

Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter [www.betanet.de](http://www.betanet.de).

© 2024 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | [www.betanet.de](http://www.betanet.de)

# Osteoporose > Hilfsmittel - Wohnen

## 1. Das Wichtigste in Kürze

Im fortgeschrittenen Stadium einer Osteoporose-Erkrankung können alltägliche Dinge wie Einkaufen, Hausarbeit, An- und Ausziehen zum Problem werden und ohne fremde Hilfe nur noch schwer durchführbar sein. Eine Reihe von Hilfsmitteln können die Mobilität und die Selbstständigkeit erhöhen.

## 2. Hilfsmittelberatung bei Osteoporose

Vor der Anschaffung von Hilfsmitteln zur Alltagserleichterung sollte ein Beratungsgespräch mit dem behandelnden Arzt, Physio- oder Ergotherapeuten stattfinden, damit unter der Vielzahl der Hilfsmittel das Richtige für den Einzelfall ausgewählt wird. Wer sich nach Knochenbrüchen im Krankenhaus und später in einer Reha-Einrichtung aufhält, wird meist schon dort zu notwendigen Hilfsmitteln beraten.

## 3. Hilfsmittel speziell für Osteoporose

Folgende Hilfsmittel können bei Osteoporose sinnvoll sein:

- **Hüftprotektoren** (Schutzpolster) werden zusammen mit sog. Hüftschutzhosen getragen. Dies sind spezielle Unterhosen, in deren Seitentaschen die Hüftprotektoren eingesteckt werden. Sie sollen Knochenbrüche bei einem Sturz verhindern.
- **Orthesen oder elastische Bandagen** stützen die Wirbelsäule, wirken Fehlhaltungen entgegen und können den Körper bei Schmerzen entlasten. Es gibt aktive und passive Orthesen. Die passive stützt und entlastet nur. Die aktive unterstützt eine aufrechtere Haltung und stärkt die Muskulatur.
- **Adaptionshilfen** wie z.B. Schuhanzieher, Strumpfanzieher, rutschfeste Unterlagen für den Tisch und Greifzangen.
- **Hilfsmittel zur Erleichterung des Alltags** wie z.B. spezielle Griffe im Bad, Toilettensitzerhöhung, Badewannenbrett, Duschstuhl und speziell angepasste Werkzeuge (Dosen- und Flaschenöffner, Besteck).
- **Geh-, Sitz- und Stehhilfen** wie z.B. Gehstöcke, Rollator, Keilkissen zum Aufrecht sitzen.
- **Hausnotrufsysteme** ermöglichen pflegebedürftigen Menschen, per Knopfdruck Hilfe anzufordern, Näheres unter [Hausnotrufsysteme](#).

## 4. Kostenübernahme von Hilfsmitteln

Die Krankenversicherung übernimmt die Kosten von Hilfsmitteln mit zum Teil starken Einschränkungen. Auf jeden Fall muss ein Arzt das Hilfsmittel und/oder Heilmittel verordnen.

Haltbare Hilfsmittel, z.B. Krücken, Rollstühle und Badehilfen, werden meist leihweise überlassen.

Die Versorgung mit Hilfsmitteln erfolgt in der Regel durch Sanitäts- und Rehafachgeschäfte, die einen Vertrag mit der Krankenkasse abgeschlossen haben. Bezieht der Versicherte aufgrund eines berechtigten Interesses Hilfsmittel bei einem Anbieter, der keinen Vertrag mit der Krankenkasse hat, muss er die Mehrkosten selbst tragen. Wer dies vermeiden möchte, sollte sich vorab die Vertragspartner von der Krankenkasse benennen lassen.

Allgemeine Informationen zu Kosten, Verordnung und Zuzahlungen finden Sie unter folgenden Links:

- [Hilfsmittel](#)
- [Rollstühle](#)
- [Orthopädische und andere Hilfsmittel](#), z.B. Gehhilfen und Hilfsmittel für den Haushalt und die Freizeit

## 5. Hilfen rund ums Wohnen

Bei fortschreitender Osteoporose kommt der Sicherheit in der Wohnung und den Hilfsmöglichkeiten im häuslichen Umfeld große Bedeutung zu.

Informationen finden Sie unter folgenden Links:

- [Wohnumfeldverbesserung](#) (Wohnraumanpassung, z.B. Einbau eines Treppenlifts)
- [Wohnberatung](#) (mit Adressen)
- [Wohngeld](#)
- [Pflegehilfsmittel](#) und technische Hilfen
- [Hausnotrufsysteme](#)
- [Hilfsmittel](#), z.B. [Rollstühle](#)
- [Orthopädische und andere Hilfsmittel](#)
- [Osteoporose > Hilfsmittel](#)
- Tipps zur Vermeidung von Stürzen: [Sturzprophylaxe](#)
- [Betreutes Wohnen für Senioren](#)
- [Wohnen im Alter](#)
- [Häusliche Krankenpflege](#)
- [Mahlzeitendienste](#)
- [Osteoporose > Pflege](#)

Ein wichtiger Aspekt bei Osteoporose ist die Vermeidung von Stürzen, Näheres unter [Sturzprophylaxe](#) .

## 6. Verwandte Links

[Ratgeber Osteoporose](#)

[Osteoporose](#)

[Osteoporose > Krankheit und Behandlung](#)

[Osteoporose > Behinderung](#)

[Osteoporose > Bewegung - Training - Rehabilitation](#)

[Osteoporose > Pflege](#)

[Osteoporose > Arbeit und Rente](#)

[Osteoporose > Ernährung](#)

[Osteoporose > Finanzielle Hilfen](#)

[Sturzprophylaxe](#)

[Knochendichtemessung](#)