Pflegetagebuch: So füllst du das Wochenblatt aus

Für die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst, den Beratungsbesuch oder das nächste Arztgespräch.

MeinPflegetagebuch

Ein Muster: so sehen gute Einträge aus

Datum / Uhrzeit	Tätigkeit	Dauer	Hilfeform	Besonderheiten
12.03., 7:15	Waschen am Waschbecken	25 Min.	T	Rücken und Beine selbst nicht erreichbar
12.03., 7:45	Ankleiden	15 Min.	A	Reihenfolge vergessen, zweimal erklärt
13.03., 2:30	Toilettengang nachts	20 Min.	V	Zweites Mal in dieser Nacht

„Mutter gewaschen" reicht nicht. Entscheidend ist, **wie lange** es gedauert hat und **wie viel** Hilfe nötig war.

Hilfeform: einen Buchstaben einkreisen

- (A) **Anleitung:** erinnern, erklären, die Schritte vorgeben
- (B) **Beaufsichtigen:** dabeibleiben, damit nichts passiert
- (T) **Teilweise übernehmen:** mit anpacken, einen Teil selbst machen
- (V) **Vollständig übernehmen:** die Person kann es nicht selbst

Diese Spalte ist die wichtigste. Aus ihr wird bei der Begutachtung der Unterstützungsbedarf abgelesen.

Woran du denken solltest: die sechs Bereiche der Begutachtung

BEREICH 1
Mobilität
Aufstehen, Gehen, Treppensteigen, Umsetzen

BEREICH 2
Verstehen und Sprechen
Orientierung, Vergesslichkeit, Entscheidungen treffen

BEREICH 3
Verhalten und Psyche
Unruhe, Ängste, Aggression, Weglaufen

BEREICH 4
Selbstversorgung
Waschen, Anziehen, Essen, Trinken, Toilette. Wird am häufigsten unterschätzt.

BEREICH 5
Krankheit und Therapie
Medikamente, Verbandswechsel, Arztbesuche, Blutzucker

BEREICH 6
Alltag und Kontakte
Tagesablauf, Beschäftigung, Besuche, Telefonate

Du musst die Bereiche nicht zuordnen. Sie helfen nur, nichts zu vergessen, besonders das, was „nebenbei" passiert.

Damit es bis zum Termin durchhält

- **Direkt danach eintragen,** nicht abends aus dem Gedächtnis.
- **Nachts immer mit Uhrzeit.** So wird die nächtliche Belastung sichtbar.
- **Lücken stehen lassen.** Ein vergessener Tag ist kein Problem, ein nachgetragener schon.
- **Mindestens zwei bis vier Wochen führen,** neueste Woche nach hinten abheften, zum Termin alles mitnehmen.

Pflegetagebuch · Wochenblatt

MeinPflegetagebuch

Gepflegte Person _____ **Woche vom** _____ **bis** _____ **Blatt** _____

Datum / Uhrzeit	Tätigkeit	Dauer	Hilfeform einkreisen	Besonderheiten
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	
			A B T V	

A Anleitung · **B** Beaufsichtigen · **T** teilweise übernehmen · **V** vollständig übernehmen

Lieber digital? Die App **MeinPflegetagebuch** zählt alles zusammen und erstellt einen PDF-Bericht.
Kostenlos für iPhone und Android: **meinpflegetagebuch.de**