Pflege – was jetzt?

Gut vorbereitet zum Gutachter-Termin

Was bei der Pflegebegutachtung wirklich zählt. Mit allen Kriterien erklärt, Checklisten, Formulierungshilfen und Vorlagen für das Pflegetagebuch.

Schritt für Schritt am Beispiel von Erika und ihrem Sohn Thomas

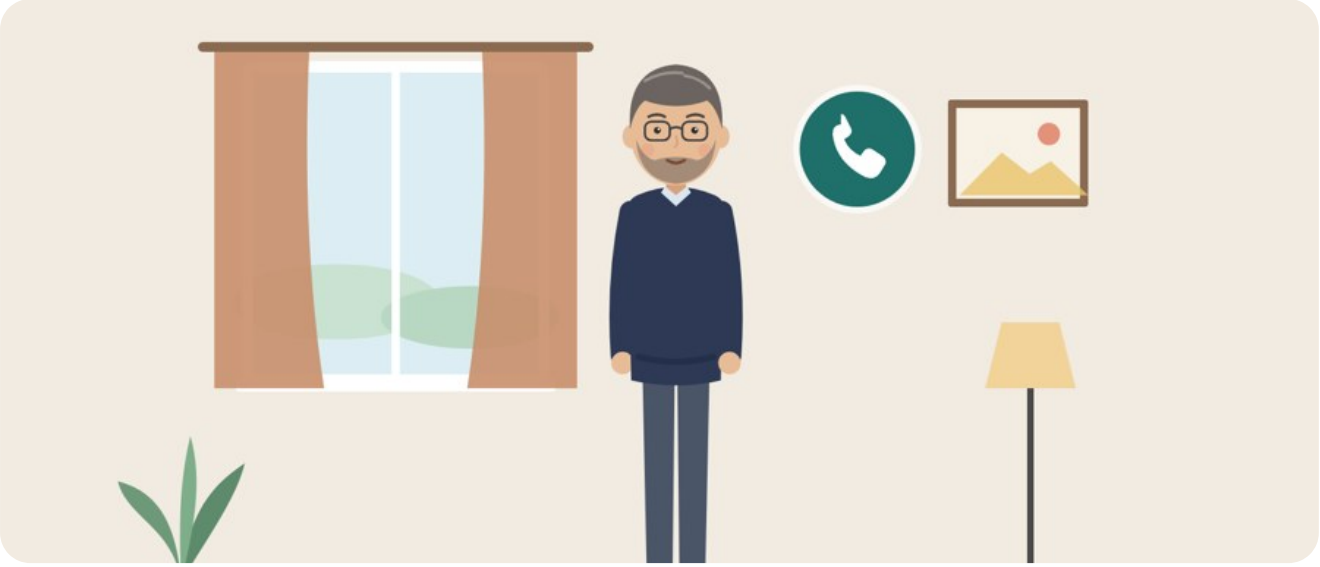


Inhalt

	Vorwort: Warum diese Mappe	
1	Erikas Geschichte	
2	So läuft der Termin	
3	Die sechs Bereiche: das Herzstück	alle Kriterien erklärt
4	Die zehn häufigsten Fehler	
5	Das Pflegetagebuch	Vorlagen im Anhang
6	Checkliste nach Zeitpunkt	zum Abhaken
7	Unterlagen zum Abhaken	
8	Leitfaden für Angehörige	
9	Nach dem Termin	
10	Sonderkapitel: Demenz	
11	Sonderkapitel: Nach dem Krankenhaus	
A	Anhang: Vorlagen zum Kopieren	Pflegetagebuch, Wochenübersicht

LESEPROBE

Leseprobe · Die vollständige Mappe (47 Seiten) gibt es auf pflegewasjetzt.de



KAPITEL 1

Erikas Geschichte

Erika ist 84 und seit drei Jahren Witwe. Sie lebt allein in ihrer Wohnung, mit dem Rollator kommt sie gut zurecht. Das sagt sie jedenfalls.

Im Herbst stürzt sie nachts im Flur. Ihr Sohn Thomas findet sie am nächsten Morgen. Sie hat einen großen blauen Fleck am Arm und winkt ab: „Es geht schon."

Thomas bleibt ein paar Tage bei ihr. Er sieht, was sie ihm am Telefon nie erzählt hat: Duschen schafft sie nicht mehr allein. Ihre Tabletten verwechselt sie. Nachts steht sie zwei-, dreimal auf und ist dann unsicher auf den Beinen. Die Nachbarin hilft schon seit Monaten jeden Morgen mit den Kompressionsstrümpfen. Davon wusste Thomas nichts.

Thomas ruft bei der Pflegekasse an und stellt den Antrag. Zwei Wochen später liegt ein Brief im Briefkasten: Der Medizinische Dienst kündigt seinen Besuch an. Thomas ist unsicher. Was wird gefragt? Was soll er sagen, ohne seine Mutter bloßzustellen? Und was, wenn sie am Termin wieder sagt, sie schaffe alles allein?

Erikas Weg vom Sturz bis zum Pflegegrad

Wann	Was passiert	Was Thomas daraus lernt
Tag 1	Erika stürzt nachts im Flur	Die Nacht ist der gefährlichste Teil des Tages
Tag 4	Thomas stellt telefonisch den Antrag bei der Pflegekasse	Ab diesem Tag zählt der Anspruch. Warten hätte Geld gekostet
Tag 6	Thomas beginnt mit dem Pflegetagebuch	Erst beim Aufschreiben merkt er, wie viel Hilfe nötig ist
Tag 18	Brief vom Medizinischen Dienst mit dem Termin	Jetzt bleiben knapp zwei Wochen zur Vorbereitung

LESEPROBE

Leseprobe · Die vollständige Mappe (47 Seiten) gibt es auf pflegewasjetzt.de

Wann	Was passiert	Was Thomas daraus lernt
Tag 29	Hausbesuch der Gutachterin	Erika will sich nichts anmerken lassen
Tag 41	Bescheid: Pflegegrad 1	Im Gutachten fehlen die Nächte und das Duschen
Tag 45	Thomas legt Widerspruch ein	Ein kurzer Satz reicht, um die Frist zu wahren
Nach rund 3 Monaten	Neue Begutachtung, Bescheid: Pflegegrad 2	347 € Pflegegeld im Monat, rückwirkend ab dem Antrag

Worum es geht: Was ein Pflegegrad wert ist

Ein Pflegegrad ist nicht nur eine Zahl. Er entscheidet über Geld und Unterstützung, oft über Jahre. Schon eine Stufe macht viel aus.

Pflegegrad	Pflegegeld pro Monat	Pflegedienst bis (Sachleistung)	Pro Jahr Pflegegeld
1	–	–	–
2	347 €	796 €	4.164 €
3	599 €	1.497 €	7.188 €
4	800 €	1.859 €	9.600 €
5	990 €	2.299 €	11.880 €

Beträge 2026 bei Pflege zu Hause. Dazu kommen ab Pflegegrad 1 der Entlastungsbetrag von 131 € im Monat, bis zu 42 € monatlich für Pflegehilfsmittel zum Verbrauch und bis zu 4.180 € je Maßnahme für den Umbau der Wohnung. Ab Pflegegrad 2 gibt es außerdem ein gemeinsames Jahresbudget von bis zu 3.539 € für Verhinderungs- und Kurzzeitpflege.

Was Thomas sich vorher gewünscht hätte

- Dass er eher mit einem Pflegetagebuch angefangen hätte.
- Dass ihm jemand sagt, wie wichtig die Nächte und die kleinen Hilfen sind: Erinnern, Bereitlegen, Daneben-Stehen.
- Dass er weiß, nach welchen Kriterien der Gutachter bewertet. Dann hätte er gezielter erzählt.
- Dass er mit seiner Mutter vorher in Ruhe über den Termin spricht. Denn am Tag des Besuchs will Erika vor allem eines: zeigen, dass sie es noch allein schafft.
- Dass er das Gutachten nach dem Bescheid sofort Punkt für Punkt prüft.

Genau dafür ist diese Mappe da. Erika und Thomas begleiten Sie durch alle Kapitel. Ihre Geschichte ist erfunden, aber so oder ähnlich passiert sie jeden Tag in vielen Familien.

LESEPROBE

Leseprobe · Die vollständige Mappe (47 Seiten) gibt es auf pflegewasjetzt.de

Mobilität

Hier geht es nur um die körperliche Fähigkeit, sich zu bewegen und die Körperhaltung zu wechseln. Ob jemand den Weg findet oder an das Aufstehen denkt, gehört in Bereich 2.

Beeinträchtigung	keine	geringe	erhebliche	schwere	schwerste
Summe der Einzelpunkte	0–1	2–3	4–5	6–9	10–15
Gewichtete Punkte	0	2,5	5	7,5	10

Was genau bewertet wird

Nr.	Kriterium	Was gemeint ist	Hilfe, die zählt
1.1	**Positionswechsel im Bett**	Sich im Bett drehen, aufrichten, hochrutschen, hinlegen	Hand reichen, Bettdecke zurückschlagen, Drehen beim Lagern
1.2	**Stabile Sitzposition halten**	Aufrecht auf Stuhl oder Bettkante sitzen, ohne wegzukippen	Stützen, mit Kissen absichern, wieder aufrichten
1.3	**Umsetzen**	Aus dem Bett, vom Stuhl, Sessel oder von der Toilette aufstehen und sich auf einen anderen Sitz setzen	Hochziehen, Halt geben, Rollstuhl oder Lifter bedienen
1.4	**Fortbewegen in der Wohnung**	Von Raum zu Raum gehen, auch mit Rollator oder Rollstuhl	Begleiten, festhalten, Rollstuhl schieben, Hindernisse wegräumen
1.5	**Treppensteigen**	Eine Etage hinauf und hinunter	Sichern, stützen, Schritt für Schritt begleiten

Sonderfall: Sind beide Arme und beide Beine vollständig gebrauchsunfähig, also Greifen, Stehen und Gehen gar nicht möglich, gilt immer Pflegegrad 5. Die anderen Punkte spielen dann keine Rolle.

Das fragt der Gutachter

- Wie kommen Sie morgens aus dem Bett?
- Können Sie sich nachts allein umdrehen?
- Stehen Sie allein vom Sessel oder von der Toilette auf?
- Wie kommen Sie in die Küche oder ins Bad?
- Schaffen Sie eine Treppe? Wer ist dabei?

LESEPROBE

Leseprobe · Die vollständige Mappe (47 Seiten) gibt es auf pflegewasjetzt.de

Wird oft vergessen

- Die Nacht und der Abend: Müdigkeit macht unsicher, und viele Stürze passieren auf dem Weg zur Toilette.
- Begleiten aus Vorsicht zählt. Wenn jemand nur gehen darf, wenn eine Person daneben ist, weil er sonst stürzt, ist er nicht selbständig.
- Schmerzen und Schwindel. Zählt auch, wenn jemand es „mit Zähne zusammenbeißen“ schafft und danach erschöpft ist.
- Schwankungen: gute und schlechte Tage, etwa bei Parkinson, Rheuma oder Herzschwäche. Beschreiben Sie den Durchschnitt, nicht den besten Tag.

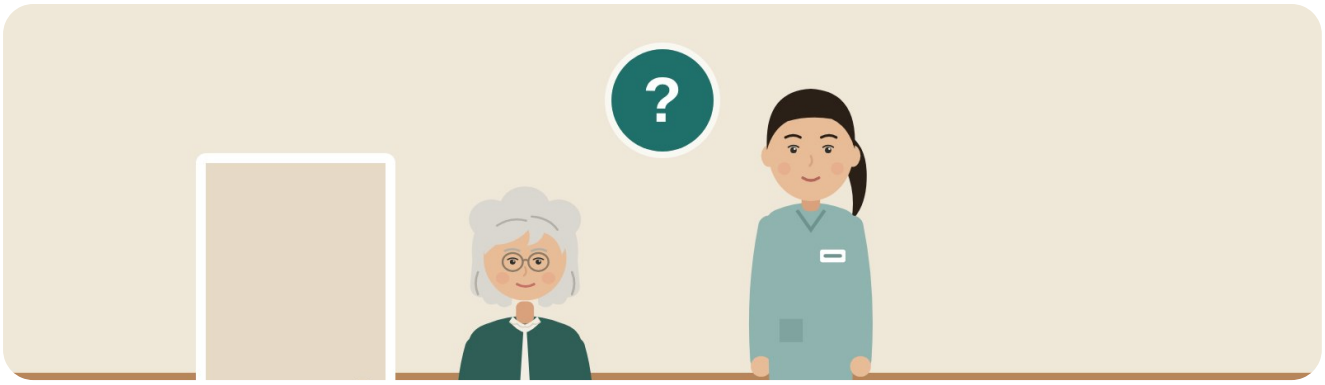
So bereiten Sie diesen Bereich vor

- [ ] Im Pflegetagebuch jedes Aufstehen mit Hilfe notieren, auch nachts
- [ ] Stürze der letzten Monate aufschreiben, mit Datum
- [ ] Hilfsmittel sichtbar lassen: Rollator, Bettgitter, Haltegriffe
- [ ] Beim Termin zeigen lassen, wie das Aufstehen wirklich klappt, ohne Hochziehen am Tisch

Am Beispiel von Erika: Mit dem Rollator kommt Erika durch die Wohnung. Aus dem Sessel steht sie nur auf, wenn sie sich am Tisch hochzieht. Nachts begleitet Thomas sie zur Toilette, seit sie gestürzt ist. Das sind in Bereich 1 etwa 4 bis 5 Einzelpunkte, also 5 gewichtete Punkte.

LESEPROBE

Leseprobe · Die vollständige Mappe (47 Seiten) gibt es auf pflegewasjetzt.de



KAPITEL 4

Die zehn häufigsten Fehler

Ein zu niedriger Pflegegrad liegt oft nicht am Gutachter, sondern an einer schlechten Vorbereitung. Zu jedem Fehler finden Sie hier, warum er passiert und wie Sie es besser machen.

1. „Ich kann das noch alles."

Warum es passiert: Viele ältere Menschen schämen sich für ihren Hilfebedarf. Vor einer fremden Person wollen sie stark wirken. Manche haben Angst, „ins Heim zu müssen".

So machen Sie es richtig: Sprechen Sie vorher in Ruhe darüber (Kapitel 8). Erklären Sie, dass der Pflegegrad hilft, zu Hause bleiben zu können. Ergänzen Sie am Termin freundlich, statt zu widersprechen.

2. Die gute Tagesform zählt.

Warum es passiert: Am Termin ist die Person aufgeregt, hat sich vorbereitet und ist am Vormittag oft fitter als abends. Der Gutachter sieht eine Momentaufnahme.

So machen Sie es richtig: Sagen Sie es ausdrücklich: „Heute ist ein guter Tag. Normalerweise …" Belegen Sie das mit dem Pflegetagebuch.

3. Kein Pflegetagebuch.

Warum es passiert: Im Gespräch fällt einem nur die Hälfte ein. Ohne Notizen bleibt es bei allgemeinen Sätzen wie „Sie braucht viel Hilfe".

So machen Sie es richtig: Führen Sie mindestens 7, besser 14 Tage lang ein Tagebuch (Kapitel 5). Dann haben Sie Zahlen: wie oft, wobei, wie lange.

LESEPROBE

Leseprobe · Die vollständige Mappe (47 Seiten) gibt es auf pflegewasjetzt.de

Ende der Leseprobe

Das war ein Ausschnitt aus der Mappe "Gut vorbereitet zum Gutachter-Termin".

Die vollständige Mappe hat 47 Seiten, ist am Bildschirm ausfüllbar und zum Ausdrucken gedacht.

Erhältlich auf pflegewasjetzt.de