



Pflege in besten Händen

AOK
Die Gesundheitskasse.

PFLEGETAGEBUCH

INFORMATIONEN UND DOKUMENTATION

Pflegetagebuch

Nutzen und Anwendung

Pflegebedürftig kann jeder werden – im hohen Alter, aber auch in jungen Jahren, beispielsweise durch einen Unfall. Die Betroffenen sind in diesem Fall auf gute, zeitintensive Hilfe der Familie, der Freunde, aber auch der Allgemeinheit angewiesen.

Damit die Pflegekasse bei der AOK Rheinland/Hamburg finanziell schnell Hilfe leisten kann, ist zunächst eine Einschätzung des Hilfebedarfs durch einen Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK) nötig. Dies ist eine unabhängige Begutachtungsstelle, die für alle Pflegekassen tätig ist. Der MDK-Gutachter ermittelt bei einem Hausbesuch Ihren Pflegebedarf und welche Pflege für Sie in Betracht kommt. Die Höhe der Leistung durch Ihre Pflegekasse hängt von der Pflegestufe ab. Die Unterteilung der einzelnen Pflegestufen finden Sie auf der folgenden Seite.

Es ist wichtig, dass Sie gut auf den Besuch des MDK-Gutachters vorbereitet sind. Auch sollte ein Angehöriger oder Bekannter, der den Pflegebedarf genau kennt, bei dem MDK-Besuch anwesend sein.

Der Gutachter muss sich bei dem Besuch in kurzer Zeit einen Eindruck Ihrer persönlichen Pflegesituation verschaffen. Daher ist für die Einschätzung des genauen Umfangs Ihres individuellen Hilfebedarfs das Pflegetagebuch eine wichtige und gute Hilfe.

Das Pflegetagebuch sollten Sie über den Verlauf einer Woche führen. Wie dies geht, erläutern wir Ihnen auf den nächsten Seiten. Sie sollten, wenn möglich, nach jeder Pflege Tätigkeit gemeinsam mit Ihrer Pflegeperson überlegen, wie viele Minuten in die entsprechenden Spalten einzutragen sind.

Verrichtungen, die mit der medizinischen Behandlungspflege zusammenhängen (z. B. Medikamentengaben, Wechseln von Verbänden), müssen Sie nicht aufschreiben. Diese haben keinen Einfluss auf die Ermittlung einer Pflegestufe.

Falls Sie Fragen haben,
rufen Sie einfach unsere
AOK Pflegehotline
unter
0800 329 0 329* an.



*kostenfrei aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz

Die drei Pflegestufen

Erhebliche Pflegebedürftigkeit (Stufe I)

Hierzu gehören Personen, die mindestens einmal täglich bei wenigstens zwei Verrichtungen aus den Bereichen Körperpflege, Ernährung oder Mobilität (Grundpflege) der Hilfe bedürfen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen.

Der Zeitaufwand muss im Tagesdurchschnitt mindestens 90 Minuten betragen, wobei auf die Grundpflege mehr als 45 Minuten entfallen müssen.

Schwerpflegebedürftigkeit (Stufe II)

Hierzu gehören Personen, die bei der Körperpflege, der Ernährung oder der Mobilität (Grundpflege) mindestens dreimal täglich zu verschiedenen Tageszeiten der Hilfe bedürfen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen.

Der Zeitaufwand für die Hilfe bei der Grundpflege und der hauswirtschaftlichen Versorgung muss im Tagesdurchschnitt mindestens 3 Stunden betragen, wobei auf die Grundpflege mindestens 2 Stunden entfallen müssen.

Schwerstpflegebedürftigkeit (Stufe III)

Hierzu gehören Personen, die bei der Körperpflege, der Ernährung oder der Mobilität (Grundpflege) täglich rund um die Uhr, auch nachts, der Hilfe bedürfen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen.

Der Zeitaufwand für die Hilfe bei der Grundpflege und der hauswirtschaftlichen Versorgung muss im Tagesdurchschnitt mindestens 5 Stunden betragen, wobei auf die Grundpflege mindestens 4 Stunden entfallen müssen.

Besonderheit bei Kindern

Für die Einstufung der Pflegebedürftigkeit eines Kindes ist ausschlaggebend, wie viel mehr Pflege es im Vergleich zu einem gesunden gleichaltrigen Kind benötigt. Bei Säuglingen und Kleinkindern ist nicht der altersbedingte Pflegeaufwand maßgebend, sondern der darüber hinausgehende Hilfebedarf.

Ausfüllen des Pflegetagebuchs

Hilfe und Erläuterungen

Art, Zeit und Dauer der Hilfe

Die Pflege umfasst viele einzelne Tätigkeiten, die für die Feststellung des Pflegebedarfs wichtig sind. Bitte notieren Sie auf den Tagebuchseiten unter „Zeitaufwand (in Minuten)“, wie lange diese in der Regel dauern und wann am Tag sie anfallen. Für die Feststellung der Pflegebedürftigkeit und die Zuordnung zu einer Pflegestufe muss der MDK-Gutachter Ihren individuellen Hilfebedarf berücksichtigen. Zur Orientierung dienen ihm hierfür die „Zeitorientierungswerte“. Diese stellen jedoch keine verbindlichen Vorgaben dar und entbinden den MDK-Gutachter nicht davon, in jedem Einzelfall den Zeitaufwand für den Hilfebedarf bei der Grundpflege (Körperpflege, Ernährung, Mobilität) individuell festzustellen.

Unterschiedliche Formen der Hilfe

Manche Pflegebedürftige können vieles noch selber, andere benötigen Unterstützung oder die komplette Übernahme der Tätigkeiten durch eine Pflegeperson. Um die Form der Hilfestellungen zu dokumentieren, kreuzen Sie diese bitte auf der jeweiligen Tagebuchseite an.

Erläuterungen

- U** Wenn der Pflegebedürftige Verrichtungen grundsätzlich selbstständig erledigen kann, jedoch z. B. bei der Vorbereitung oder Nachbereitung unterstützt werden muss. (**U**nterstützung)
- TÜ** Wenn der Pflegebedürftige eine Hilfe zur Vollendung einer teilweise selbstständig erledigten Verrichtung benötigt und die Pflegeperson Teile der Verrichtung des täglichen Lebens übernehmen muss. (**T**eilweise **Ü**bernahme)
- VÜ** Wenn die Pflegeperson die Verrichtungen des täglichen Lebens vollständig übernimmt, da der Pflegebedürftige nicht in der Lage ist, die Verrichtungen selbst auszuführen. (**V**ollständige **Ü**bernahme)
- A/B** Wenn die Hilfe ausschließlich die **A**nleitung oder **B**eaufsichtigung bei den gewöhnlichen Verrichtungen umfasst. Dies gilt insbesondere bei geistig und seelisch Behinderten, psychisch Kranken sowie geistig verwirrten Menschen. In diesen Bereich fällt
- die Förderung und Erhaltung von körperlichen, psychischen und geistigen Fähigkeiten (z. B. Orientierung zur eigenen Person in der Umgebung) im Rahmen der gewöhnlichen täglichen Verrichtungen
 - die Vermeidung von Eigen- oder Fremdgefährdung (z. B. durch unsachgemäßen Umgang mit Strom, Wasser oder offenem Feuer) im Rahmen der gewöhnlichen täglichen Verrichtungen
 - der Abbau von Ängsten, Reizbarkeit oder Aggressionen im Rahmen der gewöhnlichen täglichen Verrichtungen

Noch ein Hinweis für Sie: Bei der Festlegung der Zeitorientierungswerte wurde von einer vollständigen Übernahme (VÜ) der Verrichtung durch eine Laienpflegekraft ausgegangen. Ist bei Ihnen eine andere Form der Übernahme erforderlich (z. B. die teilweise Übernahme = TÜ), so können diese Werte abweichen.

Verrichtungen und Zeitorientierungswerte

Das steht hinter den Begriffen

Körperpflege

Waschen/Duschen/Baden

Zu den Verrichtungen gehört das Waschen des Körpers am Waschbecken, in der Dusche oder Badewanne sowie mit einer Waschschüssel am Bett. Auch das Zurechtlegen der Waschutensilien und das Haare waschen und Föhnen gehören in diesen Bereich.

Ganzkörperwäsche: 20 bis 25 Min.

Waschen Oberkörper: 8 bis 10 Min.

Waschen Unterkörper: 12 bis 15 Min.

Waschen Hände/Gesicht: 1 bis 2 Min.

Duschen: 15 bis 20 Min.

Baden: 20 bis 25 Min.

Zahnpflege

Vorbereitung, Zähneputzen, Reinigung des Mundraumes und des Zahnersatzes.

Zahnpflege: bis 5 Min.

Kämmen

Haare kämmen und bürsten, Perücke oder Toupet richten. Das Legen von Frisuren (z. B. Dauerwelle) gehört nicht dazu.

Kämmen: 1 bis 3 Min.

Rasieren/Gesichtspflege

Nass- und Trockenrasur sowie die entsprechende Gesichtspflege. Bei Frauen kann auch nur die Gesichtspflege berücksichtigt werden. Schminken gehört nicht dazu.

Rasieren: 5 bis 10 Min.

Darm- und/oder Blasenentleerung

Hierzu gehört die Kontrolle von Blasenentleerung, Stuhlgang sowie gegebenenfalls die Reinigung und Versorgung eines künstlich geschaffenen Darmausganges. Intimhygiene, Richten der Kleidung und das Säubern eines Toilettenstuhls oder einer Urinflasche werden hier berücksichtigt. Die Hilfe beim Gang zur Toilette fällt unter Mobilität.

Wasser lassen (Intimhygiene, Toilettenspülung): 2 bis 3 Min.

Stuhlgang (Intimhygiene, Toilettenspülung): 3 bis 6 Min.

Richten der Bekleidung: insgesamt 2 Min.

Wechseln von Windeln (Intimhygiene, Entsorgung nach Wasser lassen): 4 bis 6 Min.

Wechseln von Windeln (Intimhygiene, Entsorgung nach Stuhlgang): 7 bis 10 Min.

Wechsel kleiner Vorlagen: 1 bis 2 Min.

Wechsel/Entleeren des Urinbeutels: 2 bis 3 Min.

Wechsel/Entleeren des Stomabeutels: 3 bis 4 Min.

Verrichtungen und Zeitorientierungswerte

Das steht hinter den Begriffen

Mobilität

Aufstehen und Zubettgehen

Hierunter fallen alle Hilfestellungen beim Aufstehen und Zu-Bett-Gehen sowie auch das Umlagern, sofern nicht gleichzeitig eine andere Grundpflege geleistet wird.

Einfache Hilfe beim Aufstehen/zu Bett gehen: je 1 bis 2 Min.

Umlagern: 2 bis 3 Min.

An- und Auskleiden

Kleidung aussuchen, aus dem Schrank holen, alle notwendigen Handgriffe wie das Öffnen und Verschließen von Verschlüssen. Auch das Anziehen von Korsetts oder Prothesen zählen hierzu.

Ankleiden gesamt: 8 bis 10 Min.

Ankleiden Oberkörper/Unterkörper: 5 bis 6 Min.

Entkleiden gesamt: 4 bis 6 Min.

Entkleiden Oberkörper/Unterkörper: 2 bis 3 Min.

Gehen/Treppensteigen

Hier wird das Gehen innerhalb der Wohnung angerechnet, wenn dies zur Körperpflege oder Essen und Trinken erforderlich ist. Bei Rollstuhlfahrern gilt auch der Hilfebedarf bei der Benutzung des Rollstuhls.

Die Vorgabe von Zeitorientierungswerten ist aufgrund der unterschiedlichen Wegstrecken, die seitens des Antragstellers im Rahmen der gesetzlich definierten Verrichtungen zu bewältigen sind, nicht möglich.

Verlassen und Wiederaufsuchen der Wohnung/ Pflegeeinrichtung

Dies wird nur angerechnet, wenn der Pflegebedürftige die Wohnung zwingend verlassen muss. (Arzt, Therapeuten bei ärztlicher Verordnung, Behörde oder Apotheke)

Die Vorgabe von Zeitorientierungswerten ist nicht möglich. Die Zeiten sind individuell zu erheben. Bei Wartezeiten im Zusammenhang mit dem Aufsuchen von Ärzten und Therapeuten können bis zu 45 Minuten angesetzt werden.

Generell gilt: Wenn zwei Personen für eine Hilfestellung gebraucht werden, ist der doppelte Zeitaufwand aufzuschreiben!

Verrichtungen und Zeitorientierungswerte

Das steht hinter den Begriffen

Ernährung

Mundgerechte Zubereitung

Dies umfasst alle Tätigkeiten, die nur zur unmittelbaren Vorbereitung der Nahrungsaufnahme dienen, z. B. das portionsgerechte Vorgeben oder das Zerkleinern der Speisen. Das Zubereiten der Nahrung hingegen gehört zur hauswirtschaftlichen Versorgung und wird hier nicht berücksichtigt.

Mundgerechte Zubereitung einer Hauptmahlzeit (einschließlich des Bereitstellens eines Getränkes): je 2 bis 3 Min.

Soweit nur eine Zwischenmahlzeit mundgerecht zubereitet oder ein Getränk bereitgestellt wird, kann der Zeitorientierungswert nur anteilig berücksichtigt werden.

Aufnahme der Nahrung/Sondenkost

Zur Nahrungszufuhr gehört die Verabreichung von fester und flüssiger Nahrung, auch die Sondenernährung (einschließlich der Pflege der Sonde); dies umfasst auch die Aufforderung zur Nahrungsaufnahme und zum regelmäßigen Trinken. Nicht dazu zählt die Insulinversorgung bei Diabetikern.

Essen von Hauptmahlzeiten einschließlich Trinken (max. 3 Hauptmahlzeiten pro Tag): je 15 bis 20 Min.

Hauswirtschaftliche Versorgung

Einkaufen

Dies beinhaltet das Planen und Einkaufen von Lebens-, Reinigungs- und Körperpflegemitteln.

Kochen

Das Kochen umfasst die gesamte Vor- und Zubereitung der Nahrung und das Aufstellen eines Speiseplans.

Reinigung der Wohnung

Das Reinigen aller Fußböden, Möbel, Fenster und Haushaltsgeräte im Wohnbereich des zu Pflegenden.

Spülen

Reinigen und Trocknen des Geschirrs, des Bestecks und der Kochutensilien, die der Pflegende gebraucht.

Wechseln und Waschen der Kleidung

Dieser Punkt umfasst die gesamte Pflege von Wäsche und Kleidung, also auch das Ausbessern, Bügeln, Einsortieren in den Schrank sowie das Beziehen der Betten.

Beheizen der Wohnung

Das Beheizen umfasst auch die Beschaffung und Entsorgung des Heizmaterials, falls überhaupt erforderlich

Beispiel:

Frau A. hat ihrem Mann um 8 Uhr aus dem Bett geholfen (4 Minuten), begleitet ihn zur Toilette (3 Minuten) und anschließend ins Bad. Dort legt sie ihm alle Wasch-Utensilien zurecht (3 Minuten). Ihr Mann kann sich noch alleine waschen. Beim Rasieren (6 Minuten) und Zähneputzen (4 Minuten) muss Frau A. ihrem Mann jedoch helfen. Nachdem sie Ihrem Mann die Frisur gerichtet hat (2 Minuten), führt sie ihn ins Schlafzimmer (2 Minuten), setzt ihn auf einen Stuhl und hilft ihm, seine Tageskleidung anzuziehen. Für das Ankleiden benötigt sie 18 Minuten.

Der entsprechende Eintrag im Pfl egetagebuch sieht so aus:

	Zeitaufwand (in Minuten)					Gesamtsumme in Minuten	Form der Hilfestellung (Erläuterung auf Seite 4)				
Erforderliche Hilfe bei	morgens	mittags	nachmit- tags	abends	nachts von 22 bis 6 Uhr		U	TÜ	VÜ	B	A
Körperpflege ¹											
Waschen	3						✗	TÜ	VÜ	B	A
Zahnpflege	4						✗	TÜ	VÜ	B	A
Kämmen	2						U	TÜ	✗	B	A
Rasieren	6						✗	TÜ	VÜ	B	A
Mobilität											
Aufstehen/ Zubettgehen	4						✗	TÜ	VÜ	B	A
Ankleiden	18						U	✗	VÜ	B	A
Gehen/Bewegen im Haus bei o. g. Verrichtungen	3, 2						✗	TÜ	VÜ	B	A



Das Pflegetagebuch wird geführt für

Pflegebedürftiger	
Name, Vorname	
Geboren am	
Straße, Hausnummer	
Postleitzahl, Ort	
Datum, Unterschrift ^{1/2}	
Gesetzlicher Vertreter/Bevollmächtigter/Betreuer (sofern vorhanden, sonst frei lassen)	
Name, Vorname	
Straße, Hausnummer	
Postleitzahl, Ort	
Telefon	
Datum, Unterschrift ^{1/2}	
1. Person, die das Tagebuch führt	
Name, Vorname	
Straße, Hausnummer	
Postleitzahl, Ort	
Unterschrift ²	
2. Person, die das Tagebuch führt	
Name, Vorname	
Straße, Hausnummer	
Postleitzahl, Ort	
Unterschrift ²	
Anmerkungen	

¹ Ich bin mit den Angaben der Person, die das Pflegetagebuch führt, einverstanden.

² Die Angaben persönlicher Daten sind aufgrund der Bestimmungen der §§ 60 Sozialgesetzbuch I und 50 Sozialgesetzbuch XI erforderlich.

Name des Pflegebedürftigen: _____

Zusätzliche Betreuungsleistung

Pflegebedürftige, die aufgrund von demenzbedingten Fähigkeitsstörungen, geistigen Behinderungen oder einer psychischen Erkrankung erheblichen allgemeinen Betreuungsbedarf haben, erhalten unter bestimmten Voraussetzungen zusätzliche Betreuungsleistungen.

Dies sind Personen, bei denen der MDK in Folge der Krankheit oder Behinderung Auswirkungen auf die Aktivitäten des täglichen Lebens feststellt, die dauerhaft zu einer erheblichen Einschränkung der Alltagskompetenz führen. Zusätzliche Betreuungsleistungen erhalten auch Personen, die einen Hilfebedarf im Bereich der Grundpflege und hauswirtschaftlichen Versorgung haben, der nicht das Ausmaß der Pflegestufe I erreicht (so genannte Pflegestufe „0“).

**Für die Bewertung sind folgende Fähigkeitsstörungen maßgebend:
(Bitte Zutreffendes ankreuzen, mehrfaches Ankreuzen ist möglich)**

- ☐ Unkontrolliertes Verlassen der Wohnung
- ☐ Verkennen oder Verursachen gefährdender Situationen
- ☐ unsachgemäßer Umgang mit gefährlichen Gegenständen
- ☐ verhält sich tätlich oder verbal aggressiv
- ☐ verhält sich der Situation nicht angepasst
- ☐ erkennt die eigenen körperlichen und seelischen Gefühle oder Bedürfnisse nicht
- ☐ wehrt sich gegen therapeutische und schützende Maßnahmen
- ☐ kann wegen gestörter Hirnfunktionen soziale Alltagssituationen nicht mehr bewältigen (Beeinträchtigung des Gedächtnisses, herabgesetztes Urteilsvermögen)
- ☐ Störung des Tag-/Nacht-Rhythmus
- ☐ Unfähigkeit, eigenständig den Tagesablauf zu planen und zu strukturieren
- ☐ Verkennt Alltagssituationen und reagiert unpassend
- ☐ ausgeprägte Schwankungen der Gefühle
- ☐ überwiegend niedergeschlagen, verzagt, hilflos oder hoffnungslos (therapie-resistente Depression)

Name des Pflegebedürftigen: _____

Pflege-tag: _____

Erforderliche Hilfe bei	Zeitaufwand (in Minuten)					Gesamtsumme in Minuten	Form der Hilfestellung (Erläuterung auf Seite 4)				
	morgens	mittags	nachmittags	abends	nachts von 22 bis 6 Uhr		U	TÜ	VÜ	B	A
Körperpflege¹											
Waschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Baden/Duschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Zahnpflege							U	TÜ	VÜ	B	A
Kämmen							U	TÜ	VÜ	B	A
Rasieren							U	TÜ	VÜ	B	A
Blasenentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Darmentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln von Windeln/Vorlagen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Entleeren des Urin-/Stomabeutels							U	TÜ	VÜ	B	A
Ernährung											
Mundgerechte Zubereitung							U	TÜ	VÜ	B	A
Nahrungsaufnahme							U	TÜ	VÜ	B	A
Mobilität											
Aufstehen/Zubettgehen							U	TÜ	VÜ	B	A
Umlagern							U	TÜ	VÜ	B	A
Ankleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Auskleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Gehen/Bewegen im Haus bei o. g. Verrichtungen							U	TÜ	VÜ	B	A
Stehen/Transfer, Aufstehen vom Rollstuhl							U	TÜ	VÜ	B	A
Treppensteigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A
Hauswirtschaftliche Versorgung											
Einkaufen							U	TÜ	VÜ	B	A
Kochen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wohnung reinigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Spülen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung							U	TÜ	VÜ	B	A
Beheizen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A

Name des Pflegebedürftigen: _____

Pflege-tag: _____

Erforderliche Hilfe bei	Zeitaufwand (in Minuten)					Gesamtsumme in Minuten	Form der Hilfestellung (Erläuterung auf Seite 4)				
	morgens	mittags	nachmittags	abends	nachts von 22 bis 6 Uhr		U	TÜ	VÜ	B	A
Körperpflege¹											
Waschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Baden/Duschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Zahnpflege							U	TÜ	VÜ	B	A
Kämmen							U	TÜ	VÜ	B	A
Rasieren							U	TÜ	VÜ	B	A
Blasenentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Darmentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln von Windeln/Vorlagen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Entleeren des Urin-/Stomabeutels							U	TÜ	VÜ	B	A
Ernährung											
Mundgerechte Zubereitung							U	TÜ	VÜ	B	A
Nahrungsaufnahme							U	TÜ	VÜ	B	A
Mobilität											
Aufstehen/Zubettgehen							U	TÜ	VÜ	B	A
Umlagern							U	TÜ	VÜ	B	A
Ankleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Auskleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Gehen/Bewegen im Haus bei o. g. Verrichtungen							U	TÜ	VÜ	B	A
Stehen/Transfer, Aufstehen vom Rollstuhl							U	TÜ	VÜ	B	A
Treppensteigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A
Hauswirtschaftliche Versorgung											
Einkaufen							U	TÜ	VÜ	B	A
Kochen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wohnung reinigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Spülen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung							U	TÜ	VÜ	B	A
Beheizen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A

Name des Pflegebedürftigen: _____

Pflege-tag: _____

Erforderliche Hilfe bei	Zeitaufwand (in Minuten)					Gesamtsumme in Minuten	Form der Hilfestellung (Erläuterung auf Seite 4)				
	morgens	mittags	nachmittags	abends	nachts von 22 bis 6 Uhr		U	TÜ	VÜ	B	A
Körperpflege¹											
Waschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Baden/Duschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Zahnpflege							U	TÜ	VÜ	B	A
Kämmen							U	TÜ	VÜ	B	A
Rasieren							U	TÜ	VÜ	B	A
Blasenentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Darmentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln von Windeln/Vorlagen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Entleeren des Urin-/Stomabeutels							U	TÜ	VÜ	B	A
Ernährung											
Mundgerechte Zubereitung							U	TÜ	VÜ	B	A
Nahrungsaufnahme							U	TÜ	VÜ	B	A
Mobilität											
Aufstehen/Zubettgehen							U	TÜ	VÜ	B	A
Umlagern							U	TÜ	VÜ	B	A
Ankleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Auskleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Gehen/Bewegen im Haus bei o. g. Verrichtungen							U	TÜ	VÜ	B	A
Stehen/Transfer, Aufstehen vom Rollstuhl							U	TÜ	VÜ	B	A
Treppensteigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A
Hauswirtschaftliche Versorgung											
Einkaufen							U	TÜ	VÜ	B	A
Kochen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wohnung reinigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Spülen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung							U	TÜ	VÜ	B	A
Beheizen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A

Name des Pflegebedürftigen: _____

Pflegetag: _____

Erforderliche Hilfe bei	Zeitaufwand (in Minuten)					Gesamtsumme in Minuten	Form der Hilfestellung (Erläuterung auf Seite 4)				
	morgens	mittags	nachmittags	abends	nachts von 22 bis 6 Uhr		U	TÜ	VÜ	B	A
Körperpflege¹											
Waschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Baden/Duschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Zahnpflege							U	TÜ	VÜ	B	A
Kämmen							U	TÜ	VÜ	B	A
Rasieren							U	TÜ	VÜ	B	A
Blasenentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Darmentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln von Windeln/Vorlagen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Entleeren des Urin-/Stomabeutels							U	TÜ	VÜ	B	A
Ernährung											
Mundgerechte Zubereitung							U	TÜ	VÜ	B	A
Nahrungsaufnahme							U	TÜ	VÜ	B	A
Mobilität											
Aufstehen/Zubettgehen							U	TÜ	VÜ	B	A
Umlagern							U	TÜ	VÜ	B	A
Ankleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Auskleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Gehen/Bewegen im Haus bei o. g. Verrichtungen							U	TÜ	VÜ	B	A
Stehen/Transfer, Aufstehen vom Rollstuhl							U	TÜ	VÜ	B	A
Treppensteigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A
Hauswirtschaftliche Versorgung											
Einkaufen							U	TÜ	VÜ	B	A
Kochen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wohnung reinigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Spülen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung							U	TÜ	VÜ	B	A
Beheizen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A

Name des Pflegebedürftigen: _____
 Pflegetag: _____

Erforderliche Hilfe bei	Zeitaufwand (in Minuten)					Gesamtsumme in Minuten	Form der Hilfestellung (Erläuterung auf Seite 4)				
	morgens	mittags	nachmittags	abends	nachts von 22 bis 6 Uhr		U	TÜ	VÜ	B	A
Körperpflege¹											
Waschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Baden/Duschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Zahnpflege							U	TÜ	VÜ	B	A
Kämmen							U	TÜ	VÜ	B	A
Rasieren							U	TÜ	VÜ	B	A
Blasenentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Darmentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln von Windeln/Vorlagen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Entleeren des Urin-/Stomabeutels							U	TÜ	VÜ	B	A
Ernährung											
Mundgerechte Zubereitung							U	TÜ	VÜ	B	A
Nahrungsaufnahme							U	TÜ	VÜ	B	A
Mobilität											
Aufstehen/Zubettgehen							U	TÜ	VÜ	B	A
Umlagern							U	TÜ	VÜ	B	A
Ankleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Auskleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Gehen/Bewegen im Haus bei o. g. Verrichtungen							U	TÜ	VÜ	B	A
Stehen/Transfer, Aufstehen vom Rollstuhl							U	TÜ	VÜ	B	A
Treppensteigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A
Hauswirtschaftliche Versorgung											
Einkaufen							U	TÜ	VÜ	B	A
Kochen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wohnung reinigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Spülen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung							U	TÜ	VÜ	B	A
Beheizen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A

Name des Pflegebedürftigen: _____

Pflege-tag: _____

Erforderliche Hilfe bei	Zeitaufwand (in Minuten)					Gesamtsumme in Minuten	Form der Hilfestellung (Erläuterung auf Seite 4)				
	morgens	mittags	nachmittags	abends	nachts von 22 bis 6 Uhr		U	TÜ	VÜ	B	A
Körperpflege¹											
Waschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Baden/Duschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Zahnpflege							U	TÜ	VÜ	B	A
Kämmen							U	TÜ	VÜ	B	A
Rasieren							U	TÜ	VÜ	B	A
Blasenentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Darmentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln von Windeln/Vorlagen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Entleeren des Urin-/Stomabeutels							U	TÜ	VÜ	B	A
Ernährung											
Mundgerechte Zubereitung							U	TÜ	VÜ	B	A
Nahrungsaufnahme							U	TÜ	VÜ	B	A
Mobilität											
Aufstehen/Zubettgehen							U	TÜ	VÜ	B	A
Umlagern							U	TÜ	VÜ	B	A
Ankleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Auskleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Gehen/Bewegen im Haus bei o. g. Verrichtungen							U	TÜ	VÜ	B	A
Stehen/Transfer, Aufstehen vom Rollstuhl							U	TÜ	VÜ	B	A
Treppensteigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A
Hauswirtschaftliche Versorgung											
Einkaufen							U	TÜ	VÜ	B	A
Kochen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wohnung reinigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Spülen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung							U	TÜ	VÜ	B	A
Beheizen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A

Name des Pflegebedürftigen: _____

Pflege-tag: _____

Erforderliche Hilfe bei	Zeitaufwand (in Minuten)					Gesamtsumme in Minuten	Form der Hilfestellung (Erläuterung auf Seite 4)				
	morgens	mittags	nachmittags	abends	nachts von 22 bis 6 Uhr		U	TÜ	VÜ	B	A
Körperpflege¹											
Waschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Baden/Duschen							U	TÜ	VÜ	B	A
Zahnpflege							U	TÜ	VÜ	B	A
Kämmen							U	TÜ	VÜ	B	A
Rasieren							U	TÜ	VÜ	B	A
Blasenentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Darmentleerung							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln von Windeln/Vorlagen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Entleeren des Urin-/Stomabeutels							U	TÜ	VÜ	B	A
Ernährung											
Mundgerechte Zubereitung							U	TÜ	VÜ	B	A
Nahrungsaufnahme							U	TÜ	VÜ	B	A
Mobilität											
Aufstehen/Zubettgehen							U	TÜ	VÜ	B	A
Umlagern							U	TÜ	VÜ	B	A
Ankleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Auskleiden							U	TÜ	VÜ	B	A
Gehen/Bewegen im Haus bei o. g. Verrichtungen							U	TÜ	VÜ	B	A
Stehen/Transfer, Aufstehen vom Rollstuhl							U	TÜ	VÜ	B	A
Treppensteigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Verlassen/Wiederaufsuchen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A
Hauswirtschaftliche Versorgung											
Einkaufen							U	TÜ	VÜ	B	A
Kochen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wohnung reinigen							U	TÜ	VÜ	B	A
Spülen							U	TÜ	VÜ	B	A
Wechseln/Waschen der Wäsche/Kleidung							U	TÜ	VÜ	B	A
Beheizen der Wohnung							U	TÜ	VÜ	B	A



Außerdem bieten Ihnen die Internet-Seiten der AOK Rheinland/Hamburg ausführliche Informationen rund um die Themen Pflegeversicherung und **Pflege**: www.aok.de/rh

Wichtiges und Wissenswertes zur Pflegeversicherung erfahren Sie auch beim AOK-Bundesverband unter: www.aok.de/bv

Einen umfassenden Überblick über regionale Angebote der Pflegeeinrichtungen erhalten Sie im Internet unter www.aok-pflegenavigator.de

**Kostenfreie
AOK Pflegehotline
rund um die Uhr:**

0 800 329 0 329*

*kostenfrei aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz

Berater teams der AOK Rheinland/Hamburg

Berater team	Telefon	
Aachen	(0241)	464 - 264
Rheinisch-Bergischer Kreis	(02202)	17 - 365
Bonn	(0228)	511 - 2210
Düren-Jülich	(02421)	956 - 130
Düsseldorf	(0211)	8225 - 446
Duisburg	(0203)	393 - 2120
Essen	(0201)	2011 - 402
Kreis Euskirchen	(02251)	703 - 117
Oberberg	(02261)	38 - 332
Heinsberg	(02452)	181 - 123
Rhein-Erft-Kreis	(02233)	56 - 2201
Kreis Kleve	(02821)	805 - 300
Köln	(0221)	1618 - 405
Krefeld	(02151)	856 - 232
Leverkusen	(0214)	376 - 248
Kreis Mettmann	(02104)	978 - 150
Mülheim a. d. Ruhr	(0208)	4503 - 221
Neuss	(02131)	293 - 275
Oberhausen	(0208)	8584 - 257
Remscheid	(02191)	917 - 318
Kreis Wesel	(02843)	178 - 236
Rhein-Sieg-Kreis	(02241)	302 - 188
Solingen	(0212)	2201 - 440
Kreis Aachen	(02402)	104 - 114
Wuppertal	(0202)	482 - 417
Niederrhein	(02161)	2459 - 310
Hamburg	(040)	2023 - 1424

AOK. Pflege in besten Händen.

Pflegehotline:

Bei der Pflege geht es immer auch um Lebensqualität. Hier einen guten Beitrag zu leisten, ist ein wichtiges Ziel unserer Arbeit. Deshalb wollen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen. Gerade dann, wenn es Probleme gibt. Sie sollen wissen, dass wir Sie damit nicht allein lassen.

Aus diesem Grund gibt es die Pflegehotline **rund um die Uhr - 24 Stunden**. Hier können Sie alle Probleme ansprechen und Fragen stellen, die Sie bewegen.

Rufen Sie einfach unter **0800 329 0 329*** an. Unser Team besteht aus 7 Pflegefachkräften, die wissen, worum es geht und helfen gerne weiter.

* kostenfrei aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz

Pflegeheimnavigator:

Hilfe bei der Suche nach dem richtigen Heimplatz bietet die Internet-Suchmaschine unter **www.aok-pflegeheimnavigator.de**.

Die Datenbank enthält rund 12.000 Adressen mit Informationen zu Art der benötigten Pflege, Bettenanzahl, Preisen und viele weitere wichtige Informationen.

Pflegeleitstelle Demenz

Hilfe bei Fragen rund um das Thema Demenz mit Informationen über spezielle Versorgungsangebote erhalten Sie bei unseren Experten unter

Telefon (0241) 464-275

Pflegeberatung zu Hause

Unsere Pflegeberater beraten Sie umfassend, auf Wunsch auch gerne bei Ihnen zu Hause, z. B. vom ersten Pflegeantrag an über eine Urlaubsvertretung bis hin zur Betreuung demenziell erkrankter Menschen.