

Vorlage zum Ausfüllen

Pflegetagebuch: 14 Tage vor der Begutachtung

Der Medizinische Dienst sieht bei seinem Besuch nur eine Momentaufnahme. Sie kennen den Alltag. Dieses Tagebuch hilft Ihnen, den tatsächlichen Hilfebedarf ehrlich und vollständig zu zeigen.

So füllen Sie das Tagebuch aus

Kürzel je Tag eintragen

- **A** = Anleitung oder Erinnerung nötig
- **T** = Teilhilfe, jemand muss mit anpacken
- **K** = komplette Übernahme durch eine andere Person
- **–** = selbstständig möglich

Gern zusätzlich die Dauer in Minuten notieren, z. B. „T 20“.

Wichtig

- Tragen Sie den **normalen** Alltag ein, nicht den besten Tag.
- Auch Hilfe, die „nebenbei“ passiert, zählt (Erinnern, Kontrollieren, Motivieren).
- Nehmen Sie das Tagebuch zur Begutachtung mit und geben Sie dem Gutachter eine Kopie.

Die sechs Bereiche der Begutachtung

Bereich	Gewicht	Beispiele
Mobilität	10 %	Aufstehen, Umsetzen, Treppensteigen, Fortbewegen
Geistige und kommunikative Fähigkeiten sowie Verhaltensweisen	15 %	Orientierung, Gespräche, Unruhe, Ängste, nächtliches Umherwandern
Selbstversorgung	40 %	Waschen, Anziehen, Essen, Trinken, Toilettengang
Umgang mit Krankheit und Therapie	20 %	Medikamente, Verbände, Arztbesuche, Diät
Gestaltung des Alltags und soziale Kontakte	15 %	Tagesablauf, Beschäftigung, Kontakte pflegen

Haushalt und Einkaufen fließen nicht in die Punkte ein, zeigen aber den Unterstützungsbedarf und sind für die Beratung wichtig.
Punkte: Pflegegrad 1 ab 12,5 · Pflegegrad 2 ab 27 · Pflegegrad 3 ab 47,5 · Pflegegrad 4 ab 70 · Pflegegrad 5 ab 90.

Woche 1

Name: _____ Woche vom: _____

Tätigkeit / Bereich	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Aufstehen, Umsetzen, Hinlegen							
Treppensteigen, Fortbewegen in der Wohnung							
Waschen, Duschen, Zähne putzen, Kämmen							
An- und Auskleiden							
Essen und Trinken (Zubereiten, Zerkleinern, Erinnern)							
Toilettengang, Kontinenz							
Medikamente einnehmen (Erinnern, Richten)							
Arztbesuche, Therapien, Verbände							
Orientierung: Zeit, Ort, Personen							
Gespräche führen, Verstehen, Bedürfnisse äußern							
Unruhe, Ängste, nächtliches Umherwandern							
Tagesablauf planen, Beschäftigung							
Kontakte pflegen, Besuche, Telefonieren							
Einkaufen, Haushalt, Post, Behörden							
Nachts: Hilfe oder Beaufsichtigung nötig							

Besonderheiten dieser Woche (Stürze, schlechte Tage, nächtliche Hilfe)

Woche 2

Name: _____ Woche vom: _____

Tätigkeit / Bereich	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Aufstehen, Umsetzen, Hinlegen							
Treppensteigen, Fortbewegen in der Wohnung							
Waschen, Duschen, Zähne putzen, Kämmen							
An- und Auskleiden							
Essen und Trinken (Zubereiten, Zerkleinern, Erinnern)							
Toilettengang, Kontinenz							
Medikamente einnehmen (Erinnern, Richten)							
Arztbesuche, Therapien, Verbände							
Orientierung: Zeit, Ort, Personen							
Gespräche führen, Verstehen, Bedürfnisse äußern							
Unruhe, Ängste, nächtliches Umherwandern							
Tagesablauf planen, Beschäftigung							
Kontakte pflegen, Besuche, Telefonieren							
Einkaufen, Haushalt, Post, Behörden							
Nachts: Hilfe oder Beaufsichtigung nötig							

Besonderheiten dieser Woche

Zusammenfassung für den Gutachter

Diese Seite fassen Sie am Ende zusammen. Sie ist Ihr Spickzettel für den Begutachtungstermin.

Wer hilft derzeit, wie oft und wie lange?

Was klappt gar nicht mehr allein?

Was hat sich in den letzten Monaten verschlechtert?

Hilfsmittel, Diagnosen, Medikamente (Liste beilegen)

Sie möchten das Tagebuch gemeinsam durchgehen oder Hilfe bei Antrag und Begutachtung? Helfende Engel unterstützt Sie kostenlos im Erstgespräch: 0212 88135713.