

Präventive Hausbesuche

Was sind präventive Hausbesuche?

Bei einem präventiven Hausbesuch berät und informiert Sie die Fachperson (oft eine Pflegefachfrau mit Zusatzausbildung) in Ihrem häuslichen Umfeld zu Themen wie Selbstständigkeit im Alter, Gesundheitskompetenz und weiteren altersrelevanten Themen, um Ihre Lebensqualität zu erhöhen, damit Sie so lange wie möglich aktiv und selbstbestimmend in Ihrem Zuhause leben können.

Welche Zielgruppe wird angesprochen?

Präventive Hausbesuche eignen sich für ältere Personen ab 65 Jahre ohne kognitive Beeinträchtigungen und ohne Pflegebedürftigkeit, sogenannte «low-risk Senioren».

Für Menschen mit ausgeprägten bestehenden Beeinträchtigungen (wie Pflegebedürftigkeit oder beginnende Demenz) wird das "Care Management" empfohlen. Hierfür wenden Sie sich an die Spitex in Ihrer Region.

Welche Themen werden angesprochen?

Je nach Fachperson werden die Themen und Abläufe etwas unterschiedlich gestaltet. Kernelemente sind jedoch:

- Ihre körperliche, geistige und seelische Gesundheit
- die Sicherheit in Ihrer Wohnumgebung (z.B. Sturzprophylaxe)
- präventive Themen wie: Gesundheitsvorsorge, Ernährung, Schlaf, soziale Teilhabe, finanzielle Absicherung und Bewegung

Wie ist der Ablauf von einem präventiven Hausbesuch?

1. Kontaktaufnahme

Sie nehmen Kontakt auf mit der Fachperson welche präventive Hausbesuche anbietet für eine Terminvereinbarung. Es kann sein, dass Sie im Voraus einen Fragebogen zugeschickt bekommen, auf dem Sie schon wichtige Fragen beantworten können, damit die Fachperson den Besuch individueller gestalten kann und über Ihre Gesundheitsdaten beim Besuch bereits informiert ist.

2. Erster Hausbesuch

Die Fachperson kommt zu Ihnen nach Hause für ein Assessment. Das heisst, sie versucht sich ein umfassendes Bild von Ihnen zu machen, wie es Ihnen gesundheitlich geht und wo sie Ihre Selbstkompetenzen steigern können um Ihre Lebensqualität zu erhöhen und altersbedingte Einschränkungen zu optimieren.

Entweder erhalten sie gleich im Anschluss eine Beratung zu Ihrer Situation oder es wird hierfür ein zweiter Termin vereinbart -> Beratungsplanung

3. Beratungsplanung

Die Fachperson plant nach dem Hausbesuch anhand aller Informationen ein weiteres Beratungsgespräch. Sie wertet Ihre Gesundheitsdaten aus und entwickelt Lösungen oder Hilfestellungen für bestehende Probleme. Je nach Themen zieht sie weitere Fachpersonen wie Ärzte, Sozialarbeiter, Spitex, Anbieter von Aktivitäten oder Freiwilligenorganisationen zu Rate.

4. Zweiter Hausbesuch

Im zweiten Hausbesuch nach ca. einem Monat werden die wichtigsten Themen nochmals aufgegriffen und zusammen besprochen. Neue Massnahmen wie z.B. Anmeldung zur Sturzprophylaxe, Beantragung von Ergänzungsleistungen bei finanziellen Engpässen oder Verhaltensänderung zu mehr Bewegung werden eingeleitet.

5. Fortführung der Beratung

Auf Wunsch können weitere Besuche stattfinden, wenn eine engmaschigere Begleitung dies erfordert.

Wieviel kostet ein präventiver Hausbesuch?

In einigen Kantonen und Gemeinden werden präventive Hausbesuche kostenlos angeboten, bitte fragen Sie bei einer Kontaktaufnahme nach -> Adressen in der Schweiz

Pro Beratungsbesuch fallen im Durchschnitt Kosten von 250.- bis 300.- Fr. an (inkl. Zeitaufwand für Vorbereitung, Weg, Besuch, Nachbereitung, Infrastruktur und Dokumentation).