

## Rezepte für ein längeres Leben

Themenabend des Freundeskreises der Ellwanger Klinik zum Pflegestärkungsgesetz

ELLWANGEN (Ij) - Was kann man für ein langes Leben tun? Und welche Unterstützung bietet die Pflegekassen? Antworten auf diese Fragen haben Holger Uhlig von der AOK Ostwürttemberg und Josef Lingel, der Leiter des sozialen Beratungsdienstes an der Sankt-Anna-Virginer-Klinik, gegeben. Sie sprachen vor rund 70 Zuhörern.

Mit 90 Jahren haben Frauen heute noch eine Lebenserwartung von über

vier Jahren, sagte Lingel. Doch nicht alle werden alt. Drastisch wirke sich die soziale Stellung aus. Geringverdiener leben danach bis zu zehn Jahre weniger als Menschen mit höheren Einkommen. Anlass zur Sorge gibt aus Lingels Sicht, dass im Alter Krankheiten häufiger übersehen werden, den Schmerz herunterzuspielen. Hilfreich dagegen sei die „Salutogenese“. Einfach gesagt bedeute dies:

„Die Lebensumstände des Alters positiv zu betrachten.“ Etwa die Leserinne zu akzeptieren, statt sich zu ärgern. Viele Menschen, vor allem Frauen, leben im Alter allein. Wer sich dabei weiterhin im Austausch mit anderen befinde, habe gute Chancen auf ein langes und glückliches Leben. Was sich seit Jahresbeginn bei den Pflegeleistungen geändert hat, berichtete Holger Uhlig von der AOK. Neu ist, dass die Einstufung des Pflege-

grads nach Punktwerten ermittelt wird. Anhand einer einfachen Tabelle und der Beurteilung in sechs Themengebieten wird der vorläufige Punktwert und die Pflegestufe (0 bis 5) festgestellt. Neu ist auch, dass es innerhalb derselben Pflegeeinrichtung keinen Unterschied mehr bei den Eigenanteilen gibt. Die Pflegestufe spielt keine Rolle mehr. Dies habe zu einem sprunghaften Anstieg bei den Anträgen geführt.