



Spitex Verband Graubünden
Geschäftsstelle
Gartenstrasse 2
7000 Chur

081 252 77 22

info@spitexgr.ch
www.spitexgr.ch



C h e c k l i s t e
Gut organisiert nach Hause

Liebe Patientin, lieber Patient

Bei der Rückkehr von einem Spitalaufenthalt nach Hause zahlt sich eine gute Vorbereitung aus. Klären Sie spätestens beim Austrittsgespräch offene Fragen in Bezug auf die Nachbetreuung, Pflege, Unterstützung oder Medikamente. Unsere Checkliste hilft Ihnen dabei.

Spitalexterne Unterstützung

Wenn Sie zu Hause pflegerische Unterstützung und/oder Hilfe im Haushalt benötigen, meldet Ihr Spital Sie bei der zuständigen Spitex-Organisation an.

Wohnen und Leben

- | | ja | nein |
|--|--------------------------|--------------------------|
| • Meine Angehörigen oder Nachbarn sind über meinen Austritt informiert. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Für die Rückkehr nach Hause ist ein Transport organisiert. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich komme alleine in die Wohnung/das Haus (Treppenstufen?). | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich kann Treppen, Schwellen oder andere Hindernisse innerhalb der Wohnung alleine überwinden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Mein Bad ist so eingerichtet, dass ich mich darin selbstständig und sicher bewegen kann. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich kann die Dusche/Badewanne selbstständig und sicher nutzen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Nötige Hilfsmittel fürs Bad wie WC-Erhöhung, Duschbrett, Haltegriff oder anderes sind organisiert. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich kann mich selbstständig waschen und ankleiden (Stützstrümpfe?). | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich kann ohne Hilfe in mein Bett ein- und aussteigen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Falls nötig, habe ich ein Pflegebett organisiert. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich komme in der Nacht alleine zurecht, falls ich aufstehen oder auf die Toilette muss. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich habe Hilfsmittel wie Toilettenstuhl, Urinflasche oder anderes organisiert. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Verpflegung

- | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|
| • Ich kann selbstständig einkaufen gehen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich kann selbstständig kochen oder habe den Mahlzeiterdienst bestellt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Hauswirtschaft

- | | ja | nein |
|---|--------------------------|--------------------------|
| • Ich kann die Wohnung selbstständig beheizen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich kann meine Wohnung selbstständig reinigen und meine Wäsche waschen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich kann mich selbst um mein Haustier kümmern. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Medizinische Versorgung

- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| • Ich habe für Medikamente und Materialien ein Rezept erhalten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich kann meine Medikamente selbst besorgen und verwalten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich benötige keine Hilfe bei Verbandwechsel, Spritzen, Inhalationen, Sauerstofftherapie oder anderem. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich kann Termine wie z.B. Physiotherapie oder Hausarzt selbstständig wahrnehmen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Unterstützung durch andere Personen

- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| • Ich habe Personen, die mich unterstützen können, für Hilfe angefragt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Die Personen, die mich unterstützen werden, wurden entsprechend angeleitet. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich benötige kein Notrufsystem. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ich benötige keinen Schlüsselsafe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Alles mit ja angekreuzt? Sie sind bestens auf Ihren Austritt vorbereitet!

Einen oder mehrere Punkte mit nein angekreuzt? Veranlassen Sie das Nötige oder sprechen Sie sich mit Ihren Angehörigen, Ihren Pflegefachpersonen, Ihrem Arzt oder dem Spital-Sozialdienst ab.

Wir wünschen Ihnen baldige Genesung und eine gute Rückkehr nach Hause.

Ihre Spitex

Die an Ihrem Wohnort tätige Spitex-Organisation finden Sie unter:
www.spitexgr.ch