



Mit diesem Tagebuch möchten wir helfen, den täglichen Hilfebedarf detailliert festzuhalten. Die von Ihnen eingetragenen Aufzeichnungen sind eine wertvolle Unterstützung zur Ermittlung der Pflegebedürftigkeit und zu deren Einstufung.

**DAK-Versicherungsexperten** informieren und beraten Sie über Leistungen, Beiträge und Mitgliedschaft.

**DAKdirekt 01801-325 325** 24 Stunden an 365 Tagen – zum Ortstarif.

**DAK-Medizinexperten** antworten auf alle Fragen zu medizinischen Themen. Mit Kinder- und Sportmedizin-Hotline.

**DAKGesundheitdirekt 01801-325 326** 24 Stunden an 365 Tagen – zum Ortstarif.

**DAK-Medizinexperten** helfen Ihnen weltweit bei Erkrankungen im Urlaub.

**DAKAuslanddirekt 0049-621-549 00 22** 24 Stunden an 365 Tagen.

[www.dak.de](http://www.dak.de)

# Pflege tagebuch.

PFLEGEKASSE

**DAK**

Unternehmen Leben





# Unsere Themen im Überblick.

- Vorwort ..... 04
- Ergänzende Erläuterungen ..... 06
- Anschrift ..... 11
- DAK-Pflegetagebuch ..... 12

Herausgeber: DAK  
 Nagelsweg 27–31, 20097 Hamburg  
 Internet: [www.dak.de](http://www.dak.de)  
**DAKdirekt: 01801-325 325**

Gestaltung: Studio Szczesny, Hamburg





# Liebes DAK-Mitglied, liebe Leserin, lieber Leser.

Menschen, die auf Leistungen der Pflegeversicherung angewiesen sind, stehen im Mittelpunkt der Bemühungen der DAK-Pflegekasse. Diesem Ziel dient auch das vorliegende Pflegetagebuch.

Wie Ihnen sicher schon bekannt ist, wird ein Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK) bei einem rechtzeitig angemeldeten Besuch den Umfang der Pflegebedürftigkeit und die entsprechende Pflegestufe ermitteln. Dabei ist er auf Ihre Mithilfe angewiesen. Er benötigt Angaben über alle Hilfestellungen und Pflegeleistungen, die am Tage und in der Nacht erbracht werden.

Mit diesem Tagebuch möchten wir Ihnen helfen. Die folgenden Seiten ermöglichen eine detaillierte Aufzeichnung des täglichen Hilfebedarfs. Bitte beachten Sie, dass Leistungen der so genannten medizinischen Behandlungspflege, z. B. Infusionen geben oder Verbände anlegen, nicht in das Tagebuch eingetragen werden sollten. Sie werden bei der Ermittlung der Pflegestufe nicht berücksichtigt.

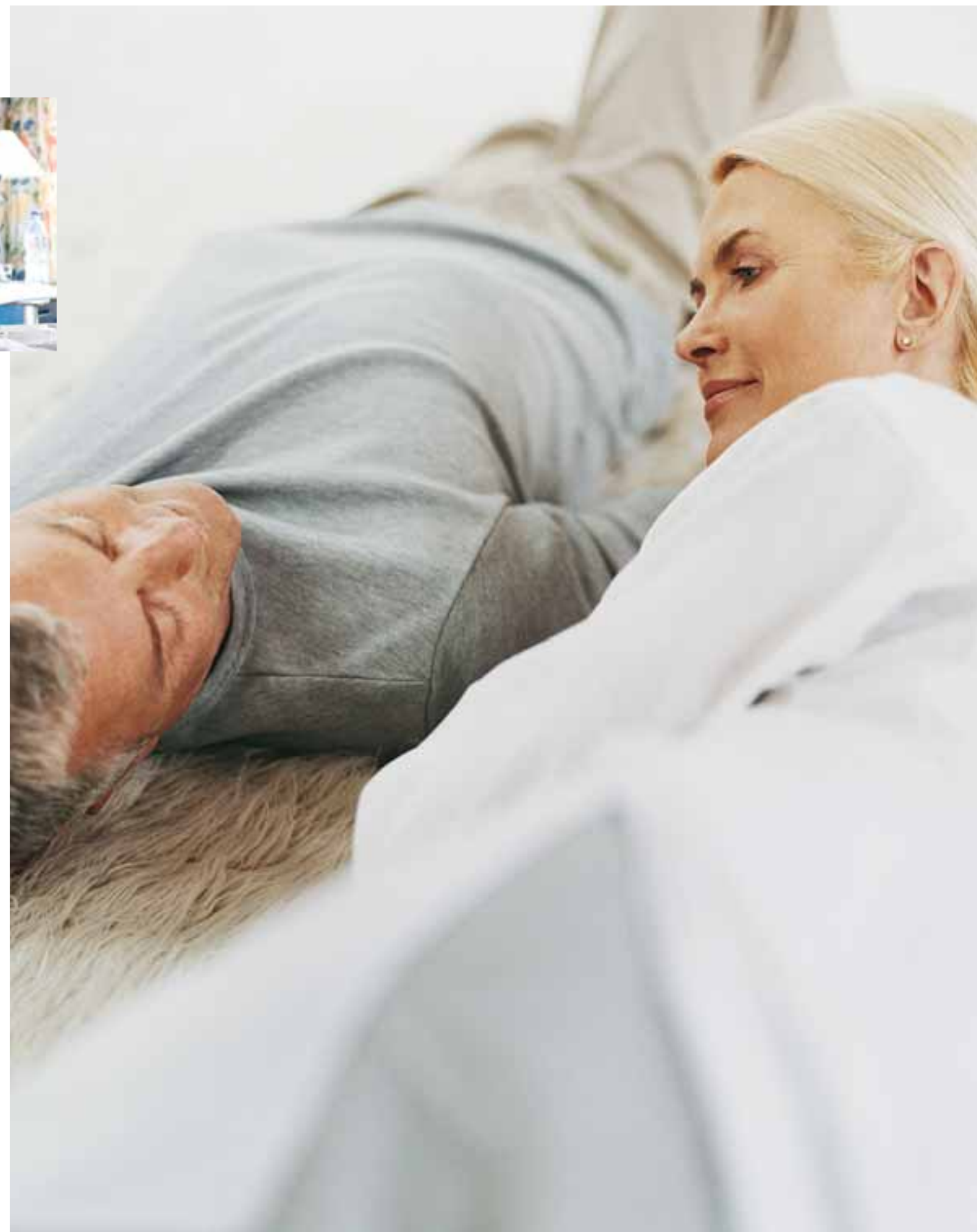
Wir empfehlen, das Tagebuch eine Woche lang zu führen. Die Aufzeichnungen werden dem Gutachter eine wertvolle Unterstützung sein. Gleichzeitig haben Sie die Sicherheit, dass nichts vergessen wird.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ihre



Unternehmen Leben - Pflegekasse





# Zusatzinformationen für Ihre detaillierte Aufzeichnung.

## **Ergänzende Erläuterung zur Feststellung des regelmäßigen Hilfebedarfs im Bereich der Grundpflege und hauswirtschaftlichen Versorgung.**

Für die Anerkennung von Pflegebedürftigkeit nach dem Sozialgesetzbuch – Elftes Buch – Soziale Pflegeversicherung (SGB XI) – und die Zuordnung zu einer Pflegestufe ist ausschließlich der auf Dauer erforderliche Hilfebedarf für die gewöhnlichen und regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen im Ablauf des täglichen Lebens im Bereich der Grundpflege und hauswirtschaftlichen Versorgung maßgebend. Hierzu gehören:

- die Körperpflege
- die Ernährung
- die Mobilität
- die hauswirtschaftliche Versorgung
- Formen der Hilfe

## **Die Körperpflege:**

### **Waschen – Duschen/Baden**

Hierunter fällt das Waschen des Körpers sowie der Haare, entweder unter der Dusche, in der Badewanne, am Waschbecken oder auch im Bett. Zum Waschvorgang gehören die erforderlichen Vorbereitungen (z. B. das Zurechtlegen der erforderlichen Utensilien wie Seife/Handtuch, das Einlassen des Badewassers sowie das Bedienen der Armaturen), der Waschvorgang selbst sowie das Abtrocknen und Eincremen des Körpers und auch die Haartrocknung.

### **Zahnpflege**

Zur Zahnpflege zählen die Vorbereitung (z. B. das Öffnen und Schließen der Zahnpastatube einschließlich der Dosierung der Zahnpasta und das Füllen des Wasserglases), der Putzvorgang einschließlich der Mundpflege sowie die Reinigung von Zahnersatz.

## **Kämmen**

Dies umfasst das Kämmen und Bürsten der Haare entsprechend der individuellen Frisur. Das Legen von Frisuren (z. B. Dauerwelle) oder das Haarschneiden können nicht berücksichtigt werden. Trägt der Pflegebedürftige ein Toupet oder eine Perücke, so gehört zum Hilfebedarf das Kämmen und Aufsetzen des Haarteils.

## **Rasieren**

Rasieren beinhaltet wahlweise die Trocken- oder Nassrasur einschließlich der notwendigen Hautpflege. Bei Frauen wird hier die Gesichtspflege – mit Ausnahme des Schminkens – berücksichtigt.

## **Darm- und Blasenentleerung**

Hierzu gehören die Kontrolle des Harn- und Stuhlganges, die Reinigung und Versorgung von künstlich geschaffenen Ausgängen sowie die notwendigen Handgriffe bei dem jeweiligen Hygienevorgang, das Richten der Kleidung vor und nach dem Gang zur Toilette, die Intimhygiene wie das Säubern nach dem Wasserlassen und dem Stuhlgang sowie das Entleeren und Säubern eines Toilettenstuhls bzw. eines Stechbeckens. Ebenso zählen das Anlegen bzw. Wechseln von Windeln dazu.

## **Die Ernährung:**

### **mundgerechte Nahrungszubereitung**

Hierzu zählen die Tätigkeiten, die zur unmittelbaren Vorbereitung dienen, wie die portionsgerechte Vorgabe, das Zerkleinern der zubereiteten Nahrungsmittel, z. B. das mundgerechte Zubereiten bereits belegter Brote, ebenso die notwendige Kontrolle der richtigen Essenstemperatur. Hierzu zählen nicht das Kochen oder das Eindecken des Tisches. Die Zubereitung von Diäten fällt unter die Pflegeleistung „Kochen“.

### **Nahrungsaufnahme**

Hierunter fallen die Nahrungsaufnahme in jeder Form (fest, flüssig) sowie eine ggf. erforderliche Sondenernährung und die Verwendung bzw. der Umgang mit dem Essbesteck oder anderen geeigneten Geräten, um die Nahrung zum Mund zu führen, zu kauen und zu schlucken.

## **Die Mobilität:**

### **Aufstehen/Zu-Bett-Gehen**

Das selbständige Aufstehen und Zu-Bett-Gehen umfasst die eigenständige Entscheidung, zeitgerecht das Bett aufzusuchen bzw. zu verlassen. Hierunter fällt auch das Umlagern von bettlägerigen Pflegebedürftigen. Fällt das Umlagern in Verbindung mit anderen Verrichtungen an, so erfolgt die Zuordnung bei der jeweiligen Verrichtung.

### **An- und Auskleiden**

Das An- und Auskleiden beinhaltet neben notwendigen Handgriffen (z. B. das Öffnen und Schließen von Verschlüssen, das Auf- und Zuknöpfen sowie das An- und Ausziehen von Kleidungsstücken/Schuhen) die Auswahl der Kleidungsstücke entsprechend Jahreszeit und Witterung, die Entnahme der Kleidung aus ihrem normalen Aufbewahrungsort (z. B. Kommode oder Schrank) sowie die Überprüfung der Kleidung. Hierunter fällt auch das Anlegen von Prothesen oder Hilfsmitteln.

### **Gehen/Stehten und Treppensteigen**

Das Gehen, Stehen und Treppensteigen ist nur dann maßgebend, wenn es im Zusammenhang mit den genannten Verrich-





tungen der Körperpflege und der Ernährung erforderlich wird. Unter Gehen ist hier das Bewegen innerhalb der Wohnung (z. B. zum Waschen/Duschen/Baden oder zur Toilettennutzung) zu verstehen. Bei Rollstuhlfahrern fällt hierunter der Hilfebedarf, der durch die Benutzung eines Rollstuhls erforderlich wird. Zum Stehen gehört nicht nur, diese Körperhaltung zu erreichen (Aufstehen), sondern diese auch über einen längeren Zeitraum zu bewahren. Das Treppensteigen beinhaltet das notwendige Überwinden von Stufen innerhalb der Wohnung. Das Gehen und Treppensteigen im Zusammenhang mit der hauswirtschaftlichen Versorgung zählt zum Hilfebedarf im Bereich Hauswirtschaft.

#### **Verlassen und Wiederaufsuchen der Wohnung**

Das Verlassen und Wiederaufsuchen der Wohnung ist maßgebend, wenn es im Zusammenhang mit Verrichtungen erforderlich wird, die für die Aufrechterhaltung der Lebensführung zu Hause unumgänglich sind und das persönliche Erscheinen des Pflegebedürftigen notwendig machen. Hierzu zählt das Aufsuchen von Ärzten, Apotheken und Behörden sowie die Inanspruchnahme ärztlich veranlasster Therapien, wenn diese

mindestens einmal pro Woche anfallen. Neben den Fahrzeiten werden die zwangsläufig anfallenden Wartezeiten der Pflegeperson angerechnet, wenn sie dadurch zeitlich und örtlich gebunden ist. Das Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung im Zusammenhang mit Freizeitaktivitäten (z. B. Spaziergänge, Besuche von kulturellen Veranstaltungen) sowie das Aufsuchen von Kindergärten, Schulen, Arbeitsplätzen oder Werkstätten für behinderte Menschen bleiben unberücksichtigt.

#### **Die hauswirtschaftliche Versorgung:**

Verrichtungen der hauswirtschaftlichen Versorgung finden nur insoweit Berücksichtigung, als sie sich auf die Versorgung des Pflegebedürftigen selbst beziehen. Die Versorgung möglicher weiterer Familienangehöriger bleibt unberücksichtigt.

#### **Einkaufen**

Das Einkaufen beinhaltet das Planen und sich informieren über die zu beschaffenden Lebens-, Reinigungs- und Körperpflegemittel, den Überblick darüber, welche Lebensmittel wo eingekauft werden müssen unter Berücksichtigung der Jahreszeit und der benötigten Menge, preisbewusstes, kosten-

günstiges wirtschaften und die Kenntnis der Genieß- und Haltbarkeit von Lebensmitteln sowie ihrer richtigen Lagerung.

#### **Kochen**

Zum Kochen gehören das Vor- und Zubereiten der Bestandteile der Mahlzeiten sowie das Aufstellen eines Speiseplanes für die richtige Ernährung unter Berücksichtigung des Alters und der Lebensumstände des Pflegebedürftigen. Hierzu gehört auch die Bedienung der zum Kochen erforderlichen technischen Geräte sowie die Einschätzung der Mengenverhältnisse und Garzeiten unter Beachtung der Hygieneregeln.

#### **Reinigen der Wohnung**

Hierzu gehören das Reinigen von Fußböden, Möbeln, Fenstern und Haushaltsgeräten im allgemein üblichen Lebensbereich des Pflegebedürftigen, die Kenntnis von Reinigungsmitteln und -geräten sowie das Bettenmachen.

#### **Spülen**

Je nach Gegebenheiten des Haushalts fällt hierunter das Hand- bzw. maschinelle Spülen.

#### **Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung**

Hierzu gehören das Einteilen und Sortieren der Textilien, das Waschen, Aufhängen, Bügeln, Ausbessern und Einsortieren der Kleidung in den Schrank sowie das Bettenbeziehen.

#### **Beheizen**

Das Beheizen umfasst auch die Beschaffung und Entsorgung von Heizmaterial.

#### **Formen der Hilfe:**

Die Hilfe durch eine Pflegeperson kann erforderlich sein in Form von

#### ■ Unterstützung

Unterstützung bedeutet, dass der Pflegebedürftige grundsätzlich zur selbständigen Erledigung einer Verrichtung in der Lage ist, jedoch zur Vorbereitung, Durchführung oder Nachbereitung ergänzende Hilfeleistungen der Pflegeperson benötigt (Beispiel: Durch eine teilweise Lähmung muss die Hand des rechten Armes zum Kämmen von einer anderen Person geführt werden).

#### ■ Übernahme

Teilweise Übernahme bedeutet, dass eine Hilfe bei einer teilweise selbständig erledigten Verrichtung benötigt wird. Vollständige Übernahme bedeutet, dass die Pflegeperson die Verrichtung notwendigerweise selbst ausführt, da der Pflegebedürftige diese nicht selbst ausführen kann.

#### ■ Anleitung und Beaufsichtigung

Anleitung und Beaufsichtigung haben zum Ziel, dass die täglichen Verrichtungen in sinnvoller Weise vom Pflegebedürftigen selbst durchgeführt werden. Anleitung bedeutet, dass die Pflegeperson bei einer konkreten Verrichtung den Ablauf der einzelnen Handlungsschritte oder den ganzen Handlungsablauf lenken oder demonstrieren muss (Beispiel: Die Pflegeperson muss beim Waschen den Ablauf der einzelnen Handlungsabschnitte lenken oder demonstrieren). Bei der Beaufsichtigung steht zum einen die Sicherheit beim konkreten Handlungsablauf der Verrichtung (Eigen- oder Fremdgefährdung) im Vordergrund (z. B. beim Rasieren, wenn durch unsachgemäße Benutzung des Rasierapparates eine Selbstgefährdung

gegeben ist), zum anderen die Kontrolle darüber, ob die betreffenden Verrichtungen in der erforderlichen Art und Weise durchgeführt werden.

Eine allgemeine Beaufsichtigung, die über die Sicherung der Verrichtungen (auch zur Vermeidung von Eigen- und Fremdgefährdung bei diesen) hinausgeht, bleibt unberücksichtigt.





## Das Pflegetagebuch wird geführt für:

Name, Vorname:

geboren am:

Anschrift

(Straße, Postleitzahl/Ort):



Name und Anschrift des  
gesetzlichen Vertreters/  
Bevollmächtigten/Betreuers:




Name der Person, die das  
Pflegetagebuch führt:

Unterschrift Pflegebedürftige(r),  
gesetzlicher Vertreter/Bevollmächtigter<sup>1) 2)</sup>

Unterschrift Tagebuchführer(in)

<sup>1)</sup> Ich bin mit den Angaben der das Pflegetagebuch führenden Person einverstanden.

<sup>2)</sup> Die Angaben Ihrer persönlichen Daten sind aufgrund der Bestimmungen der §§ 60 Sozialgesetzbuch (SGB) I und 50 SGB XI erforderlich. Fehlende oder unvollständige Angaben können zu nachteiligen Folgen (§ 206 Abs. 2 SGB V, § 307 SGB V) und ggf. zur Versagung des Leistungsanspruches (§ 66 SGB I) führen.

Pflegetag:

Datum:

Erforderliche Hilfe bei: (siehe Erläuterungen)	Zeitaufwand in Minuten				Ggf. nähere Beschreibung der Hilfe
	Morgens	Mittags	Abends	Nachts von 22 bis 6 Uhr	
<b>Körperpflege</b>					
<b>Waschen</b>					
Ganzkörperwäsche					
Teilwäsche					
Duschen					
Baden					
Zahnpflege					
Kämmen					
Rasieren					
<b>Darm- und Blasenentleerung</b>					
Wasserlassen					
Stuhlgang					
Richten der Kleidung					
Wechseln von Windeln					
Wechseln/Entleeren des Urinbeutels/Stomabeutels					
<b>Ernährung</b>					
Mundgerechte Nahrungszubereitung					
Aufnahme der Nahrung					
<b>Mobilität</b>					
Aufstehen/Zu-Bett-Gehen					
Umlagern					
Ankleiden					
Auskleiden					
Gehen/Bewegen im Haus					
Stehen					
Treppensteigen					
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung					
<b>Hauswirtschaftliche Versorgung</b>					
Einkaufen					
Kochen					
Reinigen der Wohnung					
Spülen					
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung					
Beheizen der Wohnung					

Pflegetag:

Datum:

Erforderliche Hilfe bei: (siehe Erläuterungen)	Zeitaufwand in Minuten				Ggf. nähere Beschreibung der Hilfe
	Morgens	Mittags	Abends	Nachts von 22 bis 6 Uhr	
<b>Körperpflege</b>					
<b>Waschen</b>					
Ganzkörperwäsche					
Teilwäsche					
Duschen					
Baden					
Zahnpflege					
Kämmen					
Rasieren					
<b>Darm- und Blasenentleerung</b>					
Wasserlassen					
Stuhlgang					
Richten der Kleidung					
Wechseln von Windeln					
Wechseln/Entleeren des Urinbeutels/Stomabeutels					
<b>Ernährung</b>					
Mundgerechte Nahrungszubereitung					
Aufnahme der Nahrung					
<b>Mobilität</b>					
Aufstehen/Zu-Bett-Gehen					
Umlagern					
Ankleiden					
Auskleiden					
Gehen/Bewegen im Haus					
Stehen					
Treppensteigen					
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung					
<b>Hauswirtschaftliche Versorgung</b>					
Einkaufen					
Kochen					
Reinigen der Wohnung					
Spülen					
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung					
Beheizen der Wohnung					

Pflegetag:

Datum:

Erforderliche Hilfe bei: (siehe Erläuterungen)	Zeitaufwand in Minuten				Ggf. nähere Beschreibung der Hilfe
	Morgens	Mittags	Abends	Nachts von 22 bis 6 Uhr	
<b>Körperpflege</b>					
<b>Waschen</b>					
Ganzkörperwäsche					
Teilwäsche					
Duschen					
Baden					
Zahnpflege					
Kämmen					
Rasieren					
<b>Darm- und Blasenentleerung</b>					
Wasserlassen					
Stuhlgang					
Richten der Kleidung					
Wechseln von Windeln					
Wechseln/Entleeren des Urinbeutels/Stomabeutels					
<b>Ernährung</b>					
Mundgerechte Nahrungszubereitung					
Aufnahme der Nahrung					
<b>Mobilität</b>					
Aufstehen/Zu-Bett-Gehen					
Umlagern					
Ankleiden					
Auskleiden					
Gehen/Bewegen im Haus					
Stehen					
Treppensteigen					
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung					
<b>Hauswirtschaftliche Versorgung</b>					
Einkaufen					
Kochen					
Reinigen der Wohnung					
Spülen					
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung					
Beheizen der Wohnung					

Pflegetag:

Datum:

Erforderliche Hilfe bei: (siehe Erläuterungen)	Zeitaufwand in Minuten				Ggf. nähere Beschreibung der Hilfe
	Morgens	Mittags	Abends	Nachts von 22 bis 6 Uhr	
<b>Körperpflege</b>					
<b>Waschen</b>					
Ganzkörperwäsche					
Teilwäsche					
Duschen					
Baden					
Zahnpflege					
Kämmen					
Rasieren					
<b>Darm- und Blasenentleerung</b>					
Wasserlassen					
Stuhlgang					
Richten der Kleidung					
Wechseln von Windeln					
Wechseln/Entleeren des Urinbeutels/Stomabeutels					
<b>Ernährung</b>					
Mundgerechte Nahrungszubereitung					
Aufnahme der Nahrung					
<b>Mobilität</b>					
Aufstehen/Zu-Bett-Gehen					
Umlagern					
Ankleiden					
Auskleiden					
Gehen/Bewegen im Haus					
Stehen					
Treppensteigen					
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung					
<b>Hauswirtschaftliche Versorgung</b>					
Einkaufen					
Kochen					
Reinigen der Wohnung					
Spülen					
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung					
Beheizen der Wohnung					



Pflegetag:

Datum:

Erforderliche Hilfe bei: (siehe Erläuterungen)	Zeitaufwand in Minuten				Ggf. nähere Beschreibung der Hilfe
	Morgens	Mittags	Abends	Nachts von 22 bis 6 Uhr	
<b>Körperpflege</b>					
<b>Waschen</b>					
Ganzkörperwäsche					
Teilwäsche					
Duschen					
Baden					
Zahnpflege					
Kämmen					
Rasieren					
<b>Darm- und Blasenentleerung</b>					
Wasserlassen					
Stuhlgang					
Richten der Kleidung					
Wechseln von Windeln					
Wechseln/Entleeren des Urinbeutels/Stomabeutels					
<b>Ernährung</b>					
Mundgerechte Nahrungszubereitung					
Aufnahme der Nahrung					
<b>Mobilität</b>					
Aufstehen/Zu-Bett-Gehen					
Umlagern					
Ankleiden					
Auskleiden					
Gehen/Bewegen im Haus					
Stehen					
Treppensteigen					
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung					
<b>Hauswirtschaftliche Versorgung</b>					
Einkaufen					
Kochen					
Reinigen der Wohnung					
Spülen					
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung					
Beheizen der Wohnung					

Pflegetag:

Datum:

Erforderliche Hilfe bei: (siehe Erläuterungen)	Zeitaufwand in Minuten				Ggf. nähere Beschreibung der Hilfe
	Morgens	Mittags	Abends	Nachts von 22 bis 6 Uhr	
<b>Körperpflege</b>					
<b>Waschen</b>					
Ganzkörperwäsche					
Teilwäsche					
Duschen					
Baden					
Zahnpflege					
Kämmen					
Rasieren					
<b>Darm- und Blasenentleerung</b>					
Wasserlassen					
Stuhlgang					
Richten der Kleidung					
Wechseln von Windeln					
Wechseln/Entleeren des Urinbeutels/Stomabeutels					
<b>Ernährung</b>					
Mundgerechte Nahrungszubereitung					
Aufnahme der Nahrung					
<b>Mobilität</b>					
Aufstehen/Zu-Bett-Gehen					
Umlagern					
Ankleiden					
Auskleiden					
Gehen/Bewegen im Haus					
Stehen					
Treppensteigen					
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung					
<b>Hauswirtschaftliche Versorgung</b>					
Einkaufen					
Kochen					
Reinigen der Wohnung					
Spülen					
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung					
Beheizen der Wohnung					

Pflegetag:

Datum:

Erforderliche Hilfe bei: (siehe Erläuterungen)	Zeitaufwand in Minuten				Ggf. nähere Beschreibung der Hilfe
	Morgens	Mittags	Abends	Nachts von 22 bis 6 Uhr	
<b>Körperpflege</b>					
<b>Waschen</b>					
Ganzkörperwäsche					
Teilwäsche					
Duschen					
Baden					
Zahnpflege					
Kämmen					
Rasieren					
<b>Darm- und Blasenentleerung</b>					
Wasserlassen					
Stuhlgang					
Richten der Kleidung					
Wechseln von Windeln					
Wechseln/Entleeren des Urinbeutels/Stomabeutels					
<b>Ernährung</b>					
Mundgerechte Nahrungszubereitung					
Aufnahme der Nahrung					
<b>Mobilität</b>					
Aufstehen/Zu-Bett-Gehen					
Umlagern					
Ankleiden					
Auskleiden					
Gehen/Bewegen im Haus					
Stehen					
Treppensteigen					
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung					
<b>Hauswirtschaftliche Versorgung</b>					
Einkaufen					
Kochen					
Reinigen der Wohnung					
Spülen					
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung					
Beheizen der Wohnung					

# Weitere DAK-Medien zum Thema Pflege.



Falls Sie noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an die kompetenten Mitarbeiter/-innen unserer Geschäftsstellen, die Sie gerne beraten.

Ihre  
**DAK**  
 Unternehmen Leben