

PERSÖNLICHES NOTFALLBLATT

Für ältere Menschen · Ausfüllen, aktuell halten und gut sichtbar aufbewahren

1. Persönliche Angaben

Name, Vorname

Geburtsdatum

Adresse

Telefon

Krankenkasse / Versichertennummer

2. Erkrankungen und wichtige Hinweise

Bekannte Erkrankungen / Diagnosen:

☐ Diabetes

☐ Bluthochdruck

☐ Atemwegserkrankung

☐ Sturzgefahr / eingeschränkte Mobilität

☐ Herzkrankheit / Herzschrittmacher

☐ Nierenerkrankung

☐ Demenz / Gedächtnisprobleme

☐ Weitere: _____

3. Allergien und Unverträglichkeiten

☐ Keine bekannt

☐ Medikamente:

☐ Lebensmittel:

☐ Sonstige:

Reaktion / Besonderheiten: _____

4. Aktuelle Medikamente und Dosierung

Alle regelmässigen Medikamente und Bedarfsmedikamente eintragen. Dosierung anhand der aktuellen ärztlichen Verordnung prüfen.

Medikament / Wirkstoff	Stärke	Morgens	Mittags	Abends	Nachts	Grund / Hinweise

Bedarfsmedikamente / Höchstdosis gemäss Verordnung: _____

NOTFALLBLATT · KONTAKTE & CHECKLISTE

Zum persönlichen Notfallblatt dazulegen

5. Hausarzt / Hausärztin

Name / Praxis

Telefon

Adresse

Vertretung / Telefonnummer

6. Angehörige und Notfallkontakte

Kontaktperson 1 / Beziehung

Telefon

Kontaktperson 2 / Beziehung

Telefon

7. Notfallpass und medizinische Unterlagen

- ☐ Notfallpass vorhanden und aktuell
- ☐ Allergien und Diagnosen überprüft
- ☐ Versichertenkarte griffbereit

- ☐ Notfallpass / Medikamentenliste griffbereit
- ☐ Patientenverfügung vorhanden (falls zutreffend)
- ☐ Aufbewahrungsort der weiteren Unterlagen bekannt

8. Medikamente und Hilfsmittel - Checkliste

- ☐ Ausreichender Vorrat der verordneten Medikamente vorhanden
- ☐ Rezepte / Nachbestellung rechtzeitig organisiert
- ☐ Brille vorhanden und sauber
- ☐ Ersatzbatterien / Ladegerät für Hörgeräte
- ☐ Zahnprothese und Pflegeutensilien (falls benötigt)

- ☐ Medikamente nicht abgelaufen und korrekt gelagert
- ☐ Bedarfsmedikamente vorhanden (falls verordnet)
- ☐ Hörgeräte vorhanden und funktionsfähig
- ☐ Gehstock / Rollator / Rollstuhl griffbereit (falls benötigt)
- ☐ Mobiltelefon geladen; wichtige Nummern gespeichert

9. Weitere wichtige Angaben

Blutverdünner / besondere Risiken: _____

Implantate / Herzschrittmacher: _____

Mobilität / Gehhilfe / Sturzrisiko: _____

Besondere Hinweise für Rettungsdienst und Pflege:

Aufbewahrungsort weiterer Unterlagen

Letzte Aktualisierung

Wichtig: Nach jeder Änderung der Medikation aktualisieren. Die Medikamentenliste muss mit der aktuellen ärztlichen Verordnung übereinstimmen. Dieses Blatt ersetzt keinen offiziellen Notfallpass und keine ärztliche Dokumentation.