

# Erste Hilfe

Du bist gerade erst mit der Diagnose AT konfrontiert worden? Wir kennen diese Situation und sie war bzw. ist auch für uns ein Schock. Wir versuchen hier, stichpunktartig zusammenzuschreiben, was wir so getan haben und was uns geholfen hat:

- Hole Dir professionelle Hilfe!
- Suche Dir Hilfe in deinem Familien- bzw. Freundeskreis
- Überlege Dir eine Strategie, wie du wen informieren möchtest. Wenn es Dir schwer fällt, persönlich darüber zu sprechen, verfasse einen Text und schicke diesen raus
- Prüfe, kläre bzw. optimiere deinen Versicherungsschutz
  - Für den/die Betroffenen kannst du vmtl. nichts mehr tun, aber
  - schau, dass du als Mutter oder Vater abgesichert bist
    - Lebensversicherung
    - Berufsunfähigkeitsversicherung
    - ...
- Beantrage einen Pflegegrad und prüfe regelmäßig, ob er noch entsprechend passt
  - Denk an die regelmäßigen Termine mit der Pflegedienstberatung
- Beantrage die orangene Parkerleichterungskarte, wie das genau in deinem Bundesland funktioniert, kann dir deine Gemeinde bzw. Dein Landratsamt sagen
- Tritt dem VDK oder einem anderen Verein bei, der dich bei jeglichen Sozialfragen berät
- ...

Es gibt von der ATCP.org auch ein Dokument auf Englisch in dem einige Dinge beschrieben sind: "[Caring for People with A-T](#)", dort sind auch einige Dinge beschrieben.

---

Revision #5

Created 15 November 2021 14:21:34 by Dirk

Updated 17 December 2021 07:35:56 by Dirk