



Günlük bakım defteri ile bakım derece sınıflandırmasına iyi hazırlanılmalıdır.

Eğer Sağlık Sigorta Tıp Hizmetleri tarafından ev ziyareti gerçekleştirilecekse, günlük bakım defteri tutmanız tavsiye edilmektedir. Günlük bakım defterini 14 günlük süre için tutunuz. Sağlık Sigorta Tıp hizmetleri bakıma muhtaç olan kişinin vücut bakımı, beslenme (yemek yeme), hareket durumu ve ev idaresi gibi gerekli ve düzenli yardım olanağını yardım gereksinim kataloğu doğrultusunda inceler. Ancak önemli ölçüde „bakıma muhtaçlık“ tesbit edilirse bakım sigortasının bakım kasası o zaman yardımı onaylar.

Bu nedenden dolayı hasta ve ailesi için sağlık tıp hizmetinin (MDK) hastaya yaptığı ziyaret son derece önemlidir.

Sağlık sigorta tıp hizmeti MDK ev ziyaretine geldiğinde tutmuş olduğunuz günlük bakım defterini gösteriniz, zira yazılanlar bakım ihtiyacı değerlendirmesinde önemli bilgiler verebilir. İdeal olarak günlük bakım defteri bir veya 2 hafta süre ile tutulmalıdır.

Yıkamada, giydirip soymada ve tuvalet ihtiyacında yapılan yardımlar ve diğer bakım yardımları bir dizi yardımlardan oluşur ve zaman gerekliliği bakımında ayrıntılı olarak tahmini zordur.

Vücut bakımında yardım, büyük ve küçük abdesten sonra temizlikte yardım, yemek yedirmede yardım, özel etkinlikler ve ev idaresinde yapılan yardımlar, gelecek sayfalarda örnek olarak gösterdiğimiz günlük bakım defterinde ayrıntılı olarak gösterilmiştir. Böylece gerekli zamanı kapsamlı ve izlenebilir şekilde belgelemek mümkündür.

İlk olarak günlük bakım defterinin, birinci bölümünün ilk sırasına, toplam zamanı not edebilirsiniz,. Örneğin sabahki vucud temizliğinde yaptıklarınızı vs.. Bu tür yardımlar aynı günde birçok defa gerekiyorsa diğer altı sütunlara kaydedilebilir. Yardım gereksinimi günde yedi defa ise ve sütun sayısı yetmiyor ise açıklamalar ve özellikler bölümüne günde kaç kez yardım gerektiği not edilebilir.

Üstteki sıraya yapılan yardımın toplamını yazdıktan sonra aşağıdaki bölüme yapılan yardımların ayrıntılarını işaretleyiniz.

Günlük bakım defterinin sağ bölümünde ise yaptığınız her hizmet ve yardımı daha detaylı açıklamanız gerekmektedir. Günlük defterine sağdaki sütuna dikkate alınmayacağından mümkünse yardıma muhtaç olan kişiye aradaki hizmet verilmeyen zamanlar yani onun gözetilmediği veya yönetilmediği zamanların da not edilmesi gerekmektedir.



Her açıklamada alttaki soruları cevaplamaya çalışınız

1. Hangi şekilde yardımda bulunuyorsunuz? İlk olarak ve son olarak ne yapıyorsunuz?
2. Yaptığınız her yardımı, bakıma muhtaç olan şahısa anlatmanız gerekiyor mu? Şayet cevabınız evet ise: Hangi yardımları anlatmanız gerekiyor?
3. Hangi yardımlarda çok zorlanıyorsunuz?
4. Hastanın kimseye ihtiyaç duymadığında, kendi yapabildiği şeylerde yalnız bırakmamak, size göre neden gerekli?

Bazı durumlarda bakım normalden daha karmaşık olduğu için gelecek sayfalarda bu bakımı zorlaştıran faktörler toplanmıştır. Bakımı içeren mevcut zorlukları işaretleyip ek bilgi olarak günlük bakım defterine ilave ediniz.



Günlük bakım defteri

İsim: _____

Tarih: _____

Bakımı neler zorlaştırabilir:

- Vucut ağırlığı 80 kg üzerinde ise,
- Kol ve bacak eklemlerinin sertleşmesi/ sınırlı hareketlilik durumlarında,
- Kassisteminin şiddetli kasılması durumunda, örneğin felç sonrası.
- Kolların ve bacakların sakat olması durumunda,
- Kontrolsüz hareketler durumunda,
- Sınırlı dayanıklılık, dolayısıyla ağır kalp zaafı, beraberinde sürekli solunum darlığı ve vucutta su toplanması durumlarında,
- Yutma zorluğu, ağız hareketleri ve nefes alma aksaklıklarında,
- Savunma tutumu, engellilik sonrasında oluşan eksik kooperasyon durumunda.Örneğin ruhsal hastalıklar, zihinsel bozukluklar
- Sınırlı algılama (duyma ve görme bozukluğu)
- İlaçlarla geçmeyen şiddetli ağrılar durumlarında,
- Mekanın dar olması ve bakımı engellemesi gibi durumlarda,
- Zaman harcayan yardımcı aletler kullanılması durumlarında.
Örneğin sürülebilir asansör, tavan-duvar asansörü gibi şeylerin kullanılması durumlarında, bakım zorlaşabilmektedir.

Ayrıca MDK tarafından değerlendirilmedi ve MDK için yaklaşan randevuya nasıl hazırlanabilir ve başvuru reddedildiği takdirde ne yapılması gerektiğini „Bakım uzman raporları“ adlı kılavuzumuzda bulabilirsiniz.

(internet: www.verbraucherzentrale-nrw.de)



Günlük bakım defteri

İsim _____

Tarih _____

1. Vücut bakımında yardım (yıkamak, giyindirmek ve soyundurmak)

Toplam	Yardım süresi (saat kaçtan kaçta kadar)							Açıklama ve özellikler, örneğin ilaç ile vücudu ovmak, alet ile sargı sardırma vs.
Vücut bakımı								
Ayrıntılar	Lütfen işaretleyin, hangi yardımlar her defasında gerekli							
Kaldırmada yardım ihtiyacı								
Banyoya kadar eşlik etmek								
Soyunurken yardım ihtiyacı								
Yıkanırken yardım ihtiyacı								
Diş fırçalamada yardım ihtiyacı								
Tıras olmada yardım ihtiyacı								
Saç taramada yardım								
Duş almada yardım ihtiyacı								
Banyo yaptırmada yardım								
Bir alandan diğerine geçmede yardım (Küvet/Duş)								
Giyinmede yardım ihtiyacı								
Odadan odaya geçişlerde yardım ihtiyacı								



Günlük bakım defteri

İsim _____

Tarih _____

2. Büyük ve küçük abdestte yardım ihtiyacı

Toplam	Yardım süresi (saat kaçtan kaçta kadar)							Açıklama ve özellikler, örneğin kateter yerleştirmek, kabızlığa karşı ilaç verme
Yardım ihtiyacı, büyük ve küçük abdestte								
Ayrıntılar	Lütfen işaretleyin, hangi yardımlar her defasında gerekli							
Kaldırmada yardım ihtiyacı								
Lavaboya kadar eşlik etmek								
Soyunurken yardım ihtiyacı								
Küçük abdestten sonra, temizlikte yardım ihtiyacı								
Büyük abdestten sonra, temizlikte yardım ihtiyacı								
Bezini değiştirmede yardım ihtiyacı								
Giyinmede yardım ihtiyacı								
Odadan odaya geçişlerde yardım ihtiyacı								



Günlük bakım defteri

İsim _____

Tarih _____

3. Yemek yedirmede yardım ihtiyacı

Toplam	Yardım süresi (saat kaçtan kaç kadar)							Açıklama ve özellikler, örneğin kanal değiştirmek, özel alet ile sargı çektirmek
Yemek yedirmede yardım ihtiyacı								
Ayrıntılar	Lütfen işaretleyin, hangi etkinlikler her defasında gerekli							
Kaldırırken yardım ihtiyacı								
Yemek masasına kadar, eşlik etmek								
Oturmada yardım ihtiyacı								
Yemek hazırlığında, yardım ihtiyacı (yemeği küçük parçalara bölmek, ezmek, içeceği bardağa koymak)								
Yemek yerken yardım ihtiyacı (yemeği sunmak, beslemek ve yemeğe teşvik etmek)								
Masadan kalkarken yardım ihtiyacı								
Odadan odaya geçişlerde yardım ihtiyacı								



Günlük bakım defteri

İsim _____

Tarih _____

4.Özellikle

Bazı yardımlar sağlık sigortası çerçevesinde yukarıdaki sıralamaya uymamaktadır. Sebebi burada belirtilmiştir. O gün için gerçek zamanı buraya kaydediniz.

Toplam	Yardım süresi (saat kaçtan kaç kadar)							Açıklama ve özellikler –neler yapıldı
Vücutta morluklar olmasın diye, yatarken veya otururken pozisyon değiştirmek								
Dışarıya çıkma ve eve dönüşü, yardımcı bakıma muhtaç kişiyi bekleme süresinde dahil (dializ tedbiri, hasta için jimnastik)								
Merdiven çıkarken yardım ihtiyacı								



5. Ev idaresinde yardım ihtiyacı

Yardım ihtiyacı	Yardım süresi (saat kaçtan kaçta kadar)							Açıklama ve özellikler-neler yapıldı
Alışveriş								
Yemek yapmak								
Ev temizliği								
Bulaşık Yıkamak								
Çamaşır değiştirmek, çamaşır yıkamak								
Evi ısıtmak								