Pflegetagebuch

Zur Vorbereitung auf die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst

Persönliche Angaben

Name, Vorname

Geburtsdatum

Pflegegrad (falls vorhanden)

Anschrift

Pflegekasse

Versichertennummer

Beobachtungszeitraum von – bis

Ausgefüllt von (Name / Verhältnis)

So nutzen Sie dieses Pflegetagebuch

- Führen Sie das Tagebuch möglichst 1 bis 2 Wochen vor dem Begutachtungstermin. Notieren Sie an jedem Tag, wobei die pflegebedürftige Person Hilfe braucht.
- Schreiben Sie auf, was wirklich passiert, nicht was an guten Tagen möglich wäre. Auch schlechte Tage und Nächte gehören ins Tagebuch.
- Notieren Sie jede Hilfe: Anleitung, Beaufsichtigung, Erinnern, teilweise Übernahme und vollständige Übernahme. Auch „nur kurz mithelfen“ zählt.
- Tragen Sie bei Bedarf die ungefähre Dauer in Minuten ein. Die Gutachter bewerten die Selbstständigkeit, nicht allein die Zeit.
- Nutzen Sie die Kopiervorlage „Tagesblatt“ für jeden Tag und die Seite „Nacht und Verhalten“ für Auffälligkeiten.
- Halten Sie das ausgefüllte Tagebuch beim Begutachtungstermin bereit und besprechen Sie es mit der Gutachterin oder dem Gutachter.

Kürzel für die Spalte „Hilfe“

S Selbstständig: schafft es allein, auch mit Hilfsmittel

A Anleitung, Erinnerung oder Beaufsichtigung nötig

T Teilweise Übernahme: Person hilft mit, es braucht aber Unterstützung

V Vollständige Übernahme durch eine andere Person

Was bewertet der Medizinische Dienst? Sechs Bereiche zählen für den Pflegegrad: 1 Mobilität, 2 Kognitive und kommunikative Fähigkeiten, 3 Verhaltensweisen und psychische Problemlagen, 4 Selbstversorgung, 5 Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen, 6 Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte. Außerhäusliche Aktivitäten und Haushaltsführung werden erfasst, fließen aber nicht in den Pflegegrad ein.

Hilfsmittel zur Vorbereitung, kein offizielles Formular des Medizinischen Dienstes oder der Pflegekasse. Ersetzt keine individuelle Beratung.

Tagesblatt

Datum: _____ Wochentag: _____

Bereich / Tätigkeit	Uhrzeit	Hilfe S/A/T/V	Wer hilft?	Min.	Bemerkung
MOBILITÄT					
Aufstehen / Hinlegen					
Fortbewegen in der Wohnung					
Treppen steigen					
Lagewechsel im Bett					
SELBSTVERSORGUNG					
Waschen (Körper, Haare)					
Zahnpflege, Rasieren, Kämmen					
An- und Auskleiden					
Essen mundgerecht / Essen					
Trinken					
Toilettengang / Inkontinenz					
KRANKHEIT & THERAPIE					
Medikamente					
Spritzen, Verbände, Messwerte					
Arzt- / Therapietermine					
Hilfsmittel nutzen					
ALLTAG & KONTAKTE					
Tagesablauf gestalten					
Beschäftigung, Kontakte					
Orientierung, Gespräche					
AUSSERHÄUSLICH & HAUSHALT					
Einkaufen, Wege, Termine					
Kochen, Putzen, Wäsche					

Besonderheiten des Tages (Stürze, Schmerzen, Verwirrtheit, Hilfsmittel, Hilfe von Dritten)

Hilfsmittel zur Vorbereitung, kein offizielles Formular des Medizinischen Dienstes oder der Pflegekasse. Ersetzt keine individuelle Beratung.

Nacht und Verhalten

Für Auffälligkeiten in der Nacht und über den Tag. Pro Ereignis eine Zeile.

Datum	Uhrzeit	Was ist passiert?	Wer half?	Dauer Min.

Typische Beispiele: nächtlicher Toilettengang mit Hilfe, Umlagern wegen Schmerzen, nächtliche Unruhe oder Orientierungslosigkeit, Ängste, Rufen oder Weglaufen, Verweigerung von Hilfe, Aggressivität, Medikamentengabe in der Nacht.

Hilfsmittel zur Vorbereitung, kein offizielles Formular des Medizinischen Dienstes oder der Pflegekasse. Ersetzt keine individuelle Beratung.

Selbsteinschätzung nach Modulen

Kreuzen Sie am Ende der Beobachtungszeit an, wie selbstständig die Person im Alltag ist.

1 Mobilität	selbst-ständig	überw. selbst.	überw. unselbst.	unselbst-ständig
Positionswechsel im Bett	☐	☐	☐	☐
Aufrechtes Sitzen halten	☐	☐	☐	☐
Umsetzen (z. B. Bett – Stuhl)	☐	☐	☐	☐
Fortbewegen innerhalb des Wohnbereichs	☐	☐	☐	☐
Treppensteigen	☐	☐	☐	☐
2 Kognitive und kommunikative Fähigkeiten	selbst-ständig	überw. selbst.	überw. unselbst.	unselbst-ständig
Orientierung (örtlich, zeitlich)	☐	☐	☐	☐
Personen erkennen, Gespräche folgen	☐	☐	☐	☐
Entscheidungen im Alltag treffen	☐	☐	☐	☐
Risiken erkennen, Bedürfnisse mitteilen	☐	☐	☐	☐
3 Verhaltensweisen und psychische Problemlagen	selbst-ständig	überw. selbst.	überw. unselbst.	unselbst-ständig
Nächtliche Unruhe, Ängste, Wahnvorstellungen	☐	☐	☐	☐
Abwehr pflegerischer Maßnahmen	☐	☐	☐	☐
Aggressives / selbstschädigendes Verhalten	☐	☐	☐	☐
4 Selbstversorgung	selbst-ständig	überw. selbst.	überw. unselbst.	unselbst-ständig
Waschen, Duschen, Zahn- und Haarpflege	☐	☐	☐	☐
An- und Auskleiden	☐	☐	☐	☐
Essen und Trinken (zubereiten, aufnehmen)	☐	☐	☐	☐
Toilette und Inkontinenzversorgung	☐	☐	☐	☐
5 Krankheits- und therapiebedingte Anforderungen	selbst-ständig	überw. selbst.	überw. unselbst.	unselbst-ständig
Medikamente, Injektionen, Messwerte	☐	☐	☐	☐
Wundversorgung, Hilfsmittel, Therapien	☐	☐	☐	☐
Arzt- und Therapietermine	☐	☐	☐	☐
Einhalten von Diäten und Vorgaben	☐	☐	☐	☐
6 Alltagsleben und soziale Kontakte	selbst-ständig	überw. selbst.	überw. unselbst.	unselbst-ständig
Tagesablauf gestalten, anpassen	☐	☐	☐	☐
Ruhen, Schlafen, Beschäftigen	☐	☐	☐	☐
Kontakte pflegen, Interaktion	☐	☐	☐	☐

Die Einstufung nimmt der Medizinische Dienst bzw. MEDICPROOF vor. Diese Seite hilft Ihnen, die Situation vorab geordnet zu beschreiben.

Hilfsmittel zur Vorbereitung, kein offizielles Formular des Medizinischen Dienstes oder der Pflegekasse. Ersetzt keine individuelle Beratung.

Checkliste für den Begutachtungstermin

Damit am Tag der Begutachtung nichts fehlt.

Bitte bereithalten

- [ ] Personalausweis und Versichertenkarte
- [ ] Dieses Pflegetagebuch (ausgefüllt)
- [ ] Aktueller Medikamentenplan
- [ ] Arztberichte, Entlassbriefe, Befunde, Schwerbehindertenausweis
- [ ] Hilfsmittel zeigen (Rollator, Brille, Hörgerät, Inkontinenzmaterial, Prothesen)
- [ ] Bisherige Pflegegrad-Bescheide und Gutachten
- [ ] Name und Telefonnummer von Pflegepersonen und Pflegedienst

Tipps für das Gespräch

- Eine vertraute Person sollte beim Termin dabei sein und die Pflegesituation ergänzen.
- Zeigen Sie den Alltag, wie er ist: kein „Schönen“ der Situation an diesem Tag.
- Sprechen Sie Schmerzen, Ängste, nächtliche Hilfe und Stürze offen an.
- Stellen Sie Fragen, wenn etwas unklar ist, und bitten Sie um Wiederholung.
- Das Gutachten können Sie bei Ihrer Pflegekasse anfordern. Gegen den Bescheid ist ein Widerspruch innerhalb eines Monats möglich.

Wir entlasten Sie im Alltag

City Concierge ist Ihr Betreuungsdienst in Düsseldorf: Haushaltshilfe, Alltagsbegleitung und Betreuung, abgerechnet direkt mit Ihrer Kranken- oder Pflegekasse (Entlastungsbetrag, Verhinderungspflege, § 38 SGB V). Rufen Sie uns an, wir klären die Kasse für Sie.

Tel. 0211 8383 23 23 city-concierge-duesseldorf.de

Hilfsmittel zur Vorbereitung, kein offizielles Formular des Medizinischen Dienstes oder der Pflegekasse. Ersetzt keine individuelle Beratung.