

# Start in die Pflege: Was in den ersten 30 Tagen wichtig ist

## Erste Akutphase – die ersten 10 Tage

- ☐ Lasse dich bis zu 10 Tage von der Arbeit freistellen und beantrage Pflegeunterstützungsgeld  
*Informiere deinen Arbeitgeber schriftlich (inkl. ärztlicher Bescheinigung zur akuten Pflegebedürftigkeit) und beantrage Pflegeunterstützungsgeld bei der Pflegekasse*
- ☐ Halte wichtige Unterlagen bereit (z.B. Arztberichte, Krankenversicherungsunterlagen) und prüfe, ob eine Vorsorgevollmacht/Patientenverfügung vorliegt  
*Mehr Infos dazu findest du im Nui Ratgeber in der Nui-App*
- ☐ Beantrage einen Pflegegrad oder lasse den Sozialdienst im Krankenhaus einen Antrag auf Eileinstufung bei der Pflegekasse stellen  
*Der Antrag kann formlos bei der Pflegekasse gestellt werden*
- ☐ Kontaktiere den Sozialdienst im Krankenhaus und erhalte Unterstützung bei Hilfsmitteln (z.B. Pflegebett, Rollstuhl) und Pflegeleistungen (z.B. Kurzzeitpflege, Pflegedienst)

## Zweite Phase – Organisation & erste Hilfen planen

- ☐ Kläre mit der Familie, wer welche Aufgaben in der Pflege übernehmen kann
- ☐ Wende dich an regionale Pflegestützpunkte, Pflegeberater, die Pflegekasse und informiere dich über Angebote – oder nutze die Nui-App
- ☐ Überlege, welche Hilfsmittel (z.B. Rollator, Haltegriffe) und Wohnraumanpassungen (z.B. Badumbau mit ebenerdiger Dusche) benötigt werden

## Dritte Phase – Pflegegradbegutachtung

- ☐ Der Medizinische Dienst (gesetzlich Versicherte) oder Medicproof (Privatversicherte) meldet sich zur Terminvereinbarung. Sei bei der Begutachtung dabei, um wichtige Sachverhalte zu erklären  
*Oft zeigen sich Pflegebedürftige am Tag der Begutachtung aus Scham von ihrer besten Seite. Deshalb ist es gut, solche Situationen genauer erklären zu können*
- ☐ Bereite dich auf den Begutachtungstermin vor und halte alles in einem Pflegetagebuch fest (Hinweis: Diese Stunde entscheidet über die Höhe der Unterstützung!)  
*Tipps und Tricks findest du im Nui Ratgeber in der App*

- ☐ Hole dir die fachliche Einschätzung von Ärzten, Pflegekräften, Therapeuten inkl. Arztbriefen, Befunden und Medikamentenplänen
- ☐ Erstelle eine Liste mit vorhandenen und benötigten Pflegehilfsmitteln, diese können bei der Begutachtung direkt durch den Gutachter empfohlen werden
- ☐ Nutze einen Pflegegradrechner, um einen Überblick über die sechs Begutachtungsbereiche zu bekommen
- ☐ Zeigt euch authentisch, damit der Gutachter ein realistisches Bild von der Pflegesituation erhält – weder unter- noch übertreiben

#### **Vierte Phase – Nach Erhalt des Pflegegradbescheids**

- ☐ Prüfe den Bescheid. Ist der Hilfebedarf korrekt erfasst?  
*Bei Bedarf innerhalb von 4 Wochen Widerspruch einlegen*
- ☐ Informiere dich über mögliche Leistungen und nutze diese. Bei Fragen unterstützt ein Pflegeberater oder die Nui-App

#### **Fünfte Phase – Entlastung & Selbstfürsorge nicht vergessen**

- ☐ Plane Unterstützung durch Familie, Pflegedienste, Tagespflege oder Ehrenamtliche ein
- ☐ Sorge für Auszeiten und nutze dafür den Entlastungsbetrag sowie die Möglichkeiten der Kurzzeit- und Verhinderungspflege  
*Weitere Infos findest du in der Nui-App*
- ☐ Suche den Austausch mit Familie, Freunden, Selbsthilfegruppen oder psychologischen Fachkräften



Ruf uns an:  
08921527276

Oder schreib uns:  
info@nui.care

www.nui.care

Pflege-App hier herunterladen und  
Unterstützung erhalten:

