

Pflegetagebuch für 14 Tage

Vorlage zum Ausdrucken aus dem Ratgeber „Pflegegrad jetzt beantragen – vor der Reform 2027“ von Ulrich Wokulat

Name der pflegebedürftigen Person: _____

Zeitraum: vom _____ bis _____

Geführt von: _____

So füllen Sie das Tagebuch aus

- Beginnen Sie am besten am Tag des Antrags und schreiben Sie jeden Tag, möglichst zeitnah.
- Halten Sie fest: Was war? Wobei wurde geholfen? Wer hat geholfen? Wie oft und wie lange?
- Vergessen Sie die Nacht nicht: Toilettengänge, Unruhe, Ängste.
- Notieren Sie auch unsichtbare Hilfe: Erinnern, Aufpassen, Beruhigen, Anleiten.
- Schreiben Sie auch schlechte Tage auf, und beschönigen Sie nichts.
- Geben Sie dem Gutachter eine Kopie. Das Original behalten Sie.

Leitfragen für die sechs Lebensbereiche

Mobilität: Aufstehen, im Bett drehen, in der Wohnung gehen, Treppen steigen – mit Hilfe, Hand oder Aufsicht?

Denken und Verstehen: Vertraute Menschen erkennen, Tag und Ort wissen, Entscheidungen treffen, Gefahren erkennen?

Verhalten und Psyche: Nächtliche Unruhe, Ängste, Niedergeschlagenheit, Aggression, Abwehr bei der Pflege – wie oft?

Selbstversorgung: Hilfe beim Waschen, Duschen, Zähneputzen, Anziehen, Essen, Trinken, Toilettengang?

Krankheit und Therapie: Medikamente richten, Blutzucker messen, Verbände, Begleitung zu Ärzten und Therapien – wie oft?

Alltag und Kontakte: Den Tag einteilen, sich beschäftigen, Kontakte halten – oder braucht es Anleitung und Begleitung?

Tag 1

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 2

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 3

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 4

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 5

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 6

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 7

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 8

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 9

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 10

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 11

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 12

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 13

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

Tag 14

Datum: _____ Wie war der Tag insgesamt? ☐ gut ☐ mittel ☐ schlecht

Uhrzeit	Was war, und wobei wurde geholfen?	Wer?	Wie lange, wie oft?	Lebensbereich

In der Nacht:

Was wäre ohne Hilfe passiert?

© 2026 Ulrich Wokulat. Diese Vorlage darf für den eigenen, privaten Gebrauch kopiert werden. Sie stammt aus dem Ratgeber „Pflegegrad jetzt beantragen – vor der Reform 2027“ von Ulrich Wokulat. Keine Rechtsberatung im Einzelfall.