

Checkliste Nachsorge:

Daran sollten Sie bereits vor dem Klinikaufenthalt denken!

- Nehmen Sie möglichst schon beim Beratungsgespräch vor dem geplanten Krankenhausaufenthalt oder während Ihres OP-Aufenthalts Kontakt zum **Sozialdienst des Krankenhauses** auf. Fragen Sie, welche Anträge Sie wann an wen stellen müssen, zum Beispiel zur Klärung des Kostenträgers der medizinischen Anschlussheilbehandlung (AHB) oder Rehabilitation und der Kostenerstattung.
- Falls Sie eine spezielle Reha-Klinik für Ihre AHB im Blick haben, klären Sie vorher, ob Ihre **Krankenkasse mit dieser Klinik einen Versorgungsvertrag** hat und tragen Sie Argumente für die Verhandlungen zusammen. Nach der OP ist es schwerer, dafür die Kraft aufzubringen.
- **Packen Sie Ihren Koffer** für die AHB schon vor der Einweisung – nach der OP wird es mühsam.
- Falls Sie nach der OP nach Hause kommen: Welche **Handgriffe** oder **Wege** könnten schwierig werden und welche Lösungen gibt es? Tabletten schon vor der OP aus dem Blister herausdrücken, Essen vorkochen und in kleinen Portionen einfrieren, an leicht anzuziehende Kleidung denken (Trainingshosen mit Gummibund, weite T-Shirts), Stolperfallen entfernen, an sonstige **Hilfsmittel** wie Greifzangen denken.
- Um sicherzugehen, dass Sie eine engmaschige **Krankengymnastik** und andere notwendige Behandlungen erhalten, organisieren Sie möglichst schon rechtzeitig vor Ihrer Einweisung die Termine. Besorgen Sie sich am besten zuvor die notwendigen Rezepte oder klären Sie ab, ob die Rezepte zu Ihnen nach Hause geschickt werden können.
- Erkundigen Sie sich beim Sozialdienst nach **Unterstützungsmöglichkeiten**, zum Beispiel Haushaltshilfe, Rollator, Pflegebett. Fragen Sie Familie und Freunde, ob sie Zeit einplanen können, um Sie zu unterstützen.
- Bis zum Entlassungsgespräch sollte spätestens geklärt werden, wie die **Anschlussversorgung** zu regeln ist, wann die nächste ärztliche Kontrolle stattfindet, ob alle erforderlichen Pässe (wie OP-Pass) ausgestellt und aktualisiert und alle notwendigen Informationen für die weitere Behandlung an den entsprechenden Arzt weitergeleitet wurden. Sind Röntgen- oder Computertomografieaufnahmen zum weiterbehandelnden Arzt mitzunehmen? Welche Medikamente sind in welcher Dosierung einzunehmen? Wer stellt das erste Rezept dafür aus? Sie erhalten auch einen Arztbrief, der einen Überblick über Ihren Gesundheitszustand bei der Entlassung gibt und die Nachbehandlung erläutert.
- Klären Sie, sofern notwendig, alle Fragen rund um die **Arbeitsunfähigkeit** und wer eine entsprechende Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung ausstellt.