

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/52678/854601/zu-hause-alt-werden-ratschlaege-fuer-seniorengerechtes-wohnen> abgerufen werden.



Zu Hause alt werden Ratschläge für seniorenrechtliches Wohnen

31.07.2006 - 10:20 Uhr, Wort und Bild - Apotheken Umschau

Baierbrunn (ots) -

- Querverweis: Bild wird über obs versandt und ist unter <http://www.presseportal.de/galerie.htx?type=obs> abrufbar -

Die eigenen vier Wände lassen sich individuell den Bedürfnissen des Alters anpassen. Besondere Aufmerksamkeit sollte dem Bad gewidmet werden. Dort geschehen die meisten Unfälle. Welche Maßnahmen sinnvoll sind.

"Am liebsten würde ich in meiner gewohnten Umgebung bleiben", sagten rund zwei Drittel der Teilnehmer einer Studie der Universität Kassel zu ihren Vorstellungen für das Wohnen im Alter. Solange Senioren nicht auf fremde Hilfe angewiesen sind, ist dieser Wunsch leicht zu erfüllen. Mit zunehmendem Lebensalter aber müssen sie sich vor vielen kleinen und großen Beschwerden wappnen: Türschwellen werden zu Stolperfallen, Treppengehen wird mühsam, Rutschgefahr besteht auf zuvor unproblematischen Bodenfliesen oder Sitzmöbel und Bett erweisen sich plötzlich als zu niedrig.

"Am besten vor der Haustür anfangen", rät die Bochumer Diplom-Sozialwissenschaftlerin Dagmar Benne in der "Apotheken Umschau". Sie hat sich mit dem Thema im Modellprojekt "Wohnberatung für Bürgerinnen und Bürger in NRW" in der Praxis beschäftigt und weiß aus Erfahrung, was wichtig ist: "Wer eine Gehhilfe oder ein Elektromobil benötigt, kann Barrieren mit einer Rampe überbrücken." Auf beiden Seiten der Treppe sollten sich Handläufe befinden, wenn nicht gar an einen Treppenlift gedacht wird. In der Wohnung rät sie: "Raus mit allem Überflüssigem." Das schaffe Platz für Wichtigeres.

In Wohn- und Schlafzimmern stellen sich Möbel oft als zu niedrig heraus. Hinsetzen oder Hinlegen und Aufstehen können dadurch unnötig mühselig sein. Vom Schreiner angepasste, stabile Holzklötzchen heben die Möbel auf angenehmere Höhen. Besonders für den Krankheitsfall ist es wichtig, dass das Bett auch gut zugänglich ist.

"Viel Aufmerksamkeit sollte beim Einrichten seniorenrechtlicher Wohnungen dem Bad gewidmet werden", sagt Dagmar Benne. Dort ereignen sich die meisten Unfälle im Haus. Rutschfeste Matten auf dem Boden, in Wanne und Dusche, Haltegriffe überall dort, wo man sich setzt und wieder aufstehen muss, in der Dusche ein Hocker - viele Hilfsmittel sind leicht zu installieren. Bei Bedarf sollte aber auch an aufwendigere Hilfen wie einen Wannenlift gedacht werden.

Stimmen die Voraussetzungen, gibt es auch finanzielle Unterstützung. Die Pflegekasse etwa zahlt ab Pflegestufe 1 bis zu 2557 Euro pro Umbaumaßnahme. Kommunen und karitative Einrichtungen unterhalten oft Wohnberatungsstellen, die bei der Planung für eine seniorenrechtliche Wohnung zur Hand gehen.

Das Gesundheitsmagazin "Apotheken Umschau" 8/2006 A liegt in den meisten Apotheken aus und wird kostenlos an Kunden abgegeben.

Mehr Presstexte auch online: www.GesundheitPro.de > Button Presse-Service (Fußleiste)

@@infblk@@

Kontakt:
Ruth Pirhalla

Pressearbeit

Tel.: 089 / 7 44 33-123

Fax: 089 / 744 33-459

E-Mail: pirhalla@wortundbildverlag.de

Originaltext:

Wort und Bild - Apotheken Umschau

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/52678/wort-und-bild-apotheken-umschau>

Pressemappe als RSS:

http://presseportal.de/rss/pm_52678.rss2