



# Dein Pflegetagebuch

## Vorbereitung auf die Pflegebegutachtung

### Warum ein Pflegetagebuch wichtig ist

- ✓ Ein Pflegetagebuch hilft Dir, am Tag der Pflegebegutachtung den tatsächlichen Pflegebedarf aufzuzeigen. Dies kann für die richtige Einstufung des Pflegegrads oder im Fall eines Widerspruchs sehr wichtig sein.
- ✓ Doch auch unabhängig vom Begutachtungstermin ist ein Pflegetagebuch langfristig ein gutes Hilfsmittel für Dich, um Veränderungen des Gesundheitszustandes und des Pflegebedarfs zu dokumentieren.

### So führst Du Dein Pflegetagebuch

Im ersten Teil des Pflegetagebuchs erfasst Du allgemeine Informationen. So hast Du schon die wichtigsten Daten an einem Ort parat. Danach beginnt der Hauptteil des Pflegetagebuchs:

Zu sechs verschiedenen Modulen

- 1. Mobilität**
- 2. Kognitive und kommunikative Fähigkeiten**
- 3. Verhaltensweisen und psychische Problemlagen**
- 4. Selbstversorgung**
- 5. Bewältigung von und selbständiger Umgang mit krankheits- und therapiebedingten Anforderungen und Belastungen**
- 6. Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte**

findest Du unterschiedliche Tätigkeiten, bei denen Du jeweils den erforderlichen Hilfebedarf notierst. Nach diesen Kriterien stuft auch der Medizinische Dienst den Pflegegrad ein.



Wir empfehlen Dir das Pflegetagebuch mindestens sieben Tage lang zu führen, denn der Zustand Deines pflegebedürftigen Angehörigen kann von Tag zu Tag unterschiedlich sein. Besonders schnell geht es, wenn Du den täglichen Eintrag immer noch am selben Tag machst. So verhinderst Du, dass wichtige Informationen verloren gehen.



# Allgemeine Informationen

## PFLEGEBEDÜRFTIGE PERSON

Name

Geburtsdatum

Anschrift

KV Nummer

### Gesetzlicher Vertreter/ Bevollmächtigte (optional)

Name

Anschrift

## PFLEGE

### Wie gestaltet Ihr die Pflege?

- Ich pflege selbst zuhause.
- Ich werde bei der häuslichen Pflege von einem Pflegedienst unterstützt.
- Mein Angehöriger/ Meine Angehörige wird in einem Pflegeheim professionell gepflegt.

### Wer führt die Pflege durch?

#### Private Pflegeperson(en):

Name

Name

Name

Name

Name

Name

Name

Name

#### Anwesenheit insgesamt:

- Täglich    Wöchentlich    Monatlich   ..... h

#### Ambulante Pflegeeinrichtung:

Name

Anschrift

Name

Anschrift

#### Anwesenheit insgesamt:

- Täglich    Wöchentlich    Monatlich   ..... h

#### Stationäre Pflegeeinrichtung:

Name

Anschrift

Name

Anschrift

#### Anwesenheit insgesamt:

- Täglich    Wöchentlich    Monatlich   ..... h



# Besondere Umstände

## MEDIKAMENTE

Nimmt die zu pflegende Person Medikamente?

Ja  Nein

Wenn ja, welche?

Wie oft müssen sie eingenommen werden?

Medikament

Täglich  Wöchentlich  Monatlich

Mal

Medikament

Täglich  Wöchentlich  Monatlich

Mal

Medikament

Täglich  Wöchentlich  Monatlich

Mal

Medikament

Täglich  Wöchentlich  Monatlich

Mal

Medikament

Täglich  Wöchentlich  Monatlich

Mal

Medikament

Täglich  Wöchentlich  Monatlich

Mal

Medikament

Täglich  Wöchentlich  Monatlich

Mal

Medikament

Täglich  Wöchentlich  Monatlich

Mal

## ERSCHWERENDE BEDINGUNGEN

Kreuze an, welche erschwerende Bedingungen vorliegen:

Körpergewicht über 80 Kg

Bemerkung

Eingeschränkte Beweglichkeit durch Versteifung der Arm- und Beingelenke

Bemerkung

Verkrampfungen der Muskulatur, z. B. bei Lähmungen nach einem Schlaganfall

Bemerkung

Angeborene oder erworbene Fehlstellungen von Armen oder Beinen

Bemerkung

Eingeschränkte Belastbarkeit aufgrund einer schweren Herzschwäche (Atemnot)

Bemerkung

Atemstörungen

Bemerkung





## BEGRIFFSERKLÄRUNGEN

Seit dem 1. Januar 2017 wird die Pflegebedürftigkeitsbegriff anhand der Selbständigkeit und der relevanten Fähigkeiten der pflegebedürftigen Person festgestellt.

Damit unterliegen das Begutachtungsverfahren und die Einstufung der Pflegebedürftigkeit durch den Medizinischen Dienst oder MEDICPROOF diesen Bewertungskriterien.

Um Dir das Ausfüllen des Pflegetagebuchs zu erleichtern, erklären wir Dir hier die wichtigsten Begriffe:

### **Selbständig**

Die Person kann die Aktivität in der Regel selbständig durchführen.

Möglicherweise ist die Durchführung der Handlung verlangsamt oder erschwert oder nur mit Hilfs-/Pflegemitteln durchführbar. Sie benötigt hierbei jedoch keine personelle Hilfe.

### **Überwiegend selbständig**

Die Person kann den größten Teil der Aktivität selbständig durchführen. Das heißt, dass personelle Hilfe nur in einem geringen Maße benötigt wird.

### **Überwiegend unselbständig**

Die Person kann die Aktivität nur zu einem geringen Anteil selbständig durchführen, kann sich dabei aber beteiligen.

### **Unselbständig**

Die Person kann die Aktivität in der Regel nicht selbständig durchführen beziehungsweise steuern, auch nicht in Teilen. Die Pflegeperson muss alle oder nahezu alle Teilhandlungen für die betroffene Person durchführen.

### **Fähigkeit vorhanden**

Die Fähigkeit ist (nahezu) vollständig vorhanden.

### **Fähigkeit größtenteils vorhanden**

Die Fähigkeit ist überwiegend (die meiste Zeit über, in den meisten Situationen), aber nicht durchgängig vorhanden. Die Person hat Schwierigkeiten, höhere oder komplexere Anforderungen zu bewältigen.

### **Fähigkeit in geringem Maße vorhanden**

Die Fähigkeit ist stark beeinträchtigt, aber erkennbar vorhanden. Die Person hat häufig oder in vielen Situationen Schwierigkeiten. Sie kann nur geringe Anforderungen bewältigen.

### **Fähigkeit nicht vorhanden**

Die Fähigkeit ist nicht oder nur in sehr geringem Maße (sehr selten) vorhanden.

### **Nie**

Nie oder sehr selten

### **Selten**

Ein- bis dreimal innerhalb von zwei Wochen

### **Häufig**

Zweimal bis mehrmals wöchentlich, aber nicht täglich

### **Täglich**

Mindestens einmal täglich



## MODUL 1 - MOBILITÄT

In diesem Modul bewertest Du, inwieweit die pflegebedürftige Person in der Lage ist, ohne personelle Unterstützung eine Körperhaltung einzunehmen/zu wechseln und sich fortzubewegen. Beurteile hier ausschließlich motorische Aspekte wie Körperkraft, Balance, Bewegungskoordination und ähnliches. Die zielgerichtete Fortbewegung spielt hierbei keine Rolle.

Es geht hierbei auch nicht um die Folgen kognitiver Beeinträchtigungen auf Planung, Steuerung und Durchführung motorischer Handlungen.

 Die Bedeutung der Begriffe wird auf Seite (5) erklärt.

### Positionswechsel im Bett (Aufrichten, Drehen)

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Setzen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Halten einer stabilen Sitzposition

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Stehen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Aufstehen vom Stuhl

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Aufstehen aus dem Bett

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Fortbewegen innerhalb des Wohnbereichs

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Fortbewegen außerhalb des Wohnbereichs

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Treppensteigen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Einkaufen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Kochen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Wohnung reinigen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Spülen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Wechseln der Wäsche

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Waschen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Bügeln

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Beheizen der Wohnung

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

## MODUL 2 - KOGNITIVE UND KOMMUNIKATIVE FÄHIGKEITEN

In diesem Modul werden ausschließlich die kognitiven Funktionen und Aktivitäten beachtet und nicht die motorische Umsetzung. Hier beurteilst Du also Aspekte wie Erkennen, Entscheiden oder Steuern als Denkprozesse. Die kognitiven Funktionen beinhalten die Verarbeitung von äußeren Reizen. Beeinträchtigungen der Beweglichkeit oder der Sinnesfunktionen wie zum Beispiel des Sehens, spielen dabei keine Rolle.

 Die Bedeutung der Begriffe wird auf Seite (5) erklärt.

### Erkennen von Personen aus dem näheren Umfeld (regelmäßiger, direkter Kontakt)

Fähigkeit vorhanden  Fähigkeit größtenteils vorhanden  Fähigkeit in geringem Maße vorhanden  Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Örtliche Orientierung

Fähigkeit vorhanden  Fähigkeit größtenteils vorhanden  Fähigkeit in geringem Maße vorhanden  Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Zeitliche Orientierung

Fähigkeit vorhanden  Fähigkeit größtenteils vorhanden  Fähigkeit in geringem Maße vorhanden  Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Erinnern an wesentliche Ereignisse oder Beobachtungen

- Fähigkeit vorhanden    Fähigkeit größtenteils vorhanden    Fähigkeit in geringem Maße vorhanden    Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Steuern von mehrschrittigen Alltagshandlungen

- Fähigkeit vorhanden    Fähigkeit größtenteils vorhanden    Fähigkeit in geringem Maße vorhanden    Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Treffen von Entscheidungen im Alltag

- Fähigkeit vorhanden    Fähigkeit größtenteils vorhanden    Fähigkeit in geringem Maße vorhanden    Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Verstehen von Sachverhalten und Informationen

- Fähigkeit vorhanden    Fähigkeit größtenteils vorhanden    Fähigkeit in geringem Maße vorhanden    Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Erkennen von Risiken und Gefahren

- Fähigkeit vorhanden    Fähigkeit größtenteils vorhanden    Fähigkeit in geringem Maße vorhanden    Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Mitteilen von elementaren Bedürfnissen (Hunger, Durst, Toilettengang)

- Fähigkeit vorhanden    Fähigkeit größtenteils vorhanden    Fähigkeit in geringem Maße vorhanden    Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Verstehen von Aufforderungen

- Fähigkeit vorhanden    Fähigkeit größtenteils vorhanden    Fähigkeit in geringem Maße vorhanden    Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung

### Beteiligen an einem Gespräch

- Fähigkeit vorhanden    Fähigkeit größtenteils vorhanden    Fähigkeit in geringem Maße vorhanden    Fähigkeit nicht vorhanden

Bemerkung



## MODUL 3 - VERHALTENSWEISEN UND PSYCHISCHE PROBLEMLAGEN

In diesem Modul geht es um Verhaltensweisen und psychische Auffälligkeiten als Folge von Gesundheitsproblemen. Dies sind häufig psychische Erkrankungen, die immer wieder auftreten und auf Dauer personelle Unterstützung erforderlich machen.

Die Bedeutung der Begriffe wird auf Seite (5) erklärt.

### Motorisch geprägte Verhaltensausfälligkeiten (ziellooses Umhergehen, Aufstehen)

- Nie    Selten    Häufig    Täglich

Bemerkung

### Rastlosigkeit

- Nie    Selten    Häufig    Täglich

Bemerkung



### Nächtliche Unruhe

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Selbstverletzendes und autoaggressives Verhalten

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Beschädigen von Gegenständen

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Physisch aggressives Verhalten gegenüber anderen Personen

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Verbale Aggression

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Andere pflegerelevante stimmlich Auffälligkeiten

(Lautes Rufen, Schreien, Klagen ohne nachvollziehbaren Grund, vor sich hin schimpfen, fluchen, seltsame Laute von sich geben, ständiges Wiederholen von Sätzen und Fragen)

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Abwehr pflegerischer und anderer unterstützender Maßnahmen

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Wahnvorstellungen

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Ängste

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Antriebslosigkeit bei depressiver Stimmungslage

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

### Sozial inadäquate Handlungen

Nie  Selten  Häufig  Täglich

-----  
Bemerkung

## **MODUL 4 - SELBSTVERSORGUNG**

In diesem Modul bewertest Du, wie selbstständig die pflegebedürftige Person körperbezogene Pflegemaßnahmen durchführen kann. Hierbei geht es zum Beispiel um Körperpflege, Ankleiden, Essen, Trinken, Urin- und Stuhlausscheidungen.

Es ist unerheblich, ob die Beeinträchtigungen aufgrund von Schädigungen somatischer oder mentaler Funktionen bestehen oder ob Du Teilaspekte bereits in anderen Modulen berücksichtigt hast.

 Die Bedeutung der Begriffe wird auf Seite (5) genauer erklärt.

### **Mundgerechtes Zubereiten der Nahrung und Eingießen von Getränken**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### **Essen (Aufnehmen, Zum-Mund-Führen)**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### **Trinken (Aufnehmen, Zum-Mund-Führen)**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### **An- und Auskleiden des Oberkörpers**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### **An- und Auskleiden des Unterkörpers**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### **Waschen/Abtrocknen des vorderen Oberkörpers**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### **Waschen/Abtrocknen des Intimbereichs**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### **Waschen der Haare**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### **Zahnpflege/Prothesenreinigung**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### **Kämmen**

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

-----  
Bemerkung

### Rasieren

- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  unselbstständig

Bemerkung

### Benutzen einer Toilette oder eines Toilettenstuhls

- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  unselbstständig

Bemerkung

### Verwenden/Wechseln von Inkontinenzartikeln/Stomasystemen


- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  unselbstständig

Bemerkung



## MODUL 5 - BEWÄLTIGUNG VON UND SELBSTÄNDIGER UMGANG MIT KRANKHEITS- UND THERAPIEBEDINGTEN ANFORDERUNGEN UND

In diesem Modul beurteilst Du den Hilfebedarf bei der medizinischen Versorgung der pflegebedürftigen Person. Notiere die durchschnittliche Häufigkeit Deiner Hilfeleistungen, wenn diese benötigt werden. Eine Schätzung reicht hier aus.

 Die Bedeutung der Begriffe wird auf Seite (5) genauer erklärt.

### Medikation (orale Medikation, Augen-/Ohrentropfen, Inhalatoren, Zäpfchen, Medikamentenpflaster)

- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Injektionen (subkutan oder intramuskulär)

- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Versorgung intravenöser Zugänge (z.B. Port)

- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Absaugen und Sauerstoffgabe

- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Einreiben oder Kälte- und Wärmeanwendungen

- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Messen und Deuten von Körperzuständen

- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### An-/ Ablegen körpernaher Hilfsmittel (Prothesen, Orthesen, Epithesen, Sehhilfen, Hörgeräte, Kompressionsstrümpfe)

- Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Verbandwechsel und Wundversorgung

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Pflege künstlicher Körperöffnungen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Regelmäßige Einmalkatheterisierung und Nutzung von Abführmethoden

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Therapiemaßnahmen in häuslicher Umgebung (krankengymnastische oder logopädische Übungen, Atemübungen, ...)

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Besuch bei Ärzten

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Besuche therapeutischer oder medizinischer Einrichtungen (bis zu 3h)

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Zeitlich ausgedehnte Besuche medizinischer oder therapeutischer Einrichtungen (länger als 3h)

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Einhalten einer Diät oder anderer krankheits- oder therapiebedingter Verhaltensvorschriften


Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung



## MODUL 6 - GESTALTUNG DES ALLTAGSLEBENS UND SOZIALER KONTAKTE

In diesem Modul bewertest Du, ob die pflegebedürftige Person die jeweilige Aktivität durchführen kann. Es ist unerheblich, ob die Beeinträchtigungen aufgrund von Schädigungen somatischer oder mentaler Funktionen bestehen oder ob Du Teilaspekte bereits in anderen Modulen berücksichtigt hast.

 Die Bedeutung der Begriffe wird auf Seite (5) genauer erklärt.

### Gestalten des Tagesablaufs nach Gewohnheiten und Vorlieben

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

### Anpassen an Veränderungen

Selbstständig  Überwiegend selbstständig  Überwiegend unselbstständig  Unselbstständig

Bemerkung

**Ruhen und Schlafen (Einhalten von Tag-Nacht-Rhythmus)**

- Selbstständig    Überwiegend selbstständig    Überwiegend unselbstständig    Unselbstständig

-----  
Bemerkung

**Sichbeschäftigen in der Freizeit**

- Selbstständig    Überwiegend selbstständig    Überwiegend unselbstständig    Unselbstständig

-----  
Bemerkung

**Planen von in die Zukunft gerichteten Maßnahmen**

- Selbstständig    Überwiegend selbstständig    Überwiegend unselbstständig    Unselbstständig

-----  
Bemerkung

**Interaktion mit Personen in direkten Kontakt (Pflegepersonen, Mitbewohner, Besucher, ...)**

- Selbstständig    Überwiegend selbstständig    Überwiegend unselbstständig    Unselbstständig

-----  
Bemerkung

**Kontaktpflege zu Personen außerhalb des direkten Umfeldes (Freunde, Bekannte, Nachbarn, ...)**

- Selbstständig    Überwiegend selbstständig    Überwiegend unselbstständig    Unselbstständig

-----  
Bemerkung