

# Pflegetagebuch

**Sehr geehrte „Pflegeperson(en)“,**

Dieses *Pflegetagebuch* soll Ihnen helfen, zur richtigen Einstufung in der Pflegeversicherung zu gelangen. Bevor Sie mit dem Eintragen beginnen, lesen Sie bitte die Hinweise auf Seite 19 und 20!

Zum Ausfüllen stehen Ihnen am 1. Tag insgesamt vier Seiten zur Verfügung. Danach werden es weniger, da Sie täglich gleich ablaufende Verrichtungen nicht nochmals beschreiben müssen.

Sollten Sie von der Pflegekasse gebeten werden, mit dem Antrag zugleich ein ausgefülltes *Pflegetagebuch* mit zu senden, können Sie entweder die meist kürzere Vorlage der Kasse dazu verwenden oder Sie senden ihr eine Kopie dieser ausgefüllten Vorlage zu (behalten Sie grundsätzlich immer ein Exemplar bei sich, falls das weitergegebene z.B. verloren geht).

Verwenden Sie das *Pflegetagebuch* als Erinnerungsstütze im Gespräch mit dem Gutachter, händigen Sie ihm eine Kopie davon bei seinem Besuch aus oder lesen Sie ihm wichtige Teile daraus direkt vor. Bitten Sie ihn, das *Pflegetagebuch* als Anlage in die Akten aufzunehmen.

## 1. Tag

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer (Minuten)
	von	- bis	
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

*Fortsetzung auf der nächsten Seite!*

**Zwischensumme Seite 1 = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

# 1. Tag (2)

Übertrag (Zwischensumme Seite 1) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

*Fortsetzung auf der nächsten Seite!*

Zwischensumme Seite 2 = .....

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

# 1. Tag (3)

Übertrag (Zwischensumme Seite 2) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
 (siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

**Uhrzeit**  
 von - bis

**Dauer**  
 (Minuten)

Tätigkeitsablauf in Stichworten:



*Fortsetzung auf der nächsten Seite!*

**Zwischensumme Seite 3 = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

# 1. Tag (4)

Übertrag (Zwischensumme Seite 3) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

**häufig vorkommende kleinere Verrichtungen an diesem Tag,**  
**die oben noch nicht erfaßt wurden:**

(z.B. Aufforderung, Aufsicht und Anleitung zum Trinken)

	Häufigkeit am Tag (Strichliste)	Dauer (Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		

**Hinweis:** Multiplizieren Sie die „durchschnittliche Dauer einer Verrichtung“ mit der „Häufigkeit am Tag“ (Anzahl der Striche). Tragen Sie das Ergebnis in die rechte Spalte „Dauer“ ein.

**Pflegezeit am 1. Tag = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

# 2. Tag

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
 (siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

Uhrzeit		Dauer (Minuten)
von	bis	

Tätigkeitsablauf in Stichworten:	Uhrzeit von	Uhrzeit bis	Dauer (Minuten)

*Fortsetzung auf der nächsten Seite!*

**Zwischensumme Seite 5 = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

## 2. Tag (2)

Übertrag (Zwischensumme Seite 5) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

Fortsetzung auf der nächsten Seite!

Zwischensumme Seite 6 = .....

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

## 2. Tag (3)

Übertrag (Zwischensumme Seite 6) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

**häufig vorkommende kleinere Verrichtungen an diesem Tag,**  
**die oben noch nicht erfaßt wurden:**  
(z.B. Aufforderung, Aufsicht und Anleitung zum Trinken)

	Häufigkeit am Tag (Strichliste)	Dauer (Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		

**Hinweis:** Multiplizieren Sie die „durchschnittliche Dauer einer Verrichtung „mit der „Häufigkeit am Tag“ (Anzahl der Striche). Tragen Sie das Ergebnis in die rechte Spalte „Dauer“ ein.

**Pflegezeit am 2. Tag = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

### 3. Tag

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
 (siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

*Fortsetzung auf der nächsten Seite!*

**Zwischensumme Seite 8 = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**



### 3. Tag (2)

Übertrag (Zwischensumme Seite 8) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

**häufig vorkommende kleinere Verrichtungen an diesem Tag,**  
**die oben noch nicht erfaßt wurden:**  
(z.B. Aufforderung, Aufsicht und Anleitung zum Trinken)

	Häufigkeit am Tag (Strichliste)	Dauer (Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		

**Hinweis:** Multiplizieren Sie die „durchschnittliche Dauer einer Verrichtung“ mit der „Häufigkeit am Tag“ (Anzahl der Striche). Tragen Sie das Ergebnis in die rechte Spalte „Dauer“ ein.

**Pflegezeit am 3. Tag = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

## 4. Tag

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
 (siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	<b>Uhrzeit</b>		<b>Dauer (Minuten)</b>
	von	- bis	
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

*Fortsetzung auf der nächsten Seite!*

**Zwischensumme Seite 10 = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

## 4. Tag (2)

Übertrag (Zwischensumme Seite 10) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

**häufig vorkommende kleinere Verrichtungen an diesem Tag,**  
**die oben noch nicht erfaßt wurden:**  
(z.B. Aufforderung, Aufsicht und Anleitung zum Trinken)

	Häufigkeit am Tag (Strichliste)	Dauer (Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		

**Hinweis:** Multiplizieren Sie die „durchschnittliche Dauer einer Verrichtung“ mit der „Häufigkeit am Tag“ (Anzahl der Striche). Tragen Sie das Ergebnis in die rechte Spalte „Dauer“ ein.

**Pflegezeit am 4. Tag = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

# 5. Tag

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
 (siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer (Minuten)
	von	- bis	
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

*Fortsetzung auf der nächsten Seite!*

**Zwischensumme Seite 12 = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

## 5. Tag (2)

Übertrag (Zwischensumme Seite 12) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

**häufig vorkommende kleinere Verrichtungen an diesem Tag,**  
**die oben noch nicht erfaßt wurden:**  
(z.B. Aufforderung, Aufsicht und Anleitung zum Trinken)

	Häufigkeit am Tag (Strichliste)	Dauer (Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		

**Hinweis:** Multiplizieren Sie die „durchschnittliche Dauer einer Verrichtung“ mit der „Häufigkeit am Tag“ (Anzahl der Striche). Tragen Sie das Ergebnis in die rechte Spalte „Dauer“ ein.

**Pflegezeit am 5. Tag = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

# 6. Tag

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
 (siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

*Fortsetzung auf der nächsten Seite!*

Zwischensumme Seite 14 = .....

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

## 6. Tag (2)

Übertrag (Zwischensumme Seite 14) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

**häufig vorkommende kleinere Verrichtungen an diesem Tag,**  
**die oben noch nicht erfaßt wurden:**  
(z.B. Aufforderung, Aufsicht und Anleitung zum Trinken)

	Häufigkeit am Tag	Dauer
	(Strichliste)	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		

**Hinweis:** Multiplizieren Sie die „durchschnittliche Dauer einer Verrichtung“ mit der „Häufigkeit am Tag“ (Anzahl der Striche). Tragen Sie das Ergebnis in die rechte Spalte „Dauer“ ein.

**Pflegezeit am 6. Tag = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

# 7. Tag

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

Tätigkeitsablauf in Stichworten:	Uhrzeit		Dauer (Minuten)
	von	bis	

*Fortsetzung auf der nächsten Seite!*

**Zwischensumme Seite 16 = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**



## 7. Tag (2)

Übertrag (Zwischensumme Seite 16) = .....

**nur die „anerkannten“ Verrichtungen eintragen!**  
(siehe grauer Kasten unten und Seite 3 im Ratgeber Nr. 1)

	Uhrzeit		Dauer
	von	- bis	(Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:			

**häufig vorkommende kleinere Verrichtungen an diesem Tag,**  
**die noch nicht erfaßt wurden:**  
(z.B. Aufforderung, Aufsicht und Anleitung zum Trinken)

	Häufigkeit am Tag (Strichliste)	Dauer (Minuten)
Tätigkeitsablauf in Stichworten:		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		
durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = ..... Minuten		

**Hinweis:** Multiplizieren Sie die „durchschnittliche Dauer einer Verrichtung“ mit der „Häufigkeit am Tag“ (Anzahl der Striche). Tragen Sie das Ergebnis in die rechte Spalte „Dauer“ ein.

**Pflegezeit am 7. Tag = .....**

zeitlich anerkannt wird die Aufsicht, Anleitung, teilweise Unterstützung oder Übernahme bei: **Waschen, Baden, Duschen; Zahn- und Mundpflege, Kämmen, Rasieren; mundgerechtes Zubereiten und Aufnahme der Nahrung; Darm- und Blasenentleerung; Aufstehen u. Zubettgehen; Umlagern; An- und Auskleiden; unvermeidbare Gänge außer Haus.**

## Auswertung des Pfl egetagebuchs

### 1. Weiterer zeitlicher Hilfebedarf

**in größeren zeitlichen Abständen vorkommende Verrichtungen:**  
(z.B. Gänge zum Arzt oder zur Apotheke; nur Weg, keine Wartezeit!)

	<b>Häufigkeit in vier Wochen</b>	<b>Dauer (Minuten)</b>
Tätigkeitsablauf in Stichworten:		
durchschnittliche Dauer der Verrichtung = ..... Minuten		
durchschnittliche Dauer der Verrichtung = ..... Minuten		

***Hinweis:*** Multiplizieren Sie die „durchschnittliche Dauer der Verrichtung“ mit der „Häufigkeit in vier Wochen“ und teilen Sie den Betrag durch 28 Tage. Tragen Sie das Ergebnis in die Spalte „Dauer“ ein.

**tägliche Pflegezeit bei selteneren Verrichtungen = .....**

### 2. Errechnung der durchschnittlichen täglichen „Pflegezeit“

(bei den „gewöhnlichen und regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen des täglichen Lebens“)

Zählen Sie die Pflegezeiten der Tage, an denen Sie das Pfl egetagebuch geführt haben, zusammen. Teilen Sie die Summe durch die Anzahl der Tage. Zu dem Ergebnis zählen Sie dann noch die „tägliche Pflegezeit bei selteneren Verrichtungen“ hinzu. Es ergibt sich die durchschnittliche tägliche Pflegezeit in Minuten.

Vergleichen Sie mit der Tabelle auf Seite 2 des Ratgebers „Regelungen der Pflegeversicherung“, zu welcher Pflegestufe Sie nach Ihren Aufzeichnungen gelangen.

Summe 1. Tag	.....
+ Summe 2. Tag	.....
+ Summe 3. Tag	.....
+ Summe 4. Tag	.....
+ Summe 5. Tag	.....
+ Summe 6. Tag	.....
+ Summe 7. Tag	.....

Summe (mehrere Tage) = .....

Summe (mehrere Tage) ..... : Anzahl der Tage ..... = .....

+ tägliche Pflegezeit bei selteneren Verrichtungen: .....

**durchschnittliche tägliche Pflegezeit in Minuten = .....**

## **Hinweise zum Ausfüllen**

- Tragen Sie nur anerkennbare „pflegerische“ Verrichtungen ein. Beachten Sie zum Ausfüllen vor allem die Hinweise auf Seite 3 sowie die Kapitel 3,4 und 5 im Ratgeber Nr. 1 „Regelungen der Pflegeversicherung“. (Beispiel **1** auf der nächsten Seite)
- Schauen Sie immer auf die Uhr, wenn Sie eine Verrichtung beginnen und beenden. Tragen Sie auch die Uhrzeit ein, wenn Sie eine Verrichtung unterbrechen und danach wieder fortsetzen.
- Tragen Sie häufig vorkommende kleinere Verrichtungen, die Sie zwischendurch übernehmen, wie das „Anleiten zum Trinken“, gesondert in Form einer Strichliste ein (Beispiel **2** ). Sie finden ein Feld zum Eintragen am Ende jeder Tagesaufzeichnung (tragen Sie jedoch keinen Strich ein, wenn die Verrichtung bereits im Rahmen einer anderen Verrichtung zeitlich erfaßt wurde).
- Tragen Sie Verrichtungen, die seltener vorkommen (z.B. alle 2-4 Wochen), gesondert nur einmal auf Seite 18 ein (Beispiel **3** ).
- Verläuft eine Verrichtung jeden Tag sehr ähnlich, genügt es, sie einmal ausführlich zu schildern (Beispiel **4** ). Die Zeiten tragen Sie jedoch jeden Tag neu ein!
- Können Sie im Tagesverlauf nur wenige Stichworte und die Uhrzeiten eintragen, ergänzen Sie Ihren Aufschrieb, wenn Sie mehr Zeit haben.
- Sie sollten das Pfl egetagebuch mindestens über drei Tage, besser über 7 Tage führen.

### **Übliche Verrichtungen mit anerkennbarem Hilfebedarf:**

<b>Morgen</b>	<b>Mittag</b>	<b>Abend und Nacht</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufstehen, Anziehen und Körperpflege (evt. Duschen oder Baden)</li> <li>• Frühstück</li> <li>• evt. kleine Zwischenmahlzeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mittagessen</li> <li>• evt. Hilfeleistungen beim Mittagschlaf (An- und Ausziehen, Hinlegen)</li> <li>• evt. Zwischenmahlzeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abendessen</li> <li>• evt. noch eine Kleinigkeit vor dem Schlafengehen essen</li> <li>• Abendliche Körperpflege und Zu-Bett-Gehen (Ausziehen, Hinlegen)</li> <li>• evt. Toilettengang, Umlagern in der Nacht oder ins Bett bringen bei Umherirren</li> </ul>
<p><b><u>Weitere Verrichtungen mehrmals am Tag:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mehrmals täglich Toilettengänge oder Inkontinenzversorgung</li> <li>• Gesicht und Hände nach Mahlzeiten waschen</li> <li>• Hilfe beim Gehen, Stehen und Treppensteigen in Zusammenhang mit einer Verrichtung (z.B. notwendige Begleitung beim Gang ins Bad zur Körperpflege)</li> <li>• Aufforderung und Anleitung zum Trinken</li> </ul>		
<p><b><u>Seltenere Verrichtungen:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gang zum Arzt, zur Apotheke oder beispielsweise zu einem Ergotherapeuten</li> <li>• Aufwendige Reinigungsarbeiten, wenn die Wohnung durch Fehlhandlungen des Kranken mit Kot oder Urin beschmutzt wurde.</li> </ul>		

①

**Beispiele:**

	Uhrzeit		Dauer (Minuten)
	von	- bis	
Tätigkeitsablauf in Stichworten: <b><u>Aufstehen, Toilettengang, Umziehen, Körperpflege:</u></b> Mein Angehöriger meldet sich; bin ihm beim Aufstehen behilflich, begleite ihn auf die Toilette und anschließend ins Bad. Nach dem Aufstehen findet er sich wenig zurecht.; muß ihn viel anleiten und ansprechen, damit er wacher wird und mithilft. Setze ihn auf einen Stuhl, muß ihm helfen, die Nachtkleidung auszuziehen; richte Waschutensilien her; gebe sie der Reihe nach und leite ihn an; beim Zähneputzen und Rasieren muß ich manchmal seine Hand führen. Begleite ihn ins Schlafzimmer, richte Tageskleidung her; beaufsichtige ihn beim Anziehen und leite ihn an, wenn er etwas verkehrt macht. Muß ihm helfen, die Knöpfe am Hemd zu schließen.	8.12	9.19	67
<b><u>Frühstücken (Essen):</u></b> Beim Frühstück muß ich ihn immer wieder motivieren und gelegentlich anleiten. Er verwechselt manchmal das Besteck. Wenn ich nicht im Zimmer bin, hört er auf zu essen und sucht nach mir.	9.27	10.01	34

②

**häufig vorkommende kleinere Verrichtungen:**

(z.B. Aufforderung, Aufsicht und Anleitung zum Trinken)

Häufigkeit am Tag  
(Strichliste)

Dauer  
(Minuten)

Tätigkeitsablauf in Stichworten: Auffordern, motivieren und beaufsichtigen beim Trinken; trinkt ungerne! durchschnittliche Dauer einer Verrichtung = <b>1</b> ..... Minuten	+ + + + + + + + + +       13 x 1 = 13 Min.	13
---	---	----

③

**in größeren zeitlichen Abständen vorkommende Verrichtungen:**

(z.B. Gänge zum Arzt oder zur Apotheke; nur Weg, keine Wartezeit!)

Häufigkeit in  
vier Wochen

Dauer  
(Minuten)

Tätigkeitsablauf in Stichworten: <b><u>Fahrt zum Arzt:</u></b> Hilfe den Mantel anziehen; begleite Treppe hinunter; gehen zum Bus (200m); gehen zum Arzt (300m); dasselbe im Anschluß zurück. durchschnittliche Dauer der Verrichtung = <b>96</b> ..... Minuten	1 - 2 mal 96 x 1,5 = 144 144 : 28 = 5,1	5
---	---	---

④

Ist der Tätigkeitsablauf bei bestimmten Verrichtungen, wie etwa der morgendlichen Körperpflege jeden Tag gleich, genügt es, wenn sie ihn einmal ausführlich beschreiben. An den folgenden Tagen tragen Sie nur noch ein Stichwort und Besonderheiten ein:

<b><u>Aufstehen, Toilettengang, Umziehen, Körperpflege (siehe 1. Tag)</u></b> Mein Angehöriger war sehr müde, Anleitung war zeitaufwendig und mühsam.	8.05	9.24	79
--	------	------	----

Verfasser:

G. Schwarz, Alzheimer Beratung,  
 Evangelische Gesellschaft Stuttgart e.V.