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 Wegeunfähigkeit

Vielleicht kennst du folgende Situation: Du möchtest einen Termin wahrnehmen. Du möchtest einkaufen gehen, einen Arzt aufsuchen oder einen Behördengang erledigen. Doch bereits der Weg dorthin wird zu einer kaum überwindbaren Hürde. Vielleicht lösen Menschenmengen, öffentliche Verkehrsmittel oder unbekannte Situationen starke Ängste aus. Vielleicht treten Panikattacken, Flashbacks oder Dissoziationen auf. Vielleicht führen Schmerzen, Erschöpfung oder andere gesundheitliche Einschränkungen dazu, dass du Wege nicht oder nur unter erheblichen Belastungen bewältigen kannst. Damit bist du nicht allein.

Gerade Menschen mit Traumafolgestörungen, Angststörungen, chronischen Schmerzen, neurologischen Erkrankungen oder anderen gesundheitlichen Einschränkungen haben häufig Schwierigkeiten, Wege außerhalb der Wohnung eigenständig zurückzulegen.

Was bedeutet Wegeunfähigkeit?
Wegeunfähigkeit bedeutet nicht automatisch, dass du überhaupt nicht mehr laufen kannst. Vielmehr geht es um die Frage: **Kannst du notwendige Wege außerhalb deiner Wohnung eigenständig, sicher und zumutbar bewältigen?** Dabei spielen sowohl körperliche als auch psychische Einschränkungen eine Rolle.
Eine Wegeunfähigkeit kann beispielsweise vorliegen, wenn Wege aufgrund von Angstzuständen nicht möglich sind, Panikattacken regelmäßig auftreten, Flashbacks oder Dissoziationen auftreten, erhebliche Orientierungsprobleme bestehen, starke Schmerzen Wege verhindern, gesundheitliche Krisen zu erwarten sind, Wege nur mit Begleitung möglich sind, die Belastung unverhältnismäßig hoch ist.

Wann kann ein Attest sinnvoll sein?
Ein Attest zur Wegeunfähigkeit kann in vielen Situationen hilfreich sein. Zum Beispiel bei Anträgen auf einen Pflegegrad, GdB- und Merkzeichenverfahren, Verfahren zur Erwerbsminderungsrente, Krankenkassenverfahren, Sozialhilfeverfahren, Eingliederungshilfe, Fahrdienstanträgen, Gerichtsverfahren, Behördenterminen, Widerspruchs- und Klageverfahren.

Warum ist ein Attest wichtig?
Viele gesundheitliche Einschränkungen sind von außen nicht sichtbar. Wer dich nur kurz sieht, erkennt möglicherweise nicht wie viel Kraft ein Weg kostet, welche Ängste auftreten, welche Schmerzen bestehen, welche Folgen nach einer Belastung entstehen, warum du bestimmte Wege vermeidest. Ein Attest kann helfen, diese Einschränkungen nachvollziehbar zu dokumentieren.

Kontakt:
kontakt@kein-einzelfall.de
verwaltung@kein-einzelfall.de
presse@kein-einzelfall.de
Webseite:
www.kein-einzelfall.de

KE!N EINZELFALL e.V.
Vereinsregister Hamburg
Vereinsregisternr. 25873
Finanzamt Hamburg
17/432/18244

Bankverbindung:
KEIN EINZELFALL e. V. – Opferhilfe für soziale Gerechtigkeit
Deutsche Skatbank
IBAN DE79 8306 5408 0006 8893 10
BIC GENODEF1SLR

Ihr wollt uns unterstützen?
Wir freuen uns über eure Hilfe. Kontaktiert uns gern oder unterstützt uns durch eine Spende auf unser Bankkonto oder per Paypal an:
paypal@kein-einzelfall.de

Was sollte in einem Attest beschrieben werden?
Nicht die Diagnose allein ist entscheidend. Wichtiger ist die Beschreibung der tatsächlichen Auswirkungen. Zum Beispiel: Welche Wege sind nicht möglich? Welche Belastungen treten auf? Wie weit kannst du gehen? Benötigst du Pausen? Benötigst du eine Begleitperson? Welche Symptome treten während oder nach einem Weg auf? Welche Folgen hat eine Überforderung?

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 mehrerer gesundheitlicher Einschränkungen in meiner regelmäßigen Behandlung. Aufgrund der bestehenden Erkrankungen bestehen erhebliche Einschränkungen bei der selbstständigen Bewältigung von Wegen außerhalb der Wohnung.

Insbesondere kommt es zu Angstzuständen, Überforderungssituationen, Panikreaktionen, Orientierungsproblemen sowie einer deutlich verminderten Belastbarkeit. Die eigenständige Bewältigung von Wegen ist dadurch nur eingeschränkt oder nicht zuverlässig möglich.
Bereits kurze Wege können zu erheblichen gesundheitlichen Belastungsreaktionen führen. In Belastungssituationen besteht die Gefahr von Krisenreaktionen, Abbrüchen von Wegen oder einer erheblichen Verschlechterung des Gesundheitszustandes.

Aus medizinischer Sicht besteht eine erhebliche Einschränkung der Wegefähigkeit. Die selbstständige Bewältigung notwendiger Wege ist derzeit nicht oder nur unter erheblichen Belastungen möglich.

Mit freundlichen Grüßen
[Unterschrift / Stempel Arzt]

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

Was solltest du mit deinem Arzt besprechen?
Je konkreter die Einschränkungen beschrieben werden, desto hilfreicher kann ein Attest sein.
Besprich deshalb beispielsweise:
☐ Angstzustände oder Panikattacken auf Wegen
☐ Flashbacks oder Dissoziationen
☐ Orientierungsprobleme
☐ Notwendigkeit einer Begleitperson
☐ Schmerzen oder körperliche Einschränkungen
☐ Erschöpfung nach Belastungen
☐ Abbrüche von Wegen
☐ Vermeidungsverhalten

© KE!N EINZELFALL e.V.

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

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

☐ Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel

Häufige Irrtümer
„Wegeunfähig bedeutet bettlägerig." Nein. Auch psychische Erkrankungen oder andere Einschränkungen können dazu führen, dass Wege nicht eigenständig oder nicht sicher bewältigt werden können.

„Wenn ich einzelne Wege schaffe, bin ich nicht wegeunfähig." Falsch. Entscheidend ist die regelmäßige und zuverlässige Bewältigung notwendiger Wege im Alltag.

„Nur körperliche Erkrankungen zählen." Nein. Auch PTBS, Angststörungen, Panikstörungen, Dissoziationen oder andere psychische Erkrankungen können die Wegefähigkeit erheblich einschränken.

Viele Menschen versuchen lange, ihre Schwierigkeiten zu verstecken.
Sie zwingen sich, Wege zu bewältigen, obwohl diese sie körperlich oder psychisch an ihre Grenzen bringen. Vielleicht kennst du das selbst. Bitte vergiss nicht: **Es ist keine Schwäche, gesundheitliche Grenzen anzuerkennen.** Wenn Wege für dich mit erheblichen Belastungen verbunden sind, darfst du das benennen. Du musst dich dafür nicht schämen. Du darfst Unterstützung annehmen.
Und du darfst Nachweise nutzen, die helfen, deine tatsächliche Situation sichtbar zu machen.
Deine Erkrankung wird nicht weniger belastend, nur weil andere sie nicht sehen können.

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.