

So führen Sie dieses Tagebuch

Die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst (MD, früher MDK) dauert etwa eine Stunde. In dieser Stunde soll sichtbar werden, wie selbstständig ein Mensch über Wochen ist. Dieses Tagebuch ist Ihre Gegenrechnung.

Drei Regeln entscheiden darüber, ob Ihre Aufzeichnung etwas wert ist:

1. Führen Sie zwei bis vier Wochen lückenlos – auch die guten Tage. Wer nur Krisen notiert, wirkt unglaubwürdig.
2. Schreiben Sie direkt nach der Hilfe, nicht abends. Geschätzte Zeiten schrumpfen im Gespräch.
3. Notieren Sie den Grad der Übernahme, nicht nur die Tätigkeit: „Unterkörper vollständig übernommen, 20 Minuten“ statt „beim Waschen geholfen“. Genau daran hängen die Punkte.

Wie bewertet wird

Jedes Kriterium wird mit 0 bis 3 Punkten bewertet. Tragen Sie diese Zahl in die Spalte „P“ ein:

- 0 = selbstständig – braucht keine Hilfe
- 1 = überwiegend selbstständig – braucht wenig Hilfe, z. B. Zurechtlegen, Erinnern
- 2 = überwiegend unselbstständig – kann kleine Teile allein, das meiste übernimmt jemand
- 3 = unselbstständig – wird vollständig übernommen

Gewichtung der Module

Modul 4 (Selbstversorgung) zählt 40 Prozent – viermal so viel wie die Mobilität. Wer hier ungenau schreibt, verschenkt am meisten. Module 2 und 3 teilen sich 15 Prozent: gezählt wird nur der höhere der beiden Werte (deshalb das Sternchen).

Pflegegrad aus der Gesamtpunktzahl (§ 15 SGB XI)

Grad 1: 12,5 bis unter 27 Grad 2: 27 bis unter 47,5 Grad 3: 47,5 bis unter 70
Grad 4: 70 bis unter 90 Grad 5: 90 bis 100

Die Umrechnung der Modulsummen in gewichtete Punkte macht der kostenlose Rechner unter care-attendant.com/pflegegrad-rechner.html

Name der pflegebedürftigen Person:

Zeitraum der Aufzeichnung: von _____ bis _____

Wer hat geführt:

Modul 1 – Mobilität (10 %)

Datum	Was war nötig? Wie lange? Wie oft? Wer hat geholfen?	P
• Aufstehen aus dem Bett / Positionswechsel		
• Umsetzen (Bett, Stuhl, Rollstuhl)		
• Fortbewegen in der Wohnung		
• Treppensteigen		

Summe der Punkte dieses Moduls: _____ (Umrechnung: care-attendant.com/pflegegrad-rechner.html)

Modul 2 – Kognitive und kommunikative Fähigkeiten (15 %*)

Datum	Was war nötig? Wie lange? Wie oft? Wer hat geholfen?	P
• Personen erkennen, Orientierung (Ort, Zeit)		
• Gedächtnis, Entscheidungen im Alltag		
• Gespräch führen, Bedürfnisse mitteilen		

Summe der Punkte dieses Moduls: _____ (Umrechnung: care-attendant.com/pflegegrad-rechner.html)

Modul 3 – Verhaltensweisen und psychische Problemlagen (15 %*)

Datum	Was war nötig? Wie lange? Wie oft? Wer hat geholfen?	P
• Nächtliche Unruhe – wie oft, wie lange?		
• Abwehr der Pflege (Waschen, Ankleiden)		
• Ängste, Aggression, Rufen		

Summe der Punkte dieses Moduls: _____ (Umrechnung: care-attendant.com/pflegegrad-rechner.html)

Modul 4 – Selbstversorgung (40 % – das schwerste Modul)

Datum	Was war nötig? Wie lange? Wie oft? Wer hat geholfen?	P
• Waschen / Duschen – selbst, teilweise oder übernommen?		
• An- und Auskleiden		
• Essen und Trinken		
• Toilette, Umgang mit Inkontinenz		

Summe der Punkte dieses Moduls: _____ (Umrechnung: care-attendant.com/pflegegrad-rechner.html)

Modul 5 – Krankheits- und therapiebedingte Anforderungen (20 %)

Datum	Was war nötig? Wie lange? Wie oft? Wer hat geholfen?	P
• Medikamente stellen / Einnahme kontrollieren		
• Verbände, Injektionen, Messungen		
• Arztbesuche und Therapien – wie oft?		

Summe der Punkte dieses Moduls: _____ (Umrechnung: care-attendant.com/pflegegrad-rechner.html)

Modul 6 – Alltagsleben und soziale Kontakte (15 %)

Datum	Was war nötig? Wie lange? Wie oft? Wer hat geholfen?	P
• Tagesablauf gestalten, sich beschäftigen		
• Kontakte pflegen, Termine planen		
• Einkauf, Behördengänge, Telefon		

Summe der Punkte dieses Moduls: _____ (Umrechnung: care-attendant.com/pflegegrad-rechner.html)