

Essentia

März 2022

Dossier

04 **Betreuende Angehörige: engagiert und unverzichtbar**

07 **Berufsleben und regelmässige
Betreuung von Angehörigen
vereinen**

Praktische Tipps

08 **Durch die Grundversicherung
übernommene Bedürfnisse**

assura.

«Die betreuenden Angehörigen leisten einen wichtigen Beitrag zur Verbesserung der Lebensqualität und Gesundheit ihrer Verwandten, Freunde oder Nachbarn und entlasten damit unser Gesundheitswesen.»



Wir alle können in die Lage kommen, eines Tages über einen kürzeren oder längeren Zeitraum hinweg eine gesundheitlich beeinträchtigte oder behinderte Person unterstützen zu müssen. Einkaufen, alltägliche Dinge erledigen oder einfach für sie da sein, Medikamente verabreichen oder Pflegeleistungen erbringen: Die Aufgaben, welche die betreuenden und pflegenden Angehörigen übernehmen, hängen stark von den Bedürfnissen, vom Alter und vom Gesundheitszustand der betreuten Person ab.

In der Schweiz tragen fast zwei Millionen betreuende und pflegende Angehörige dazu bei, dass Tausende Personen bei sich zu Hause wohnen und ihre sozialen und familiären Kontakte aufrechterhalten können. Die betreuenden Angehörigen leisten einen wichtigen Beitrag zur Verbesserung der Lebensqualität und Gesundheit ihrer Verwandten, Freunde oder Nachbarn und entlasten damit unser Sozialsystem und unser Gesundheitswesen.

Diese Medaille hat aber auch eine Kehrseite. Es ist oft schwierig, die Pflege einer angehörigen Person und das Privat- und Berufsleben unter einen Hut zu bringen. Ganz zu schweigen von der emotionalen Belastung, der Müdigkeit und der Einschränkung der persönlichen Freiheit, die ein solches Engagement mit sich bringen kann.

Jüngste Entwicklungen zielen darauf ab, den Beitrag der betreuenden Angehörigen zu würdigen und sie mit verschiedenen Massnahmen zu unterstützen. Dies ist der Fall im Bundesgesetz über die Verbesserung der Vereinbarkeit von Erwerbstätigkeit und Angehörigenbetreuung, das im Jahr 2021 in Kraft getreten ist, und im revidierten Bundesgesetz über die Invalidenversicherung, das seit dem 1. Januar dieses Jahres wirksam ist. Genauso wichtig sind die Initiativen, die von den Kantonen und verschiedenen Vereinigungen ergriffen wurden, um die betreuenden Angehörigen bei ihrem täglichen Einsatz zu unterstützen.

Die neueste Ausgabe des Magazins *Essentia* nimmt diese positiven Entwicklungen unter die Lupe und zeigt auf, welche Bedürfnisse der betreuten Person unter bestimmten Umständen von der Krankenversicherung übernommen werden.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre.

Ruedi Bodenmann
CEO



Betreuende Angehörige: engagiert und unverzichtbar

Die tägliche Pflege eines Angehörigen über einen längeren Zeitraum ist eine anspruchsvolle, aber lohnenswerte Aufgabe.



Wer betreut Angehörige?

In der Schweiz kümmert sich fast jede vierte Person freiwillig und regelmässig um eine erkrankte, verunfallte oder behinderte Person aus ihrem Umfeld. Diese kann zur Familie gehören, aber auch eine Bekanntschaft sein oder in der Nachbarschaft wohnen. Meistens geht es darum, der pflegebedürftigen Person bei alltäglichen Aufgaben im Haushalt zu helfen, für sie zu kochen oder einzukaufen.

Jugendliche und Frauen an vorderster Front

Solidarität gibt es zwar in allen Altersgruppen, am ausgeprägtesten ist sie aber bei den 15- bis 24-Jährigen und bei den 45- bis 64-Jährigen. Zudem handelt es sich bei den meisten betreuenden Angehörigen um Frauen.

Von den Pflegebedürftigen sind fast 50% mindestens 75 Jahre alt, und zu einem grossen Teil kommt die Hilfe Frauen zugute. Fast ein Drittel der über 80-Jährigen wird regelmässig durch eine angehörige Person unterstützt.

Quelle: Bundesamt für Statistik (BFS), 2017

Und was ist mit den eigenen Bedürfnissen?

Betreuende Angehörige stellen oft die eigenen Bedürfnisse zurück, um für die betreute Person da zu sein, und tun sich schwer damit, selbst von Zeit zu Zeit Hilfe anzunehmen. Verschiedene Initiativen von Vereinigungen und Behörden stellen insbesondere die folgenden Bedürfnisse von betreuenden Angehörigen in den Mittelpunkt:

Über die Rolle als betreuende Angehörige sprechen

Die meisten Kantone haben eine Gratis-Hotline eingerichtet. Fachleute hören den ratsuchenden Betreuenden zu und informieren sie über Hilfsangebote. Manche Kantone organisieren auch

Selbsthilfegruppen, um den Erfahrungsaustausch zu fördern, oder sie bieten gar die Möglichkeit einer Gratiskonsultation bei einem Psychologen. Praktische Informationen zu den Angeboten und Kontakten sind auf den Internetseiten der Kantone verfügbar.

Einen Plan B für Notfälle bereithalten

Die Vereinigung Pro Aidants stellt einen Plan B für Notfälle bereit. Darin sind alle Informationen enthalten, die benötigt werden, damit eine andere Privat- oder Fachperson die Betreuung übernehmen kann. Gratis-Download unter:

<https://www.proaidants.ch/de-ch>

Berufsleben und regelmässige Betreuung von Angehörigen vereinen

Das neue Bundesgesetz zur Unterstützung von pflegenden Angehörigen ist 2021 in Kraft getreten. Für Personen, die ihre Berufstätigkeit und die regelmässige Pflege von Angehörigen unter einen Hut bringen müssen, hat es wichtige Neuerungen gebracht:

- Betreuende Angehörige haben nun die Möglichkeit, einen bezahlten Urlaub zu beziehen. Dieser kann bis zu drei Tage pro Fall dauern und darf zehn Tage pro Kalenderjahr nicht überschreiten.
- Eltern von schwer erkrankten oder verunfallten Kindern können einen bezahlten Urlaub von bis zu 14 Wochen beziehen.

Diese und viele weitere gesetzliche, finanzielle, steuerliche und praktische Informationen werden auf der Plattform Work + Care von Travail.Suisse erläutert.

<http://www.info-workcare.ch/de/adresse>



Eine Pause machen

Diverse Vereinigungen übernehmen bestimmte Aufgaben oder für eine befristete Dauer auch die gesamte Betreuung. Die praktische, von Work + Care erstellte und nach Bedürfniskategorie gegliederte Liste der regionalen Dienstleistungsanbieter finden Sie unter folgendem Link:

<http://www.info-workcare.ch/de/adresse>

Die regionalen Organisationen für Krankenpflege und Hilfe zu Hause sowie das Rote Kreuz stehen Ihnen ebenfalls zur Verfügung. Auf der Internetseite des Roten Kreuzes finden Sie die in Ihrer Region bestehenden Hilfsangebote:

<http://betreuen.redcross.ch/angebote>

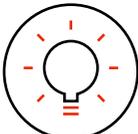
An dieser Stelle möchten wir speziell auf die App Five up hinweisen. Über diese App können Privatpersonen in der ganzen Schweiz Freiwilligendienste suchen oder anbieten: www.fiveup.org/accueil

Anerkennung für betreuende Angehörige

Das Schweizerische Recht gewährt den betreuenden Angehörigen keinen besonderen Status, und ihr Engagement wird nicht entlohnt. Die Behörden haben aber Initiativen ergriffen, um die betreuenden Angehörigen zu unterstützen, und verschiedene Kantone, Städte und Gemeinden gewähren ihnen Beiträge, etwa in Form von Taggeldern. Informationen dazu finden Sie auf den offiziellen Internetseiten der entsprechenden Stellen.

Ich betreue einen Angehörigen.

Welche seiner Bedürfnisse werden durch die Grundversicherung abgedeckt?
Unsere Spezialistin weiss Bescheid.



Im Prinzip gilt Folgendes: Damit eine Leistung übernommen wird, muss sie ärztlich verschrieben werden, und die Erstattung muss vom Krankenversicherungsgesetz (KVG) vorgesehen sein.



Der Arzt oder die Ärztin evaluiert die Bedürfnisse der Person und verschreibt die entsprechenden Behandlungen. Je nach Fall nimmt er oder sie auch den Kontakt zu den betreffenden Leistungsanbietern auf.



Die Grundversicherung übernimmt die Kosten für die folgenden drei Behandlungskategorien, unabhängig davon, ob die Leistungen zu Hause, in einer Arztpraxis, in einem Pflegeheim oder in einer Pflegeeinrichtung erbracht werden:

- 1 Die Abklärung und Beratung, etwa zur Einnahme der Medikamente oder zur Verwendung der medizinischen Geräte und Hilfsmittel.
- 2 Die Untersuchungen und Behandlungen, etwa die Kontrolle des Pulses oder des Blutdrucks, das Verabreichen von Spritzen, die Medikamente, die Wundreinigung oder das Wechseln von Verbänden.
- 3 Die Grundpflege und Körperpflege, etwa die Hilfe beim Aufstehen, Waschen, Anziehen und Essen.

a.

Die Leistungserbringer senden Ihre Rechnung an Assura und eine Kopie davon an die versicherte Person. Assura erstellt eine Leistungsabrechnung und übernimmt den Betrag, der zu Lasten der versicherten Person geht. Die Höhe dieses Betrags ist von der Franchise der versicherten Person abhängig und umfasst auch einen Selbstbehalt von 10% des Gesamtbetrags nach Abzug der Franchise. Der Selbstbehalt ist auf maximal CHF 700 pro Jahr für Erwachsene und CHF 350 pro Jahr für Kinder begrenzt.

Die Meinung des Assura-Experten



Fabrice Saudan
Leiter Spital- und
Pflegeheimdienst,
Le Mont-sur-Lausanne

Man muss berücksichtigen, dass die Grundversicherung die Kosten für eine Haushaltshilfe, die das Putzen, die Einkäufe und das Kochen besorgen würde, nicht übernimmt. Sie übernimmt auch keine Kosten für Unterhalt, Mahlzeiten und Behandlungen in einem Pflegeheim.

Wenn der Arzt bescheinigt, dass es angesichts des Gesundheitszustandes für eine Person nicht möglich ist, das Auto oder den öffentlichen Verkehr zu benutzen,

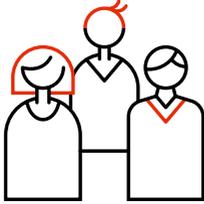
übernimmt die Grundversicherung 50% der Fahrtkosten zu einer Arztpraxis oder zu einer medizinischen Einrichtung (max. CHF 500 pro Jahr). Die Fahrt dorthin muss medizinisch begründet sein.

Zudem werden wir oft gefragt, ob die Grundversicherung die Kosten für eine Ergotherapie übernimmt. Dies ist der Fall, wenn die Behandlung verschrieben wurde, um die Körperfunktionen und die Selbstständigkeit der Person bei alltäglichen Handlungen zu verbessern.

Jede Situation ist einzigartig. Zögern Sie deshalb nicht, uns zu kontaktieren, um die spezifischen Bedingungen zur Kostenübernahme abzuklären.

In unseren sozialen Netzwerken

2'000'000 betreuende Angehörige



In der Schweiz sind fast zwei Millionen Menschen für kranke oder behinderte Angehörige da und pflegen oder unterstützen sie.

Dabei taucht gerade bei der Betreuung älterer Menschen oft die Frage auf, welche spezifischen Bedürfnisse sie haben und wie diese am besten erfüllt werden können.

Wussten Sie, dass das Rote Kreuz (@Schweizerisches Rotes Kreuz) unter dem Titel «Betreuung von älteren/kranken Menschen» verschiedene Kurse zu dieser Thematik anbietet?

Link für mehr Infos und zur Anmeldung: <https://www.redcross-edu.ch/de/betreuung-von-aelterenkranken-menschen>



Entdecken Sie unsere LinkedIn-Seite
[linkedin.com/company/assura-ch](https://www.linkedin.com/company/assura-ch)

+74.7%

Zwischen 2010 und 2019
haben die Kosten für SPITEX-
Langzeitpflegeleistungen
um 74.7% zugenommen.

Quelle: BFS 2019.

Erfahrungsaustausch

Sie haben an Krebs erkrankte Angehörige begleitet und lassen nun andere an ihren Erfahrungen teilhaben, damit sie bestimmte Situationen besser antizipieren können. Die von der Krebsliga herausgegebene Broschüre enthält viele praktische Tipps. Sie steht Ihnen über diesen Link gratis zur Verfügung:

shop.krebsliga.ch

- > Broschüren / Informationsmaterial
- > Leben mit Krebs
- > Alltag und Krebs
- > Krebs trifft auch die Nächsten

DER TEST

Hat eine oder einer Ihrer Angehörigen Mühe, sich auszudrücken, sich zu konzentrieren oder sich zu orientieren? Prüfen Sie möglichst rasch, ob es sich dabei um die ersten Anzeichen einer Demenz handeln könnte. Memo-Info bietet einen Online-Test an, der sich sowohl an die betreffende Person als auch an ihre Angehörigen richtet. <https://memo-info.ch/de/demenz/test/>



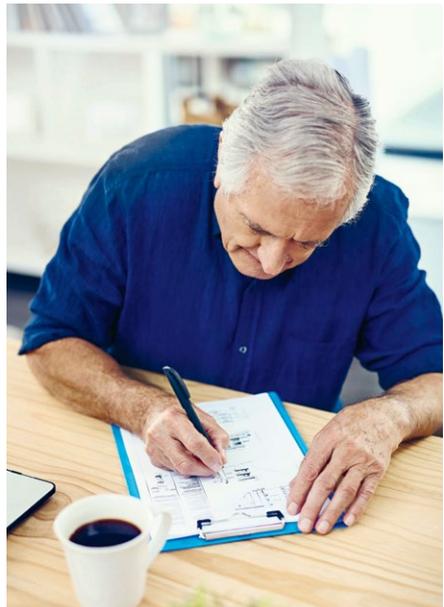
Glücklich

In den vergangenen 20 Jahren wurden mehrere Studien durchgeführt, die belegen, dass anderen zu helfen ein einfacher und effizienter Weg ist, um sich glücklicher zu fühlen. Der Grund dafür liegt gemäss den Studien in einer neuronalen Interaktion zwischen dem für Grosszügigkeit und dem für Glücksempfinden zuständigen Bereich im Hirn.

Patientenverfügungen

In der Patientenverfügung können Sie festhalten, welche medizinischen Behandlungen und Massnahmen Sie wünschen und welche nicht, falls Sie nicht mehr selbst entscheiden können. Sie können darin auch eine Vertrauensperson bestimmen, die Sie vertritt und den medizinischen Fachpersonen als Ansprechpartner dient. Das Formular für Patientenverfügungen können Sie über den folgenden Link gratis herunterladen.

<https://vorsorge.redcross.ch/dokumente/>



Rasch und einfach: Entdecken Sie die Assura App



Benachrichtigungen beim Erhalt von neuen Dokumenten oder schlecht gescannten Belegen

Verwalten Sie Ihre Versichertenkarte und die Ihrer Familie, Versicherungsverträge sowie Prämien und finden Sie die nächstgelegenen zugelassenen Apotheken.

Rufen Sie den Stand Ihrer Franchise und Ihres Selbstbehalts ab.

Sehen Sie Ihre Leistungsabrechnungen und Prämienrechnungen ein und lesen Sie das vierteljährliche Magazin Essentia.

Scannen und versenden Sie Ihre Belege zur Rückerstattung.

Kontrollieren Sie die von Ihnen eingereichten Belege, nach Jahr und Status.

So können Sie die Assura App herunterladen:

Melden Sie sich mit Ihrem Kundenbereich-Login an oder erstellen Sie Ihr Konto direkt in e-assura.ch.

assura.ch/app-assura



 **Kontakt**
assura.ch
0800 277 872