



Pflegetagebuch

Mit diesem Tagebuch hältst du fest, wobei deine Mutter oder dein Vater im Alltag Hilfe braucht. Das hilft dir bei der Begutachtung für den Pflegegrad, weil du dann nichts vergisst. Und wenn der Bescheid kommt, kannst du ihn mit deinen Notizen vergleichen.

So geht es

1. **Drucke das Tagesblatt (Seite 2) mehrmals aus**, am besten für ein bis zwei Wochen, ein Blatt pro Tag.
2. **Trag jeden Abend kurz ein**, wobei dein Elternteil Hilfe gebraucht hat, wie oft und wie lange ungefähr. Schätzen reicht.
3. **Kreuz bei „Art der Hilfe“ an**, wie viel Hilfe nötig war. Auch Erinnern und Aufpassen ist Hilfe, zum Beispiel „Denk an deine Tabletten“.
4. **Schreib auch die schlechten Tage und die Nächte auf**. Beim Termin mit dem Gutachter zeigen sich viele Eltern von ihrer besten Seite.
5. **Leg das Tagebuch beim Termin bereit**, zusammen mit Arztberichten und dem Medikamentenplan.

Gut zu wissen: Bei der Begutachtung wird geprüft, wie selbstständig dein Elternteil in sechs Bereichen ist: Mobilität, Selbstversorgung, Umgang mit Krankheit und Therapie, Denken und Verständigung, Verhalten und Psyche sowie Alltag und Kontakte. Das Tagesblatt ist genau nach diesen Bereichen geordnet.

Angaben

Name der pflegebedürftigen Person

Geburtsdatum

Pflegekasse (gehört zur Krankenkasse)

Antrag auf Pflegegrad gestellt am

Wer führt das Tagebuch?

Zeitraum: vom ... bis zum ...

Wichtige Erkrankungen und Diagnosen

Mehr zum Antrag und zur Begutachtung, Schritt für Schritt erklärt: ichpflegemeineeltern.de/pflegegrad-beantragen



Datum

Wer hat heute geholfen?

Wobei war Hilfe nötig?	Wie oft?	Minuten insgesamt	Art der Hilfe	Notizen
1. Mobilität				
Aufstehen und Hinlegen			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
Gehen in der Wohnung			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
Treppen steigen			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
2. Selbstversorgung				
Waschen, Duschen, Zähne putzen			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
An- und Ausziehen			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
Essen und Trinken			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
Toilette, Inkontinenz			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
3. Umgang mit Krankheit und Therapie				
Medikamente richten und geben			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
Arztbesuche, Therapien, Termine			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
Blutzucker, Blutdruck, Verbände			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
4. Denken und Verständigung				
Orientierung (Tag, Ort, Personen)			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
Verstehen, Entscheidungen treffen			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
5. Verhalten und Psyche				
Unruhe, Ängste, Aggression			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
Hilfe in der Nacht			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
6. Alltag und Kontakte				
Tagesablauf planen, Beschäftigung			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	
Kontakt zu anderen Menschen			☐ A ☐ E ☐ V ☐ Ü	

A = schafft es allein · **E** = braucht etwas Hilfe oder Erinnerung · **V** = braucht viel Hilfe · **Ü** = jemand muss es ganz übernehmen

Besonderheiten heute (zum Beispiel ein Sturz, ein schlechter Tag, ein Arzttermin)