Hauptsitz:
KE!N EINZELFALL e.V.
Schiffbeker Höhe 30
22119 Hamburg

Unsere Landesstellen:
Bayern I Berlin
Sachsen-Anhalt
Schleswig-Holstein

Der **KE!N EINZELFALL e.V.** steht für **Sichtbarkeit, Gehör und Unterstützung**!

Gern möchten wir dich unterstützen und stellen dir Informationsmaterial zur Verfügung.
Unser Informationsmaterial dient ausschließlich der Aufklärung. Es ersetzt keine Rechtsberatung und keine Therapie.

Thema: Ärztliches Attest zur Nutzung eines Fahrdienstes

Vielleicht kennst du folgende Situation: Du hast einen Arzttermin, musst zu einer Therapie, zu einer Behörde oder einen anderen wichtigen Termin wahrnehmen. Der eigentliche Termin wäre machbar. Doch bereits der Weg dorthin stellt eine erhebliche Herausforderung dar. Vielleicht kannst du öffentliche Verkehrsmittel nicht nutzen. Vielleicht lösen Busse, Bahnen oder Menschenansammlungen starke Ängste aus. Vielleicht treten Panikattacken, Flashbacks oder Dissoziationen auf. Vielleicht verhindern körperliche Einschränkungen, Schmerzen oder Erschöpfung, dass du den Weg eigenständig bewältigen kannst. In solchen Situationen kann ein Fahrdienst eine wichtige Unterstützung sein.

Was ist ein Fahrdienst?
Ein Fahrdienst soll Menschen unterstützen, die notwendige Wege aufgrund ihrer gesundheitlichen Einschränkungen nicht selbstständig oder nicht zumutbar bewältigen können. Je nach Situation können Fahrdienste beispielsweise für folgende Fahrten genutzt werden: Arztbesuche, Therapien, Behörden, soziale Kontakte, Freizeitaktivitäten, Maßnahmen der Teilhabe, wichtige Besorgungen. Ziel ist es, die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen.

Wann kann ein Attest sinnvoll sein?
Ein Attest kann hilfreich sein, wenn du aufgrund deiner gesundheitlichen Einschränkungen regelmäßig Schwierigkeiten hast öffentliche Verkehrsmittel zu nutzen, längere Wege zurückzulegen, selbst Auto zu fahren, allein unterwegs zu sein, Termine eigenständig zu erreichen.

Wer kann einen Fahrdienst übernehmen?
Je nach Situation können unterschiedliche Leistungsträger zuständig sein.
Zum Beispiel: Eingliederungshilfe, Sozialamt, Pflegekasse, Krankenkasse, Unfallversicherung, andere Rehabilitationsträger. Welche Stelle zuständig ist, hängt vom jeweiligen Einzelfall ab.

Warum kann ein Attest wichtig sein?
Viele gesundheitliche Einschränkungen sind von außen nicht sichtbar.
Gerade Menschen mit: PTBS, komplexer PTBS, Angststörungen, Panikstörungen, Dissoziationen, neurologischen Erkrankungen, chronischen Schmerzen, schweren Erschöpfungszuständen, werden häufig gefragt, warum sie nicht einfach Bus, Bahn oder das eigene Auto nutzen.
Ein Attest kann helfen, die tatsächlichen Belastungen und Einschränkungen nachvollziehbar zu dokumentieren.

Was sollte in einem Attest beschrieben werden?
Nicht die Diagnose allein ist entscheidend. Wichtiger ist die Frage: **Warum kannst du notwendige Wege nicht oder nur unter erheblichen Belastungen eigenständig bewältigen?**

© KE!N EINZELFALL e.V.

Hilfreich sind beispielsweise Angaben zu: Angstzuständen, Panikattacken, Flashbacks, Dissoziationen, Orientierungsproblemen, Schmerzen, Erschöpfung, Mobilitätseinschränkungen, Risiken bei eigenständigen Wegen, Notwendigkeit besonderer Unterstützung.

Mustertext für ein ärztliches Attest
Der folgende Text dient ausschließlich als Beispiel. Er muss immer an deine persönliche Situation angepasst und von deinem behandelnden Arzt oder deiner behandelnden Ärztin geprüft werden.

Textbeispiel für deinen Arzt

Sehr geehrte Damen und Herren,

die oben genannte Patientin befindet sich aufgrund einer chronischen Erkrankung beziehungsweise Traumafolgestörung in meiner regelmäßigen Behandlung. Aufgrund der bestehenden gesundheitlichen Einschränkungen ist die eigenständige Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel beziehungsweise die selbstständige Bewältigung notwendiger Wege erheblich eingeschränkt. Insbesondere kommt es zu Angstzuständen, Überforderungssituationen, Panikreaktionen, Orientierungsproblemen sowie einer deutlich verminderten Belastbarkeit.
Die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel beziehungsweise die eigenständige Anreise zu notwendigen Terminen ist daher nur eingeschränkt oder nicht zumutbar möglich.
Aus medizinischer Sicht besteht die Notwendigkeit der Nutzung eines Fahrdienstes, um notwendige Termine sowie die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben sicherzustellen.

Mit freundlichen Grüßen
[Unterschrift / Stempel Arzt]

----- Ende Beispieltext -----

Was solltest du mit deinem Arzt besprechen?
Je nach Situation kann es sinnvoll sein, folgende Punkte ausdrücklich festhalten zu lassen:
☐ Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel nicht möglich
☐ erhebliche Angst- oder Panikreaktionen
☐ Flashbacks oder Dissoziationen
☐ Orientierungsprobleme
☐ körperliche Einschränkungen
☐ starke Erschöpfung
☐ gesundheitliche Risiken bei eigenständigen Wegen
☐ regelmäßige Arzt- oder Therapietermine
☐ notwendige Begleitung

Häufige Irrtümer
„Einen Fahrdienst bekommen nur Rollstuhlfahrer." Nein. Auch psychische Erkrankungen oder unsichtbare Behinderungen können einen Fahrdienst erforderlich machen.

© KE!N EINZELFALL e.V.

„Ich muss vollständig immobil sein." Nein. Entscheidend ist, ob notwendige Wege eigenständig und zumutbar bewältigt werden können.

„Wenn ich einzelne Wege schaffe, habe ich keinen Anspruch." Falsch. Entscheidend ist die tatsächliche Situation im Alltag und die regelmäßige Belastbarkeit.

„Angststörungen oder Traumafolgestörungen zählen nicht." Doch. Auch psychische Erkrankungen können die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel oder die selbstständige Bewältigung von Wegen erheblich einschränken.

Viele Menschen versuchen lange, trotz erheblicher Belastungen alle Wege allein zu bewältigen. Oft kostet das enorme Kraft. Vielleicht kennst du die Angst vor dem nächsten Termin. Vielleicht planst du jeden Weg stundenlang im Voraus. Vielleicht sagst du Termine ab, weil der Weg dorthin nicht zu schaffen ist. Bitte vergiss nicht: **Teilhabe bedeutet nicht, alles allein schaffen zu müssen.**

Wenn ein Fahrdienst dir dabei hilft, notwendige Termine wahrzunehmen und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen, darfst du diese Unterstützung in Anspruch nehmen. Du musst dich dafür nicht schämen. Du darfst Hilfen nutzen, die genau für solche Situationen geschaffen wurden.

Sichtbarkeit, Gehör und Unterstützung. **Gemeinsam KE!N EINZELFALL!**

Beste Grüße
Das Team von
KE!N EINZELFALL e.V.
Opferhilfe für soziale Gerechtigkeit

© KE!N EINZELFALL e.V.