

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	9
Vom Hochgefühl zur Bewährungsprobe .....	9
<b>1. Belastungsproben für die Liebe .....</b>	<b>11</b>
1.1 Veränderte Rollen .....	12
1.2 Plötzliche Pflegebedürftigkeit .....	12
1.3 Schleichende Pflegebedürftigkeit .....	19
1.4 Besondere Belastungen durch Pflegebedürftigkeit in jungen Jahren .....	41
<b>2. Die Veränderung des gewohnten Lebens durch die Pflege .....</b>	<b>45</b>
2.1 Häusliche Pflege .....	46
2.2 Veränderungen des Tagesablaufs .....	46
2.3 Extreme Herausforderung für Körper und Seele .....	49
2.4 Die Einschränkung des persönlichen Freiraums .....	50
2.5 Innerfamiliäre Veränderungen .....	52
2.6 Veränderung der sozialen Beziehungen .....	53
2.7 Rollenveränderung: Der Lebenspartner als Pflegepartner .....	56
<b>3. Weiterleben mit einem pflegebedürftigen Partner .</b>	<b>71</b>
3.1. Die Welt dreht sich weiter .....	72
3.2 Selbst pflegen oder delegieren? .....	73
3.3 Trotz Abhängigkeit die Würde wahren .....	74
3.4 Der Anspruch auf Lebensfreude und die Erfüllung eigener Bedürfnisse .....	77

3.5 Paarbeziehung im Pflegemodus: Wenn die schwierige	
3.6 Beziehung noch schwieriger wird .....	79
3.7 Gewalt in der Pflege .....	80
<b>4. Gesunde Abgrenzung des Pflegepartners .....</b>	<b>85</b>
4.1 Balance aus Fürsorge und Selbstfürsorge .....	86
4.2 Selbstwahrnehmung: Die Grenzen eigener Belastbarkeit erkennen .....	86
4.3 Selbstschutz durch gesunde Abgrenzung .....	89
4.4 Prävention .....	93
<b>5. Was Sie über häusliche Pflege wissen sollten.....</b>	<b>99</b>
5.1 Kostenlose Pflegeberatung .....	100
5.2 Kostenlose Pflegeschulung .....	103
5.3 Pflegeleistungen .....	103
5.4 Pflegestation Wohnzimmer .....	105
5.5 Wer pflegt? .....	107
5.6 Der Kampf um den Pflegegrad .....	109
5.7 Unterstützung durch ambulante Pflegedienste .....	115
5.8 Unterstützung durch ausländische Pflegekräfte .....	119
<b>6. Was Sie über stationäre Pflege wissen sollten .....</b>	<b>133</b>
6.1 Wenn häusliche Pflege nicht infrage kommt .....	134
6.2 Pflegeheim .....	134
6.3 Die Angst vor dem Heim und das schlechte Gewissen des Partners .....	135
6.4 Einrichtungen der stationären Pflege .....	138
6.5 Die beste Pflegeeinrichtung finden .....	141
6.6 Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser .....	145

<b>7. Wichtige Vollmachten.....</b>	<b>151</b>
7.1 Die Bankvollmacht.....	152
7.2 Die Vorsorgevollmacht.....	152
7.3 Die Patientenverfügung .....	154
7.4 Die Betreuungsverfügung.....	156
7.5 Die Generalvollmacht.....	157
7.6 Das Testament.....	158
<b>Stichwortverzeichnis.....</b>	<b>161</b>