

SOS Mappe

Ihre Hilfe für den Notfall!



Neuenhaus
Raum für Ihre Zukunft



VORWORT

Liebe Bürgerinnen und Bürger,
wir möchten, dass Sie auf den Notfall vorbereitet sind.

Diese SOS-Mappe beinhaltet wichtige Adressen und Telefonnummern.
In der Mappe befinden sich auch Vordrucke, auf denen Sie wichtige persönliche und medizinische Daten selber eintragen können.

Bitte nutzen Sie auch den Notfallpass in der Rückseite der Broschüre.
Diesen können Sie ausfüllen und in Ihrer Geldbörse deponieren.

Die aktuellen Standorte der Defibrillatoren finden sie auf unserer Webseite
www.neuenhaus.de unter Gesundheit und Soziales.

Die Inhaltsblätter der SOS-Mappe hat der
Seniorenbeirat der Samtgemeinde Neuenhaus erarbeitet.

Aktualisieren Sie bitte regelmäßig die Einträge und bewahren Sie
die Mappe gut sichtbar und leicht zugänglich auf.

Ihr
Seniorenbeirat





Inhaltsverzeichnis

Wichtige Telefonnummern	1
Im Notfall benachrichtigen	2
Medizinische Daten	3
Medizinische Risikofaktoren	4
Medikamentenliste	5
Gesundheitsausweise / Pässe	6
Sonstige Unterlagen / Dokumente	7
Verträge / Versicherungen	8
Krankentransport/stationäre Aufnahme/Todesfall	9
Inhalt der Bereitschaftstasche	10
Betreuungsvollmacht, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung	11
Notfallpass	Rückseite Umschlag
Karte mit Notfall-Rufnummern	Rückseite Umschlag



Wichtige Telefonnummern

Rettungsdienst	112
Feuerwehr	112
Polizei	110
Hausarzt	
Apotheken Notdienst	0800 00 22 8 33
Augenärztlicher Notdienst	0541 949 83 45
Gift Notruf	0551 192 40
Euregio Klinik Albert-Schweitzer-Strasse 10, 48527 Nordhorn	05921 84-0
St. Bonifatius-Hospital Wilhelmstraße 13, 49808 Lingen	0591 910-0
Ärztlicher Bereitschaftsdienst Bundesweit	116 117
Samtgemeindeverwaltung	05941 911-0
Telefonseelsorge	0800 111 0 222
Häusliche Gewalt	08000 116 016
Opferhilfe	0541 600 86 58
Ambulanter Pflegedienst	
Sperrung aller Kreditkarten	116 116



Im Notfall benachrichtigen

Name: _____ Vorname: _____

Anschrift: _____

Telefon / Mobilnummer: _____

Sollte die genannte Person nicht erreichbar sein, dann wenden Sie sich bitte an:

Name: _____ Vorname: _____

Anschrift: _____

Telefon / Mobilnummer: _____

Einen Ersatzschlüssel (Haus / Wohnungstür) hat

Name: _____

Telefon / Mobilnummer: _____

Behandelnder Hausarzt

Name: _____

Telefon / Mobilnummer: _____

Weiterer behandelnder Arzt

Name: _____

Telefon / Mobilnummer: _____



Medizinische Daten

(Gegebenenfalls Kopien in einer Klarsichthülle ablegen)

Krankenkasse: _____

Nr. der Versichertenkarte: _____

Evtl. Befreiungsausweis: _____

Evtl. Zusatzversicherung: _____

Pflegekasse: _____

Pflegegrad: 1 2 3 4 5 seit: _____

Schwerbehinderung: ja/nein GdB: _____ Merkzeichen: _____

G aG H RF B BI GI

Blutgruppe/Rhesusfaktor: _____

(Bitte hinterlegen Sie einen Beleg in der Notfallmappe, z.B. Kopie des Blutspendeausweises)

Im Notfall zu beachten: _____

(z.B. Allergien, Glasknochen, Bluter, HIV)

Notizen: _____



Medizinische Risikofaktoren

(*Bitte in die Medikamentenliste Seite 5 eintragen)

Diabetiker: Ja / Nein Name des Insulins* Dosierung*

Blutgerinnungshemmende Medikamente*: Ja / Nein

Bronchial Asthma*: _____

Medikamenten Unverträglichkeiten: _____

Pflegekasse: _____

Allergien: _____

Andere Erkrankungen/Hilfsmittel:

- | | |
|---|---|
| <input type="radio"/> Herzinfarkt | <input type="radio"/> Herzschrittmacher |
| <input type="radio"/> Defibrillator | <input type="radio"/> Krampfleiden (z.B. Epilepsie) |
| <input type="radio"/> Dialysebehandlung | <input type="radio"/> Chronisches Organleiden |
| <input type="radio"/> Thromboseneigung | <input type="radio"/> Zahnprothesen |
| <input type="radio"/> Schwerhörigkeit | <input type="radio"/> Hörgeräte |
| <input type="radio"/> Sehbehinderung | <input type="radio"/> Kontaktlinsen |

Erfolgte Operationen: _____



Gesundheitsausweise/Pässe

Pässe, Ausweise und der Notfallpass sind wichtig für den Rettungsdienst/Notarzt und die Ärzte im Krankenhaus, diese sollten Sie immer bei sich tragen.

Eine Kopie der Pässe, Ausweise, Notfallpass bitte in die SOS-Mappe hinter diesem Blatt einheften.

- Impfpass
- Blutspendeausweis
- Implantatausweis
- Diabetikerausweis
- Schwerbehindertenausweis
- Röntgenausweis
- Allergieausweis
- Organspendeausweis
- Marcumar-Ausweis
- Brillenpass
- Herzschrittmacherausweis/Defibrillatorausweis

Notizen: _____



Sonstige Dokumente/Unterlagen

Kopien von Dokumenten und Unterlagen können in Plastikhüllen oder gelocht hinter diesem Blatt eingefügt werden, oder es sollte der Aufbewahrungsort angegeben werden.

- Kopie Personalausweis
- Sozialversicherungsunterlagen
- Vorsorgevollmacht mit Betreuungsvollmacht
- Patientenverfügung
- Kontovollmacht
- Verfügung für den Todesfall

Notizen: _____



Verträge/Versicherungen

Sie sollten eine Liste aller Versicherungspolizen erstellen und vermerken, wo sich diese befindet. Ggf. Kopien von Verträgen und Versicherungspolizen in einer Plastikhülle oder gelocht hinter diesem Blatt einfügen.

- Lebensversicherung: _____
- Unfallversicherung: _____
- Haftpflichtversicherung: _____
- Hausratversicherung: _____
- Feuerversicherung: _____
- Gebäudeversicherung: _____
- KFZ-Versicherung: _____
- Sterbegeldversicherung: _____
- Rechtsschutzversicherung: _____
- Sonstige Versicherungen: _____



Krankentransport/ stationäre Aufnahme/Todesfall

Bitte beachten Sie für einen Krankentransport oder bei einer stationären Aufnahme folgende Hinweise:

- Informieren Sie die Hilfskräfte am Telefon über Ihren genauen Standort (genaue Adressangabe, ggf. Wegbeschreibung)
- Wenn möglich (vor allem bei Dunkelheit), schalten Sie ein Außenlicht am Haus ein und/oder erleuchten Sie ein Fenster.
- Schaffen Sie Zugänge und Freiraum für die Hilfskräfte, bei liegenden Patienten möglichst Zugang zum Krankbett freimachen (kleinere Möbel wie Stühle und Tische wegräumen).
- Leiten Sie Informationen an wichtige Personen weiter (evtl. Nachbarn wegen Haustieren, Post, Blumen, Pflegedienst).
- Überprüfen Sie die Ausstattung einer Bereitschaftstasche und stellen Sie diese auffällig bereit. Eine Checkliste finden Sie auf der nachfolgenden Seite.
- Es besteht ein Testament.
Es wurde hinterlegt bei: _____
- Es besteht eine Verfügung für den Bestattungswunsch.
Diese wurde hinterlegt bei: _____
- Es ist ein Bestattungsvorsorgevertrag abgeschlossen bei: _____



Inhalt der Bereitschaftstasche

- SOS-Notfallmappe / Persönliche Daten / Pässe
- Morgenrock, Bademantel, evtl. Jogginganzug
- Toilettenartikel, Wasch- und Rasierzeug
- Nachtwäsche, Leibwäsche, Hausschuhe, Strümpfe und Taschentücher
- Ggf. Brille, Hörgerät, Prothese, Gehhilfe
- Bisher einzunehmende Medikamente, wenn vorhanden mit Dosierung
- Pers. Gegenstände wie Bücher, Fotos, Zeitschriften
- Geld (nur geringer Betrag) - Wertsachen werden im Krankenhaustresor hinterlegt
- Uhr und/oder Wecker
- Krankenseinweisung
- Anschriften und Telefonnummern der nächsten Angehörigen
- Krankenversichertenkarte

Notizen: _____



Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

(Diese stehen Ihnen im Internet zur Verfügung)

• **Betreuungsverfügung**

Diese Verfügung ist der Auftrag an das Gericht, eine von Ihnen gewünschte Person zu Ihrem rechtlichen Betreuer zu bestellen, wenn das später einmal nötig wird: Nach Paragraph 1896 des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB) ist das der Fall, wenn Sie infolge einer psychischen Krankheit sowie einer Behinderung rechtliche Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht mehr regeln können und keine anderen Vorsorgevollmachten getroffen haben. Der Betreuer wird Sie nur in den rechtlichen Aufgaben vertreten, die Sie nicht mehr bewältigen können. Das Gericht prüft, ob Ihr gewünschter Vertreter für diese Aufgabe geeignet ist: Wenn ja, wird es Ihrem Wunsch entsprechen. Anderenfalls wählt das Betreuungsgericht eine dritte Person aus, soweit möglich, aus Ihrem näheren Umfeld, sonst einen fremden ehrenamtlichen oder beruflichen Betreuer.

• **Vorsorgevollmacht**

Mit einer Vorsorgevollmacht beauftragen Sie eine Person Ihres Vertrauens, stellvertretend für Sie zu handeln, zu entscheiden und Verträge abzuschließen - entweder umfassend oder in abgegrenzten Bereichen. Die Vollmacht gilt nur, wenn Sie die Dinge nicht mehr selbst bewältigen können. Sie können die Vollmacht dem Beauftragten auch jederzeit entziehen oder sie inhaltlich verändern.

• **Patientenverfügung**

Mit der gesetzlich geregelten Patientenverfügung können Sie für den Fall der späteren Entscheidungsunfähigkeit vorab schriftlich festlegen, ob Sie in bestimmte medizinische Maßnahmen einwilligen oder sie untersagen. Der Arzt hat dann zu prüfen, ob Ihre Festlegung auf die aktuelle Lebens- und Behandlungssituation zutrifft. Ist dies der Fall, so hat er die Patientenverfügung unmittelbar umzusetzen.

Ihr persönlicher SOS Notfallpass



Bitte füllen Sie diesen aus
und deponieren Sie ihn in Ihrer Geldbörse.

Ihre persönlichen SOS Notfallnummern



Bitte stellen Sie diese Karte neben Ihr Telefon.



Samtgemeinde Neuenhaus
Seniorenbeirat