	7
Gehstock	8
Wie beantrage ich die Kostenübernahme?	9
So können wir Ihnen helfen	10



Wie finde ich die richtige Gehhilfe?

Jeder Mensch ist unterschiedlich mobil und hat **verschiedene Anforderungen** an die ideale Gehhilfe. Um die Richtige zu finden, sollten Sie sich ein paar Fragen vorab stellen.

1 Wie ist die körperliche Verfassung?



Jede Gehhilfe bietet einen **unterschiedlichen Grad an Unterstützung**. Wenn Ihr Angehöriger Kraft in den Armen hat, aber ein wenig Hilfe beim Laufen braucht, reichen z. B. ein Gehstock oder Rollator aus. Wenn die Kraft in Armen und Beinen aber nicht ausreicht, kommen auch ein Elektromobil oder (Elektro-) Rollstuhl infrage.

2 Welche Wege sollen zurückgelegt werden?



Ebenfalls relevant ist, welche Strecken mit der Gehhilfe zurückgelegt werden sollen. Hier können je nach Modell **Indoor- und Outdoor** Anpassungen nötig sein. Auch die Länge der Strecke ist entscheidend: Der Rollator eignet sich hervorragend für den Weg zum Supermarkt, **lange Spaziergänge** können aber anstrengend werden.

3 Was ist der primäre Zweck der Gehhilfe?



Der Zweck der Gehhilfe bestimmt auch die Ausstattung. Die meisten Gehhilfen können individuell angepasst werden. Sei es mit mehr **Komfort** für längere Nutzung oder mit **Einkaufskörben** und **Sitzflächen** für den Einsatz im Alltag. Überlegen Sie, wozu Ihr Angehöriger die Unterstützung vor allem braucht.



Weitere Fragen zur besseren Entscheidungsfindung werden auch auf unserer [Website](#) beantwortet.



Das Elektromobil

Ein Elektromobil ermöglicht es Ihrem Angehörigen, auch bei eingeschränkter Mobilität längere Strecken selbstständig zurückzulegen. Ob zum Einkaufen oder für eine Spazierfahrt - die neue Agilität wird belebend wirken.



Für Modelle, die nicht schneller als **6 km/h** fahren, übernimmt die **Kasse auf Rezept** oder Empfehlung die Kosten, wenn sie im Hilfsmittelverzeichnis stehen.



Für **Selbstzahlermodelle** beginnen die Kosten bei **1.000 €**. Mit mehr Komfortextras können die Kosten sich auf bis zu 5.000 € belaufen.



Allgemein erreichen Elektromobile **Höchstgeschwindigkeiten** zwischen **6 und 15 km/h**. Die Gefahren durch zu schnelles Fahren sind daher gering.



Auch längere Spazierfahrten sind unbedenklich und einfach möglich. Die verschiedenen Modelle haben eine **Reichweite von bis zu 60 Kilometern**.



Lenker, Blinker und Bremslichter sorgen für die nötige **Sicherheit**. Eine Nutzung im Straßenverkehr ist so sicher möglich.



Für eine sichere Bedienung sollte Ihr Angehöriger allerdings **mental fit** sein, da er ein Teilnehmer am Straßenverkehr ist.



Der **Akku** des Elektromobils lässt sich einfach an einer **haushaltsüblichen Steckdose** aufladen.



Weitere Infos zu den Vorteilen des Elektromobils erhalten Sie auch [online](#).



Der Elektrorollstuhl

Ein Elektrorollstuhl bietet Rollstuhlfahrern neue Möglichkeiten der **Selbstständigkeit**. Ob innen oder außen können **weite Strecken ohne Hilfe** und **Kraftanstrengung** zurückgelegt werden.



Für Modelle, die nicht schneller als **6 km/h** fahren, übernimmt die **Kasse auf Rezept** oder Empfehlung die Kosten, wenn sie im Hilfsmittelverzeichnis stehen.



Für **Selbstzahlermodelle** beginnen die Kosten bei **2.400 €**. Ausstattung, technische Leistung und Design beeinflussen dabei den Preis.



Allgemein erreichen Elektrorollstühle **Höchstgeschwindigkeiten** von bis zu **15 km/h**. Die Gefahren durch zu schnelles Fahren sind daher gering.



Auch **längere Spazierfahrten** sind unbedenklich und einfach möglich. Die verschiedenen Modelle haben eine Reichweite von **bis zu 48 Kilometern**.



Die **Steuerung** erfolgt über einen kleinen Steuerknüppel **müheles** und auch Bordsteine oder **Hürden von bis zu 8 cm** werden einfach überwunden.



Steigungen von bis zu **15 %** sind problemlos zu überwinden. Der **Wendekreis** ist etwa 1,5 mal größer als die Breite des Rollstuhls.



Der **Akku** des Elektrorollstuhls lässt sich einfach an einer **haushaltsüblichen Steckdose** aufladen.



Weitere Infos zu den technischen Details finden Sie [hier](#).



Der Rollstuhl

Wenn die eigenständige **Fortbewegung** dauerhaft oder vorübergehend **eingeschränkt** ist, **hilft ein Rollstuhl**. Im Gegensatz zum Elektrorollstuhl oder Elektromobil ist hier allerdings **Körperkraft** gefragt.



Für einfache Standardmodelle übernimmt die **Krankenkasse auf Rezept** oder Empfehlung die Kosten, sofern sie im Hilfsmittelverzeichnis stehen.



Die **Kosten variieren stark** je nach Modell. Sie reichen von 100 € für den Standard, über 250 € für Leichtgewichte bis 6.000 € für Aktivrollstühle.



Um selbstständig mit dem Rollstuhl unterwegs zu sein, **benötigt** man einige **Kraft in den Armen**. Ansonsten muss eine andere Person schieben.



Längere Ausflüge kommen damit zwar nur bedingt infrage, aber Ihr Angehöriger kann wieder mobil **am gesellschaftlichen Leben teilnehmen**.



Spezielle **Pflegerollstühle** können durch die multifunktionalen Sitz- und Liegeinstellungen eine **Erleichterung bei der Pflege** sein



Alle fünf Jahre kann bei der Krankenkasse eine **Neuanschaffung** des Rollstuhls beantragt werden.



Ist Ihr Angehöriger **dauerhaft** auf einen Rollstuhl angewiesen und hat **nicht ausreichend** Kraft, ist ein **elektrisches Modell** eine Alternative.



Weitere Informationen zu Vor- und Nachteilen finden Sie [online](#).



Der Rollator

Ein Rollator ist ein wahres Multifunktions-talent. Er dient als **Gehilfe**, **Sitzgelegenheit** für unterwegs und als **Transporthilfe** für beispielsweise Einkäufe. Mit einem Rollator gewinnt Ihr Angehöriger viel **Selbstständigkeit** zurück.



Für Einsteigermodelle übernimmt die **Krankenkasse auf Rezept** oder Empfehlung die Kosten, sofern sie im Hilfsmittelverzeichnis stehen.



Für Selbstzahler **variieren die Kosten nach Modell**. Einfache Modelle beginnen bei 60 €, Sonder- oder Premiummodelle kosten bis zu 4.000 €.



Ein Rollator **reduziert das Risiko** für Senioren, beim Gehen **zu stürzen**. Achten Sie aber darauf, dass Ihr Angehöriger noch genug Kraft in den Armen hat.



Starke Bremsen machen den Rollator sicher. Eine **Sitzfläche** ermöglicht Pausen bei längeren Strecken und auch **Einkäufe** werden einfacher transportiert.



Rollatoren **fördern die Mobilität** und Bewegung. Für eine sichere Nutzung sollte ein **Fachmann** den Rollator an Größe und Haltung des Nutzers **anpassen**.



Die **Griffe** des Rollators sollten **auf Höhe der Handgelenke** Ihres Angehörigen sein, wenn diese locker herunterhängen. So stützt er sich richtig ab.



Wenn die **Kraft** für das Laufen mit Rollator auf Dauer **fehlt**, aber ein Rollstuhl nicht nötig ist, ist ein **Elektromobil** eine **optimale Zwischenlösung**.



Was Sie bei Rollatoren sonst beachten sollten, finden Sie auch [online](#).



Der Gehstock

Schmerzende **Gliedmaßen entlasten** oder einfach ein bisschen mehr Sicherheit, um das **Gleichgewicht zu wahren** - dafür ist der Gehstock wie gemacht. Ein verhältnismäßig kleines und **dezent**es Hilfsmittel, das für Ihren Angehörigen eine große Stütze sein kann. Was Sie dazu wissen sollten:



Bei medizinischer Notwendigkeit **trägt die Krankenkasse die Kosten** für einfache Modelle. Dafür benötigen Sie ein Rezept oder eine Empfehlung.



Die Kosten für einen Gehstock **beginnen bei 10 €**. Investieren Sie etwas mehr, können Sie einen schönen Gehstock mit mehr Komfort erhalten.



Der Gehstock eignet sich als Gehhilfe für Ihren Angehörigen, wenn er noch **genug Kraft in den Armen** hat, um sich aufzustützen.



Wird der Stock nicht permanent benötigt, eignen sich **faltbare Modelle** besonders gut, die so **platzsparend** verstaut werden können.



Der Komfort unterscheidet sich vor allem im Griff. Je nach Belastung und Ansprüchen, kann der **Griff individuell angepasst** werden.



Auch **selbststehende Gehstöcke** oder Modelle mit **integriertem Sitz** können Ihrem Angehörigen den Alltag erleichtern.



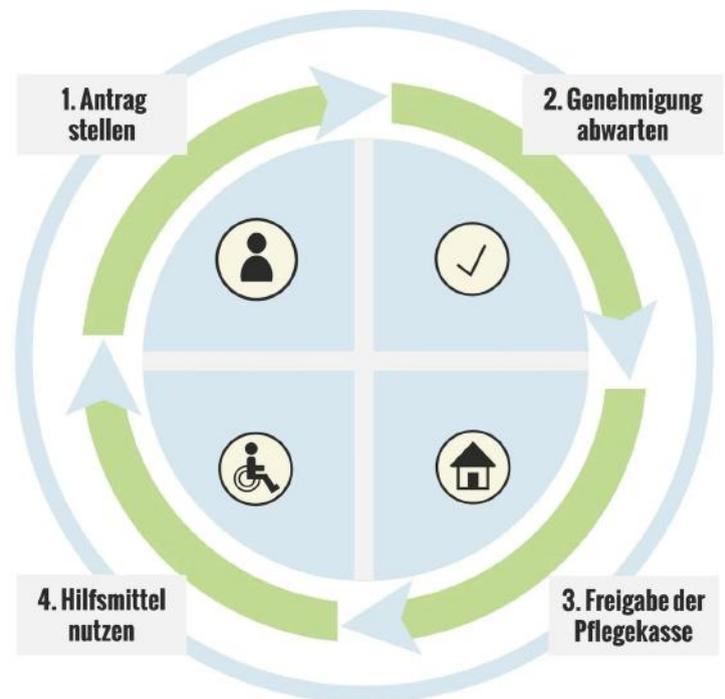
Weitere Infos zu den verschiedenen Modellen erhalten Sie [hier](#).



Wie beantrage ich die Kostenübernahme?

Für alle Hilfsmittel, die von der Kranken- oder Pflegekasse bezuschusst werden gilt, dass eine **medizinische Notwendigkeit** vorliegen muss. Der erste Schritt zur Beantragung ist also ein Termin beim Hausarzt Ihres Angehörigen. Auch von Ihrem Pflegedienst oder beim **MDK-Gutachten** kann die Notwendigkeit für Hilfsmittel festgestellt und empfohlen werden. Das dient auch als Nachweis.

In der Empfehlung oder dem Rezept sollte möglichst **detailliert geschildert** sein, weshalb das Hilfsmittel benötigt wird. Im Idealfall wird sogar die betreffende Hilfsmittelnummer angegeben. Diese Verordnung reichen Sie dann mit Ihrem Antrag bei der Pflegekasse Ihres Angehörigen ein. In jedem Fall sollten Sie vor Anschaffung die **Bewilligung der Kasse abwarten**. Rückwirkend erhalten Sie meist keinen Zuschuss mehr zu den Kosten.



Sobald Sie die Freigabe der Pflegekasse haben, können Sie Ihre Hilfsmittel bestellen. Sollte Ihr Antrag jedoch abgelehnt werden, empfiehlt es sich in den meisten Fällen, **Widerspruch einzulegen**. Entscheidend ist dafür eine detaillierte Begründung des Bedarfs. Unabhängige Pflegeberater können Ihnen in einem solchen Fall weiterhelfen.



Weitere Informationen zu den verschiedenen Zuschüssen, die Ihnen zustehen, finden Sie auch [online](#).



So können wir Ihnen helfen

Der Verbund Pflegehilfe berät Sie **kostenlos und unverbindlich** zur Organisation und Finanzierung von Pflegesituationen. Unsere Berater sind **Montag bis Sonntag von 8 bis 20 Uhr** für Sie da.

Gerne beraten wir Sie auch zu den folgenden Themen:



24-Stunden Betreuung

Mit einer 24-Stunden-Pflegekraft ermöglichen Sie es Ihrem Angehörigen, zu Hause alt zu werden. Wir beraten Sie, welche Zuschüsse Sie beantragen können.



Treppenlifte

Treppenlifte können das Leben im eigenen Zuhause im Alter erleichtern. Bis zu 4.180 € Zuschuss erhalten Sie von der Pflegekasse. Wir beraten Sie gerne.



Altersgerechte Badumbauten

Ob zur Erleichterung der Pflege oder als Sturzprophylaxe: Ein altersgerechtes Badezimmer hat viele Vorteile. Wir beraten Sie gerne zur Finanzierung.



Mobilitätshilfen

Elektromobil oder Scooter? Wir informieren Sie gerne zu den verschiedenen Modellen und Förderungsmöglichkeiten.



Kostenloser Hausnotruf

Hilfe per Knopfdruck: Gerne beraten wir Sie zu den verschiedenen Varianten des Hausnotrufs und Möglichkeiten der Kostenübernahme.

Kostenlose Beratung

☎ 06131 / 49 32 052

➤ www.pflegehilfe.org

