

# Pflegetagebuch – Vorlage

Hilfebedarf dokumentieren – ideal zur Vorbereitung auf Pflegegrad-Antrag und MD-Begutachtung

**So nutzen Sie die Vorlage:** Führen Sie das Pflegetagebuch möglichst über **1 bis 2 Wochen**. Notieren Sie zu jeder Tätigkeit, **wie oft** Hilfe nötig ist, **wie lange** sie dauert und **welche Art** von Unterstützung (Anleitung, teilweise oder vollständige Übernahme). Beschreiben Sie einen normalen, eher schwierigen Tag – nicht den besten.

Bereich / Tätigkeit	Hilfe nötig?	Zeit/Tag	Häufigkeit	Art der Hilfe
Mobilität: Aufstehen / Umsetzen				
Mobilität: Gehen in der Wohnung				
Mobilität: Treppensteigen				
Körperpflege: Waschen / Duschen				
Körperpflege: Zähne / Rasur / Kämmen				
An- und Auskleiden				
Toilettengang / Inkontinenz				
Essen und Trinken				
Medikamente / Verbände				
Orientierung / Gedächtnis				
Unruhe / Ängste / nächtl. Hilfe				
Tagesstruktur / Beschäftigung				

## Besonderheiten / schlechte Tage

---



---



---

*Tipp: Bringen Sie das ausgefüllte Pflegetagebuch zur MD-Begutachtung mit – gemeinsam mit unserer Checkliste zur MD-Begutachtung.*