

## Ihr 1A Pflegetagebuch

Der Pflegegrad ist beantragt und der Termin für die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst steht fest? Damit der Gutachter eine gute Grundlage hat und Sie sichergehen können, dass der richtige Pflegegrad festgestellt wird, empfehlen wir Ihnen die Führung eines Pflegetagebuchs. Dieses können Sie dann dem Gutachter überreichen, damit er nicht nur eine Momentaufnahme erfährt, sondern einen Einblick der letzten Wochen erhält.

Auf diesen ersten beiden Seiten erhalten Sie einen Überblick zum korrekten Ausfüllen des Pflegetagebuchs – ganz im Jargon der Pflegesprache.

Verrichtung	Häufigkeit pro Tag/Wo.	Zeitaufwand in Minuten	Bemerkung

Welche Arten von **Verrichtungen** gibt es?

### Körperpflege

Ganzkörperwäsche  
Teilwäsche  
Duschen  
Baden  
Mund-/Zahnpflege  
Kämmen  
Rasieren  
Blasen- & Darmentleerung  
Intimpflege  
Kleidung richten  
Inkontinenzartikel wechseln  
Urin-/Stomabeutel wechseln/leeren

### Mobilität

Aufstehen vom Bett  
Lagerung  
Zubettgehen  
Rollstuhl (Aufstehen/Hinsetzen)  
An- und auskleiden  
Bewegen im Haus  
Stehen  
Treppensteigen  
Begleiten (z.B. zum Arzt)

### Ernährung

Mundgerechte  
Zubereitung  
Essen und Trinken reichen

### Hauswirtschaft

Einkaufen  
Kochen  
Wohnung reinigen  
Spülen  
Wechsel der Wäsche  
Waschen und Bügeln  
Wohnung heizen

Im Feld **Bemerkungen** können Sie weitere Informationen hineinschreiben. Wichtig allerdings für die Begutachtung ist hierbei folgende Arten der Hilfe zu benennen. Grundsätzlich wird unterschieden zwischen:

- A = Anleiten (verbal)
- B = Beaufsichtigen (visuelle Kontrolle)
- U = Unterstützen (Aktive Hilfestellung)
- TÜ = Teilweise Übernahme (Bspw. Zahnpasta auf Zahnbürste machen)
- VÜ = Vollständige Übernahme (Bspw. Sie müssen die Person duschen)

Verrichtung	Häufigkeit pro Tag/Wo.	Zeitaufwand in Minuten	Bemerkung
Aufstehen vom Bett	2 p. T.	3-10	Nur mit Unterstützung zu schaffen. Morgens und nach Mittagsschlaf. Je nach Zustand von Schmerzen.
Duschen	2-3 p. W.	20	Teilweise Übernahme des Waschens. Unterstützung wenn Schwamm o.Ä. herunterfällt.

Auf der nachfolgenden Seite haben wir die oben gezeigte Tabelle für Sie nochmals auf der gesamten Seite dargestellt. Dort können Sie ebenso Vitalwerte wie Blutdruck- oder Blutzuckermessungen eintragen.

Dokumentieren Sie, was sie beobachten oder was ihnen erzählt wurde. Scheuen Sie sich nicht, Punkte aufzuschreiben, die erstmal harmlos wirken. Eine Tasse kann aus Versehen herunterfallen, kann aber auch wegen mangelnder Kraft im Arm und in der Hand geschehen.

Unterrichten Sie Ihre Geschwister oder weitere Angehörige, die die betroffene Person besuchen, zu diesem Tagebuch oder überreichen Sie ihnen ebenfalls eines. Wir empfehlen ein doppelseitiges Ausdrucken zu Beginn oder auch zum Verteilen an Geschwister und Angehörige.

Sollte die häusliche Pflege durch einen ambulanten Pflegedienst nicht ausreichen und Sie wünschen eine ganztägige Seniorenbetreuung, rufen Sie uns gerne an und vereinbaren Sie mit uns ein kostenloses und unverbindliches Beratungsgespräch bei Ihnen vor Ort.

