

Dein Pflegetagebuch

Aufschreiben, was wirklich los ist.
In einer Woche, ein Bereich pro Tag.

*„Du kannst hier nichts falsch machen.
Wirklich nicht.“*

Ich schreibe auf für: _____

Wir sind verwandt als: _____

Ich habe angefangen am: _____



Ein kostenloses Arbeitsheft der Gutwin Akademie
www.gutwin-akademie.de · Stand: August 2026

Was dich in diesem Heft erwartet

Du musst nicht der Reihe nach vorgehen. Blättere dorthin, wo du gerade stehst.

Zum Einlesen

Seite 3 Bevor du anfängst: Wozu das Heft da ist und was es nicht verlangt

Seite 4 Wo mache ich das Kreuz? Die vier Kästchen erklärt

Seite 5 Sechs Fälle, bei denen viele unsicher sind

Seite 6 So sieht eine ausgefüllte Seite aus

Zum Ausfüllen: ein Bereich pro Tag

Seite 7 Tag 1 · Sich bewegen

Aufstehen, umsetzen, gehen, Treppen

Seite 8 Tag 2 · Sich zurechtfinden

Orientierung, Gedächtnis, Sprache, Entscheidungen

Seite 9 Tag 3 · Verhalten und Gefühle

Nächtliche Unruhe, Ängste, Abwehr, Rückzug

Seite 10 Tag 4 · Sich selbst versorgen

Waschen, anziehen, essen, Toilette. Zählt am stärksten.

Seite 11 Tag 5 · Krankheit und Behandlung

Medikamente, Messen, Verbände, Termine

Seite 12 Tag 6 · Alltag und Kontakte

Tagesgestaltung, Beschäftigung, Menschen

Zum Abschluss

Seite 13 Gute Tage, schlechte Tage und was du sonst noch übernimmst

Seite 14 Was es euch zusätzlich schwer macht und wer noch beteiligt ist

Ein Tipp zum Anfangen

Wenn dir das Ganze zu viel ist, fang mit **Tag 4 auf Seite 10** an. Das ist der Bereich, der bei der Begutachtung am stärksten zählt, und der, in dem du vermutlich am meisten tust. Alles Weitere kannst du danach in Ruhe ergänzen.

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Seite 2 von 14 ·

Bevor du anfängst

Wozu dieses Heft da ist und was es von dir nicht verlangt

Wozu das Ganze? Beim Termin mit dem Medizinischen Dienst sollst du in einer Stunde erzählen, wie euer Alltag aussieht. Das ist schwer, weil das Meiste längst selbstverständlich geworden ist. Genau dafür ist dieses Heft da. Du schreibst eine Woche lang mit, und beim Termin musst du dich an nichts mehr erinnern. **Und noch etwas Wichtiges:** Bewertet wird nicht, wie viele Minuten du aufwendest. Bewertet wird, **wie selbstständig dein Angehöriger ist**. Deshalb geht es hier nicht um Zeit, sondern um eine einzige Frage: Was schafft er allein und wobei braucht er dich?

Vier Dinge, die dir den Druck nehmen

Schätzen genügt. Niemand erwartet Uhrzeiten auf die Minute. „Fast jeden Morgen“ ist eine gute Antwort.

Es gibt kein Falsch. Das hier ist keine Prüfung und wird von niemandem benotet. Es ist deine Gedächtnisstütze, sonst nichts.

Der schlechte Tag gehört genauso hinein wie der gute. Wenn es mal geht und mal nicht, schreib beides auf. Gerade diese Schwankung ist wichtig.

Du verrätst niemanden. Aufzuschreiben, dass dein Vater Hilfe auf der Toilette braucht, ist kein Vertrauensbruch. **Es ist Voraussetzung dafür, dass ihr Unterstützung bekommt.**

So gehst du vor

- Nimm dir **eine Woche** Zeit und jeden Tag einen Bereich vor. Sechs Abende mit je etwa zehn Minuten.
- Beobachte an diesem Tag **bewusst**, was in dem Bereich passiert. Abends kreuzt du an und schreibst dazu, was dir aufgefallen ist.
- Ein **konkretes Beispiel ist mehr wert als jedes Kreuz**. Nicht „braucht Hilfe beim Anziehen“, sondern: „Bekommt den Pullover nicht über den Kopf und gibt nach zwei Versuchen auf.“
- Schreib dazu, **wie oft** es vorkommt. Täglich, mehrmals täglich, ein paarmal die Woche.
- Wenn ein Punkt bei euch keine Rolle spielt, lass ihn **einfach leer**.

Wenn dir das Schreiben schwerfällt

Manche mögen keine Formulare. Wenn es dir so geht: Kreuze nur an, was schnell geht, und schreib in die Zeilen einfach, was dir durch den Kopf geht. Auch ein Satz wie „Heute war es besonders anstrengend, weil...“ ist ein guter Eintrag. Die Zeilen sind Platz für deine Gedanken, keine Hausaufgabe.

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Seite 3 von 14 ·

Wo mache ich das Kreuz?

Die vier Kästchen und was sie bedeuten

Die vier Kästchen

- **Schafft es allein.** Ohne dich. Auch wenn es langsam geht oder anders, als du es machen würdest.
- **Schafft es meistens allein.** Er macht den größten Teil. Du hilfst an einer Stelle nach, erinnerst ihn oder legst etwas zurecht.
- **Ich mache das meiste.** Er beteiligt sich noch, aber der Hauptteil liegt bei dir.
- **Geht gar nicht allein.** Ohne dich passiert es nicht.

Der wichtigste Satz in diesem Heft: Auch Erinnern, Auffordern, Vorbereiten und Danebenstehen ist Hilfe. Es zählt nicht nur, was du mit den Händen tust. Genau das wird beim Termin am häufigsten übersehen, und genau deshalb fallen Pflegegrade zu niedrig aus.

Die dritte Spalte: wie oft?

- Schreib dort hinein, wie häufig die Unterstützung nötig ist. „**Täglich**“, „**2× täglich**“, „**ein paarmal die Woche**“ genügt völlig.
- Bei manchen Dingen ist die Häufigkeit wichtiger als das Kreuz. Wer nur einmal in der Woche Hilfe beim Duschen braucht, hat einen anderen Bedarf als jemand, der sie täglich braucht.
- Wenn es schwankt, schreib die Spanne hin: „**3- bis 8-mal am Tag**“.

Wenn du gar nicht weiterweißt

Dann stell dir diese eine Frage: **Was würde passieren, wenn ich einen Tag lang nicht da wäre?** Die Antwort trifft die Einschätzung fast immer besser als jede Regel. Und auf der nächsten Seite findest du sechs Fälle, bei denen fast alle unsicher sind.

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Seite 4 von 14 ·

Sechs Fälle, bei denen viele unsicher sind

Alltagssituationen und wo das Kreuz jeweils hingehört

„Er kann telefonieren, aber er ruft von allein niemanden an. Ich erinnere ihn daran.“

Kreuz bei „schafft es meistens allein“. Das Gespräch führt er selbst, den Anstoß gibst du. Ohne deine Erinnerung würde es nicht stattfinden.

„Sie zieht sich allein an. Aber ich lege die Kleidung raus, sonst passt nichts zusammen.“

Kreuz bei „schafft es meistens allein“. Das Vorbereiten gehört dazu. Sie macht den größeren Teil, aber ohne dich beginnt es nicht richtig.

„Er wäscht sich vorne selbst, den Rücken und die Füße mache ich.“

Entscheide danach, wo das Gewicht liegt. Übernimmst du den größeren Teil, kreuz „ich mache das meiste“ an. Schafft er mehr als du, dann „meistens allein“.

„Sie könnte es eigentlich. Sie macht es nur nicht mehr von selbst.“

Das zählt trotzdem als Hilfebedarf. Gerade bei Demenz ist die Fähigkeit oft noch da, die Umsetzung aber nicht. Kreuze an, was tatsächlich passiert, nicht was theoretisch ginge.

„Ich muss danebenstehen, damit nichts passiert. Anfassen muss ich ihn aber nicht.“

Beaufsichtigen ist Hilfe. Mindestens „schafft es meistens allein“. Wenn du ständig eingreifen musst, kreuz „ich mache das meiste“ an. Schreib dazu, was passieren würde, wenn du nicht dabei wärst.

„Mal geht es, mal geht es überhaupt nicht.“

Kreuze an, wie es an den meisten Tagen ist. Und schreib die Schwankung unbedingt in die Zeilen darunter. „An drei von sieben Tagen geht gar nichts“ ist eine sehr wichtige Information.

Merksatz für alle sechs Fälle

Im Zweifel gilt: **Lieber ehrlich beschreiben als vorsichtig ankreuzen.** Das Kreuz ist nur die grobe Richtung. **Was dein Angehöriger tatsächlich braucht, steht in dem, was du in die Zeilen schreibst.**

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Seite 5 von 14 ·

So sieht eine ausgefüllte Seite aus

Ein Beispiel, damit du weißt, was gemeint ist. So ausführlich musst du nicht sein.

Beispiel: Bereich „Sich selbst versorgen“, an einem Mittwoch aufgeschrieben

Worum geht es?	schafft allein	meistens allein	ich mache das meiste	geht gar nicht allein	wie oft?
Duschen und Haare waschen	☐	☐	☒	☐	täglich
An- und Auskleiden	☐	☒	☐	☐	2× tägl.
Essen und Trinken	☐	☒	☐	☐	täglich
Toilette benutzen	☐	☐	☒	☐	5–6× tägl.

Was mir aufgefallen ist:

Beim Duschen setzt sich Mama allein auf den Hocker. Den Rücken und die Beine wasche ich. Sie sagt selbst, das ginge schon, aber sie kommt nicht mehr hin.

Trinken vergisst sie komplett. Ich erinnere sie sechs- bis achtmal am Tag. Wenn ich nicht da bin, steht das Glas abends noch voll.

Am Montag war ein guter Tag, da hat sie sich fast allein angezogen. Am Dienstag ging gar nichts.

Warum dieses Beispiel gut ist: Es steht drin, was sie selbst sagt und was tatsächlich passiert. Es nennt die Häufigkeit. Und es zeigt den Unterschied zwischen einem guten und einem schlechten Tag. Genau das braucht der Medizinische Dienst, um euch richtig einzuschätzen.

Und wenn dir nichts einfällt?

Dann schreib einfach auf, was du **heute getan hast. Von morgens bis abends, in Stichworten. Beim Lesen** erkennst du das Muster von selbst. Fast alle Angehörigen sind an dieser Stelle überrascht, wie lang die Liste wird.

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Aufstehen, umsetzen, gehen, Treppen

Worum geht es?	schafft allein	meistens allein	ich mache das meiste	geht gar nicht allein	wie oft?
Aus dem Bett aufstehen und hinlegen	☐	☐	☐	☐	
Vom Bett in den Stuhl oder Rollstuhl	☐	☐	☐	☐	
Sitzen bleiben, ohne wegzurutschen	☐	☐	☐	☐	
In der Wohnung von Zimmer zu Zimmer	☐	☐	☐	☐	
Treppen steigen	☐	☐	☐	☐	

So könnte ein Eintrag aussehen: „Aus dem Sessel kommt er nur hoch, wenn ich ihn an beiden Händen ziehe. Vier- bis fünfmal am Tag. Nachts steht er allein auf, dabei ist er letzte Woche einmal gestürzt.“

Seite 7 von 14 ·

Tag 2 · Sich zurechtfinden

Orientierung, Gedächtnis, Sprache, Entscheidungen

Weiß er, welcher Tag ist und wo er ist? Erkennt er die Menschen um sich herum? Findet er die Worte? Vergisst er, was gerade eben war?

Worum geht es?	schafft allein	meistens allein	ich mache das meiste	geht gar nicht allein	wie oft?
Weiß, wo er ist und welche Tageszeit	☐	☐	☐	☐	
Erkennt vertraute Menschen	☐	☐	☐	☐	
Erinnert sich an Kürzliches, etwa die letzte Mahlzeit	☐	☐	☐	☐	
Versteht Aufforderungen und setzt sie um	☐	☐	☐	☐	
Sagt, was er braucht, und führt Gespräche	☐	☐	☐	☐	
Trifft Entscheidungen im Alltag selbst	☐	☐	☐	☐	

Was ist dir heute aufgefallen?

Falls dich das gerade traurig macht

Solche Listen zeigen schwarz auf weiß, was verloren gegangen ist. Das kann wehtun, und das ist völlig in Ordnung. Leg das Heft ruhig kurz weg. Du schreibst hier nicht auf, was dein Angehöriger nicht mehr kann. Du schreibst auf, wie viel du längst trägst.

MEIN ANGEBOT Wenn dich dieses Gefühl öfter einholt: Genau darum geht es im Kurs „**Plötzlich Pflegefall**“. Um den Bruch, den so eine Diagnose bedeutet. Um die Trauer um jemanden, der noch da ist. Und darum, wie du dabei selbst nicht verloren gehst.

Zum Kurs: www.gutwin-akademie.de



Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Seite 8 von 14 ·

Tag 3 · Verhalten und Gefühle

Hier zählt nicht die Selbstständigkeit, sondern wie oft etwas vorkommt

Kreuze an, was ihr erlebt, und schreib dazu, seit wann es so ist. Auch wenn es dir unangenehm ist: Gerade diese Dinge belasten am meisten und werden am seltensten erzählt.

Kommt das bei euch vor?	nie oder sehr selten	ein paarmal im Monat	mehrmals pro Woche	täglich	seit wann?
Nachts wach, steht auf, ruft	☐	☐	☐	☐	
Unruhe, ständiges Hin- und Herlaufen	☐	☐	☐	☐	
Ängste, Sorgen, Panik	☐	☐	☐	☐	
Aggression in Worten oder Handlungen	☐	☐	☐	☐	
Wehrt Hilfe ab, etwa beim Waschen	☐	☐	☐	☐	
Verlässt die Wohnung und findet nicht zurück	☐	☐	☐	☐	
Niedergeschlagen, weint, zieht sich zurück	☐	☐	☐	☐	

Wie sieht das konkret aus?

So könnte ein Eintrag aussehen: „Zwischen zwei und vier Uhr nachts steht er auf und zieht sich an, weil er zur Arbeit will. Drei- bis viermal die Woche, seit etwa einem halben Jahr.“

Das hier ist keine Anklage

Aggression, Abwehr und nächtliche Unruhe sind **Krankheitszeichen**, kein böser Wille. Sie aufzuschreiben heißt nicht, deinen Angehörigen schlechtzumachen. Es heißt, dass ihr die Unterstützung bekommt, die eine solche Situation braucht.

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Tag 4 · Sich selbst versorgen

Der Bereich, der bei der Begutachtung am stärksten zählt. Nimm dir hier am meisten Zeit.

Waschen, anziehen, essen, Toilette. Alles, was jeden Tag mehrmals ansteht. Denk auch daran, was du vorbereitest, erinnerst oder nachbesserst.

Worum geht es?	schaftt allein	meistens allein	ich mache das meiste	geht gar nicht allein	wie oft?
Gesicht und Hände waschen	☐	☐	☐	☐	
Duschen oder Baden, Haare waschen	☐	☐	☐	☐	
Zähne oder Prothese, Rasieren, Kämmen	☐	☐	☐	☐	
An- und Auskleiden	☐	☐	☐	☐	
Essen mundgerecht vorbereiten	☐	☐	☐	☐	
Essen und Trinken selbst	☐	☐	☐	☐	
Toilette benutzen	☐	☐	☐	☐	
Einlagen wechseln, Umgang mit Inkontinenz	☐	☐	☐	☐	

Was ist dir heute aufgefallen?

So könnte ein Eintrag aussehen: „Anziehen dauert eine halbe Stunde. Sie zieht die Bluse verkehrt herum an, ich ziehe sie wieder aus und helfe neu. Trinken vergisst sie, ich erinnere sie sechs- bis achtmal am Tag.“

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Tag 5 · Krankheit und Behandlung

Alles, was wegen der Erkrankung dazukommt

Medikamente, Messen, Verbände, Termine. Auch das Organisieren zählt: Rezepte holen, Fahrdienst bestellen, mit der Praxis telefonieren.

Worum geht es?	schaftt allein	meistens allein	ich mache das meiste	geht gar nicht allein	wie oft?
Medikamente richten und einnehmen	☐	☐	☐	☐	
Blutzucker oder Blutdruck messen, spritzen	☐	☐	☐	☐	
Verbände, Wunden, Salben	☐	☐	☐	☐	
Kompressionsstrümpfe an- und ausziehen	☐	☐	☐	☐	
Hilfsmittel benutzen, etwa Rollator oder Prothese	☐	☐	☐	☐	
Arzt- und Therapietermine wahrnehmen	☐	☐	☐	☐	
Diät oder Trinkmenge einhalten	☐	☐	☐	☐	

Was ist dir heute aufgefallen?

So könnte ein Eintrag aussehen: „Die Tabletten stelle ich jeden Sonntag für die ganze Woche. Morgens und abends erinnere ich, sonst bleiben sie liegen. Zum Hausarzt fahre ich alle vier Wochen mit.“

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Tag 6 · Alltag und Kontakte

Wie fühlt sich der Tag, wenn niemand kommt?

Plant er seinen Tag noch selbst? Beschäftigt er sich, oder sitzt er, bis jemand kommt? Hat er noch Kontakt zu anderen Menschen, und wer stellt den her?

Worum geht es?	schafft allein	meistens allein	ich mache das meiste	geht gar nicht allein	wie oft?
Den Tagesablauf planen und einteilen	☐	☐	☐	☐	
Sich allein beschäftigen	☐	☐	☐	☐	
Ruhen und Schlafen einteilen	☐	☐	☐	☐	
Kontakt zu Menschen aufnehmen und halten	☐	☐	☐	☐	
Termine und Verabredungen wahrnehmen	☐	☐	☐	☐	

Was ist dir heute aufgefallen?

Zwei Bereiche, die extra erfasst werden

Beim Termin wird auch nach **Wegen außer Haus** gefragt, also Einkaufen, Behördengänge und Spaziergänge, und nach der **Haushaltsführung**, also Kochen, Putzen, Wäsche, Post und Bankgeschäfte. Diese beiden zählen nicht in den Pflegegrad hinein. Sie helfen aber dabei, Haushaltshilfe zu planen. Notiere kurz, was du davon übernimmst:

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.
Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Seite 12 von 14 ·

Was noch dazugehört

Schwankungen und das, was in keine Zeile gepasst hat

Gute Tage, schlechte Tage

Beim Termin sieht der Medizinische Dienst nur eine Stunde. Wenn es bei euch stark schwankt, ist genau das eine wichtige Information.

An einem **guten** Tag sieht es so aus:

An einem **schlechten** Tag sieht es so aus:

So oft war es in den letzten zwei Wochen ein schlechter Tag:

Was ich sonst noch übernehme

Telefonate mit der Kasse, nachts aufstehen, Fahrten, Organisation, Sorgen im Kopf, auch wenn du gar nicht vor Ort bist.

Jetzt schau dir an, was du geschrieben hast

Die meisten Angehörigen erschrecken an dieser Stelle. Nicht über den Zustand ihres Angehörigen, sondern darüber, **wie viel sie selbst tragen. Das ist kein Zeichen von Schwäche. Es ist das erste Mal, dass, deine Arbeit sichtbar wird.**

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de

Was es euch zusätzlich schwer macht

Diese Angaben helfen beim Termin und sind auch sonst nützlich, etwa bei einer Krankenhauseinweisung

Kreuze an, was auf euch zutrifft. Vieles davon erschwert die Pflege erheblich und wird beim Termin trotzdem oft vergessen.

- | | |
|---|--|
| ☐ Er oder sie ist sehr schwer, ich kann kaum heben | ☐ Starke Schmerzen im Alltag |
| ☐ Gelenke oder Glieder sind versteift | ☐ Sehen oder Hören stark eingeschränkt |
| ☐ Demenz oder andere Gedächtnisprobleme | ☐ Muss rund um die Uhr beaufsichtigt werden |
| ☐ Enges Bad, keine bodengleiche Dusche | ☐ Treppen ohne Aufzug |
| ☐ Ich wohne nicht am selben Ort | ☐ Ich bin berufstätig oder habe Kinder zu versorgen |
| ☐ Ich bin allein damit, niemand hilft mit | ☐ Ich bin selbst gesundheitlich eingeschränkt |

Was macht euch den Alltag sonst noch schwer?

Wer ist außer mir noch beteiligt?

Pflegedienst, Geschwister, Nachbarn, Tagespflege, rechtliche Betreuung. Für den Termin und für den Notfall gut zu haben.

MEIN ANGEBOT

Einmal üben, bevor der Termin kommt.

Im **Pflegegrad-Kurs** gehen wir das Begutachtungsgespräch gemeinsam durch. Mit Fallbeispiel, Gesprächsleitfaden und der Frage, wie du das hier Aufgeschriebene beim Termin tatsächlich einbringst. Und wenn du vorher nur eine Frage hast: Das **kostenlose Orientierungsgespräch** dauert 15 Minuten.

Kurse: www.gutwin-akademie.de · Termin: gutwin-akademie.de/termin



Wer wir sind und was wir wollen

Die **Gutwin Akademie** bildet pflegende Angehörige aus. Gegründet hat sie Sarah Gutwin, Pflegefachkraft mit 15 Jahren Erfahrung und Lehrkraft in der Pflegeausbildung. Grundlage ist eine eigene Forschungsarbeit darüber, was pflegenden Angehörigen wirklich hilft. Das Ergebnis war eindeutig: **Das Schwerste an der Pflege sind selten die Handgriffe. Es ist alles drumherum.**

Zusammengestellt von der Gutwin Akademie.

Wir bilden pflegende Angehörige aus, damit sie wissen, was auf sie zukommt und was ihnen zusteht.

Grundlage: § 14 ff. SGB XI und die Begutachtungs-Richtlinien des Medizinischen Dienstes.

Stand: August 2026 ·

www.gutwin-akademie.de