

Checkliste: Pflegegrad beantragen – Vorbereitung

Mit dieser Checkliste bereitest du den Antrag auf einen Pflegegrad und die Begutachtung vor, für dich selbst oder für eine Person, die du unterstützt. Drucke sie aus und trage zu jedem Bereich konkrete Beispiele aus dem Alltag ein. Rechtsstand: 08.10.2026.

1. Vorab klären

- ☐ Ich richte mich nach dem Hilfebedarf im Alltag, nicht nach der Diagnose: Entscheidend ist, wie selbstständig die Person ist und wie viel Hilfe sie braucht.
- ☐ Bei einem Kind: Ich vergleiche, wie viel Hilfe mein Kind über das hinaus braucht, was in seinem Alter üblich ist.
- ☐ Ich habe geprüft: Die Person war in den letzten zehn Jahren mindestens zwei Jahre versichert oder familienversichert (bei Kindern genügt die Zeit eines Elternteils).
- ☐ Ich stelle den Antrag zeitnah: Leistungen gibt es erst ab Antragstellung, in der Regel ab Beginn des Antragsmonats. Ein später Antrag kostet Leistungen.

2. Antrag stellen

- ☐ Antrag bei der Pflegekasse gestellt am: _____
- ☐ Nachweis aufbewahrt (zum Beispiel Kopie, Einschreiben oder Eingangsbestätigung)

3. Alltag beschreiben: sechs Bereiche

Schreibe zu jedem Bereich auf, wobei die Person Hilfe braucht und was ohne Hilfe nicht gelingt. Konkrete Beispiele sind aussagekräftiger als allgemeine Sätze.

- ☐ Mobilität (zum Beispiel Positionswechsel, Fortbewegen, Treppensteigen). Beispiele:

- ☐ Kognitive und kommunikative Fähigkeiten (zum Beispiel Orientierung, mehrschrittige Handlungen, Entscheidungen, Aufforderungen verstehen, Gefahren erkennen, Bedürfnisse mitteilen). Beispiele: _____

- ☐ Verhaltensweisen und psychische Problemlagen (zum Beispiel nächtliche Unruhe, Ängste, Abwehr von Hilfe, selbstschädigendes oder aggressives Verhalten). Beispiele:

- ☐ Selbstversorgung (Körperpflege, An- und Auskleiden, Essen und Trinken, Toilette). Beispiele:

- ☐ Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen (Medikation, Arztbesuche, Therapietermine, bei Kindern Frühförderung). Beispiele: _____

- ☐ Gestaltung des Alltags und sozialer Kontakte (Tagesablauf, Veränderungen, Schlafen, Beschäftigung, Planung, Kontakte). Beispiele: _____

4. Unterlagen sammeln

- ☐ Vorhandene Berichte und Befunde (zum Beispiel Diagnostik, Therapie, Schule, Kita)
- ☐ Eigene Notizen oder ein Pfl egetagebuch (im Gesetz nicht vorgeschrieben, kann aber helfen)
- ☐ Versichertenkarte der Person

5. Begutachtung

- ☐ Termin der Begutachtung (Medizinischer Dienst oder unabhängige Gutachter:innen) notiert:

-
- ☐ Notizen und Berichte zum Termin bereitgelegt

- ☐ Ich schildere schwierige Alltagssituationen so, wie sie wirklich sind, nicht besser und nicht schlechter.

- ☐ Wurde nach 20 Arbeitstagen noch nicht begutachtet: Die Pflegekasse muss eine Liste mit mindestens drei unabhängigen Gutachter:innen zur Auswahl schicken (außer sie hat die Verzögerung nicht zu vertreten). Meine Wahl teile ich innerhalb einer Woche nach Kenntnis der Namen mit.

6. Nach dem Bescheid

- ☐ Bescheid gelesen, Datum der Bekanntgabe notiert: _____
- ☐ Bei Zweifeln: Widerspruchsfrist von einem Monat beachten (siehe Infoblatt „Fristen bei Anträgen“) und Beratung nutzen
- ☐ Ich weiß: Ein Pflegegrad kann befristet werden, höchstens insgesamt drei Jahre, wenn eine Verringerung der Beeinträchtigungen erwartet wird.

Hintergrund und Quellen

Grundlage ist der Beitrag „Pflegegrad bei Autismus“ (Rechtsstand 08.10.2026). Die Hinweise zur Beschreibung des Alltags und zur Begutachtung sind redaktionelle Tipps, keine Rechtsvorgaben. Die Checkliste ist keine Rechtsberatung.