Palliativphase > Selbstständigkeit und Mobilität

Das Wichtigste in Kürze

Auch wenn eine unheilbare Krankheit in ein fortgeschrittenes Stadium kommt, wollen Betroffene im Rahmen ihrer Möglichkeiten selbstständig und mobil bleiben. Viele Menschen, die Palliativversorgung erhalten, wollen dies mit medizinischer und pflegerischer Unterstützung möglichst in ihrer häuslichen Umgebung. Um Mobilität und Selbstständigkeit zu erhalten, gibt es zahlreiche Hilfen.

Bewegung/ Mobilität trotz Einschränkungen

Mobilität umfasst viele Aspekte: vom selbstständigen Verlassen des Hauses bis zur Fähigkeit, selbst die Toilette aufzusuchen, sich zu waschen, anzuziehen oder zu essen.
Selbst bei bettlägerigen Menschen ist Mobilisierung ein wichtiges Thema, um z.B. Druckstellen und Wundliegen (Dekubitus) zu vermeiden.

Studien zeigen, dass körperliche Bewegung auch in der Palliativversorgung eine wichtige Rolle spielt, insbesondere zur Verbesserung der Lebensqualität. Individuell angepasste Bewegungsprogramme können helfen, Symptome wie ausgeprägte Schwäche (Fatigue) und Depressionen zu lindern.

Körperliche Einschränkungen, z.B. durch Schmerzen, starken Gewichtsverlust (Kachexie) oder Atemnot, sind sehr unterschiedlich, deshalb sind allgemeingültige Empfehlungen schwierig (Näheres zu Symptomen unter Palliativphase > Symptome). Es hat sich gezeigt, dass schon kleine Bewegungsimpulse, wie Mobilisation im Bett oder kurze Gehstrecken, positive Effekte haben können.

Mobilität reduziert zudem auch das Risiko für Stürze, Näheres unter Sturzprophylaxe.

Heilmittel

Physiotherapie und/ oder Ergotherapie können je nach den vorliegenden Bewegungseinschränkungen helfen und unterstützen. Sie können dazu beitragen, Selbstständigkeit und Lebensqualität möglichst lange zu erhalten. Wichtig für viele Betroffene ist auch das Gefühl, dass „etwas für sie getan wird“ und sie Zuwendung erfahren. Diese Therapieleistungen zählen zu den Heilmitteln. Werden Heilmittel ärztlich verordnet, übernimmt die Krankenkasse die Kosten. Versicherte müssen in der Regel eine Zuzahlung für verordnete Heilmittel leisten.

Heilmittel und Hausbesuch

Die Verordnung von Heilmitteln außerhalb physio- oder ergotherapeutischer Praxen, insbesondere in Form eines Hausbesuchs, ist **ausnahmsweise zulässig**, wenn die Praxis aus medizinischen Gründen nicht aufgesucht werden kann bzw. wenn der Hausbesuch aus medizinischen Gründen zwingend notwendig ist. Auf der ärztlichen Verordnung muss dann „Hausbesuch“ angekreuzt sein.

Praxistipp

Zugelassene Physio- und Ergotherapiepraxen können Sie über die Heilmittelerbringerliste des GKV-Spitzenverbands unter www.gkv-spitzenverband.de > Service > Heilmittelerbringerliste suchen. Das Portal ermöglicht eine Suche nach Ort, Umkreis und Heilmittelbereich. Ob eine Praxis Hausbesuche anbietet und Behandlungen übernehmen kann, muss direkt bei der jeweiligen Praxis erfragt werden. Adressen von zugelassenen mobilen Physio- und Ergotherapiepraxen können Sie auch bei der Krankenkasse erfragen.

Hilfsmittel

Hilfsmittel in der palliativen Versorgung dienen der Linderung von Beschwerden und Symptomen und unterstützen die Pflege. Häufig eingesetzte Hilfsmittel sind:

- Pflegebetten, Wechseldruck- oder Weichlagerungsmatratzen
- Rollstühle, Toilettenstühle, Lagerungshilfen
- Sauerstoffkonzentratoren, Absauggeräte
- Sondennahrung, Infusionsständer
- Inkontinenzmaterialien, Urinflaschen, Steckbecken
- Hilfen zur Stomaversorgung und Wundversorgung

Hilfsmittel können von Vertragsärzten oder Krankenhäusern im Rahmen des Entlassmanagement verordnet werden. Nur Produkte, die im Hilfsmittelverzeichnis des GKV-Spitzenverbands gelistet sind, können verordnet werden, in der Regel fallen Zuzahlungen an. Bei besonderen Bedürfnissen kann auch ein nicht gelistetes Produkt verordnet werden, wenn es medizinisch begründet ist.
Eine für Laien verständliche Übersicht zu Hilfsmitteln bietet das Portal Rehadat unter www.rehadat-hilfsmittel.de.

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Weitere Hilfen

Folgende Hilfen und Informationen können zudem die Mobilität schwer kranker Menschen erhöhen:

Fahrdienste von Haustür zu Haustür, wenn sonst die Wege nicht zu bewältigen wären.

Haushaltshilfe – wird in der Palliativsituation nur sehr selten gestellt.

Hausnotrufsysteme, um im Notfall Hilfe holen zu können.

Mahlzeitendienste, z.B. Essen auf Rädern.

Wohnberatung, wenn die Wohnsituation den Lebens- und Pflegebedürfnissen nicht mehr entspricht.

Wohnumfeldverbesserung: Zuschuss zum Wohnungsumbau, um die Pflege zu erleichtern oder mehr Selbstständigkeit zu ermöglichen.

Verwandte Links

Ratgeber Palliativversorgung

Palliativphase

Palliativversorgung

Palliativpflege

Palliativpflege durch Angehörige

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg