

## Kapitel 1

# Gesundheitlich eingeschränkt: Unterstützung beantragen.

Eine Anleitung für Erwachsene mit länger anhaltenden körperlichen oder psychischen Einschränkungen, einschließlich Beeinträchtigungen des Sehens oder Hörens.

**Fristen zuerst notieren**

Steht in einem Behördenbrief ein Abgabetermin, trage ihn in deinen Kalender ein. Endet eine Geldleistung, notiere den letzten Zahlungstag. Melde dich vor diesem Termin bei der zuständigen Stelle. Warte damit nicht, bis alle ärztlichen Unterlagen vorliegen.

**Drei Fragen, drei unterschiedliche Wege**

| Deine Frage                                                          | Dazu passt                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wie werden meine dauerhaften Einschränkungen anerkannt?              | GdB-Antrag bei der zuständigen Landesbehörde.                                            |
| Welche Behandlung oder Unterstützung kann meine Teilhabe verbessern? | Medizinische Reha oder Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben.                          |
| Wovon lebe ich, wenn ich länger nicht arbeiten kann?                 | Krankenkasse, Arbeitsagentur oder weitere Leistungsträger: Anspruch und Übergang klären. |

Diese Wege können gleichzeitig wichtig sein. Ein GdB ersetzt keinen Reha-Antrag und entscheidet nicht über eine Erwerbsminderungsrente.

Dieses Heft erklärt die Auswahl des Antrags, ärztliche Berichte, die eigene Beschreibung und die Vorbereitung der Unterlagen.

## Kapitel 2

# Diese Unterlagen gehören in deine Antragsmappe.

Eine gut geordnete Mappe hilft der Praxis, der Beratungsstelle und dir. Du musst nicht jedes Blatt an jede Stelle schicken.

## 1. Zuständige Stelle und Antragsformular

GdB: zuständige Behörde deines Bundeslandes. Reha: meist Rentenversicherung oder Krankenkasse. Geld nach Krankengeld: zuerst Arbeitsagentur. Frage nach dem passenden Antragsformular und einer Unterlagenliste; diese Formulare musst du nicht selbst entwerfen.

## 2. Persönliche Angaben und ärztliche Unterlagen

- ☐ Name, Anschrift, Versicherungsnummer beziehungsweise Aktenzeichen und Kontaktdaten bereithalten.
- ☐ Behandelnde Praxen und Kliniken mit Adresse, Behandlungszeitraum und behandelten Problemen auflisten.
- ☐ Diagnoseberichte, relevante Arztbriefe und Entlassungsberichte nach Datum ordnen. Eine Liste nennt zu jedem Dokument Datum und Inhalt.
- ☐ Die eigenen Einschränkungen anhand konkreter Alltagssituationen beschreiben.

## 3. Hilfe organisieren, wenn das Ausfüllen schwerfällt

Bitte eine vertraute Person um gemeinsames Sortieren oder um Begleitung. Die Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) berät kostenlos zu Teilhabe und Reha. Für ein Handeln in deinem Namen kann eine Vollmacht erforderlich sein.

## Telefonische Auskunft und Hilfe bei der Antragstellung

**Deutsche Rentenversicherung:** Tel. 0800 / 1000 4800

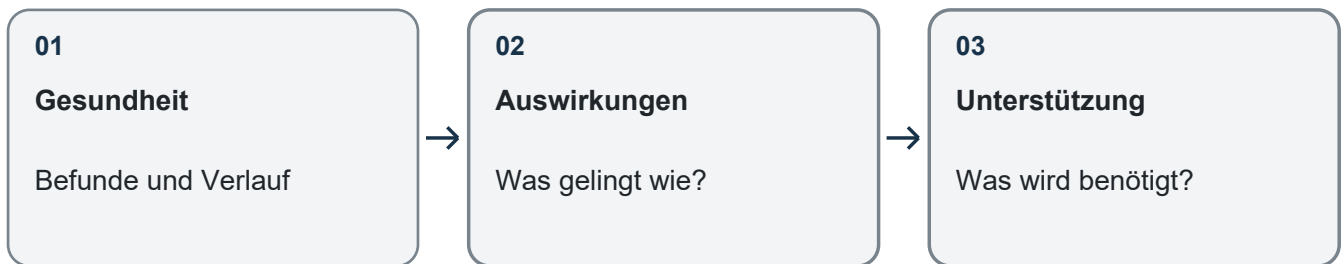
**Arbeitsagentur:** Tel. 0800 / 4 5555 00

**BMAS, Fragen zu Behinderung:** Tel. 030 / 221 911 006

## Kapitel 3

# Nicht nur die Diagnose. Auch die Auswirkungen.

Ein guter Bericht erklärt, was gesundheitlich vorliegt und was dadurch im Alltag erschwert ist.



## Diese Angaben mit der behandelnden Ärztin oder dem Arzt zum Befundbericht besprechen

- 1. Verlauf:** Seit wann bestehen Beschwerden, seit wann wird behandelt und was hat sich verändert?
- 2. Befunde:** Welche Diagnosen sind gesichert, welche noch unklar? Welche Untersuchungen stützen die Einschätzung?
- 3. Alltag:** Welche Aufgaben sind erschwert? Wie oft, wie lange und unter welchen Bedingungen? Welche Hilfe ist nötig?
- 4. Behandlung:** Was wurde versucht, was hilft und welche Nebenwirkungen oder Zugangsprobleme bestehen?
- 5. Ausblick:** Was ist voraussichtlich längerfristig eingeschränkt? Welche Unterstützung oder Behandlung erscheint sinnvoll?

### Deine Aufgabe ist nicht, einen ärztlichen Bericht zu schreiben

Du kannst Beobachtungen mitbringen. Medizinische Befunde und fachliche Einschätzungen stammen von den behandelnden Fachpersonen. Sag dazu, wofür der Bericht gebraucht wird.

## Kapitel 4

# So beschreibst du deine Einschränkungen.

Beschreibe den üblichen Verlauf - nicht nur den besten oder den schwierigsten Tag.

### **Beispiel: Schwierigkeiten beim Verstehen eines Gesprächs**

Statt „Ich bin schnell überfordert“ beschreibt diese Aussage die Einschränkung genauer: „Wenn mehrere Personen gleichzeitig sprechen, verliere ich den Gesprächsfaden. Ich brauche eine Frage nach der anderen und schriftliche Absprachen.“

### **Diese Fragen helfen beim Sortieren**

- ☐ Welche zwei oder drei Situationen belasten mich besonders?
- ☐ Wie häufig kommt das vor? Seit wann?
- ☐ Was gelingt nur mit Erinnerung, Begleitung oder viel Vorbereitung?
- ☐ Wie viel Erholung brauche ich danach? Was bleibt deshalb liegen?
- ☐ Welche Anpassungen helfen tatsächlich?

Auch ein gutes Gespräch oder ein Arbeitsergebnis kann Unterstützung und hohen Aufwand voraussetzen. Beschreibe deshalb, was gelingt, welche Hilfe du dabei brauchst und wie viel Erholung anschließend nötig ist.

### **Für das Arztgespräch über den Antrag vorbereiten**

- ☐ Antrag oder Behördenbrief mit Abgabefrist und Aktenzeichen mitbringen.
- ☐ Die wichtigsten Einschränkungen, vorhandene Befunde und bisherige Behandlungen notieren.
- ☐ Besprechen, welche Angaben im Befundbericht noch fehlen und wann er fertig sein kann.

Eine vertraute Person kann beim Sortieren helfen. Für Behördengespräche kommt ein Beistand in Betracht. Teilhabeberatung findest du bei der EUTB.

## Kapitel 5

# Den Befundbericht mit deiner Ärztin oder deinem Arzt vorbereiten.

Ein klarer Auftrag und eine kurze Vorbereitung sparen Rückfragen. Die medizinische Beurteilung bleibt Aufgabe der Ärztin oder des Arztes.

## 1. Zweck und Termin vorher mitteilen

Sag, ob es um GdB, Reha oder Erwerbsminderungsrente geht. Diese Anträge benötigen unterschiedliche ärztliche Aussagen. Frage bei der Anmeldung nach einem geeigneten Termin. Nenne die Abgabefrist und bringe das Behördenformular oder Anforderungsschreiben mit.

## 2. Eine Seite mit eigenen Beobachtungen mitbringen

Notiere drei besonders wichtige Einschränkungen. Zu jeder: Was passiert konkret? Wie oft? Welche Hilfe brauchst du? Was gelingt dadurch trotzdem, und welche Folgen bleiben? Ergänze Beginn, Behandlung und relevante vorhandene Befunde. Kennzeichne das Blatt als „Eigene Angaben“.

## 3. Um gezielte Ergänzung bitten

### So kannst du die Bitte formulieren

„Für meinen Antrag fehlen vor allem die Auswirkungen im Alltag. Ich habe die wichtigsten Beispiele auf einer Seite zusammengefasst. Können Sie bitte prüfen, was Sie medizinisch bestätigen können, und Befunde, Verlauf, Behandlung und die verbleibenden Einschränkungen beschreiben?“

## 4. Rückgabe und Kosten vereinbaren

Frage, wann der Bericht fertig sein kann und wer ihn erhält. Vor einer privaten Beauftragung klären: Fordert die Behörde den Bericht selbst an? Wer zahlt? Ein neu erstelltes Attest ist nicht dasselbe wie eine Kopie vorhandener Unterlagen.

Die erste Abschrift der Behandlungsakte ist nach § 630g BGB grundsätzlich kostenlos; gesetzliche Ausnahmen vom Einsichtsrecht bleiben möglich. Daraus folgt kein Anspruch auf ein kostenloses neues Gutachten. Für den DRV-Reha-Befundbericht S0051 gibt es eine ärztliche Honorarabrechnung (S0050).

## Kapitel 6

# Wenn der Bericht zu knapp bleibt.

Nicht mehr Text um jeden Preis, sondern die fehlenden entscheidenden Angaben ergänzen lassen.

| Problem                                                         | So gehst du vor                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Im Bericht stehen nur Diagnosen.                                | Bitte um Ergänzung: Welche Tätigkeiten sind dadurch wie oft und wie stark eingeschränkt? Welche Unterstützung ist notwendig?                                                               |
| „Stabil“ oder „unauffällig“ passt nicht zum Alltag.             | Frage, was damit gemeint ist. Ein unveränderter Zustand kann weiter stark einschränken; ein ruhiges Gespräch bildet nicht jeden Alltag ab. Bitte um diesen Zusammenhang, wenn er zutrifft. |
| Arbeit oder selbständiges Wohnen wirkt wie volle Belastbarkeit. | Beschreibe Anpassungen, Hilfe und Erholungsbedarf. Was geht nur dank Unterstützung, was bleibt liegen? Auch erhaltene Fähigkeiten gehören in den Bericht.                                  |
| Die Praxis kann deine Angaben nicht bestätigen.                 | Bitte um Trennung: „Patient/in berichtet ...“ und ärztlich erhobene Befunde. Eine eigene Schilderung wird nicht durch bloßes Abschreiben zum ärztlichen Nachweis.                          |

## Wenn Zeit fehlt oder die Praxis keinen neuen Bericht schreibt

Bitte zunächst um vorhandene aussagekräftige Unterlagen. Benenne der zuständigen Stelle die behandelnde Praxis und fehlende Informationen. Frage, ob sie einen gezielten Befundbericht anfordern kann. Teile eine gefährdete Frist der Behörde frühzeitig schriftlich mit; eine Fristverlängerung ist nicht automatisch gewährt.

## Wenn im Bericht etwas falsch ist

Benenne die konkrete Stelle und bitte um Berichtigung eines Sachfehlers oder um fachliche Ergänzung zu Alltag, Verlauf und bisherige Behandlung. Du kannst keine bestimmte Diagnose, GdB-Zahl oder positive Prognose verlangen. Bei unterschiedlicher Einschätzung kann deine eigene Stellungnahme ergänzend beigefügt werden.

Wichtig: Eine laufende Widerspruchsfrist nicht verstreichen lassen, während du auf einen Bericht wartest. Den Widerspruch rechtzeitig in zulässiger Form einreichen; die Begründung kann nachgereicht werden.

## Kapitel 7

# Was du mitbringen und besprechen solltest.

Ein paar geordnete Stichpunkte helfen, die verfügbare Gesprächszeit für die entscheidenden Fragen zu nutzen.

## Zum Termin mitbringen

- ☐ Antragsformular oder Anforderungsschreiben: Empfänger, Frist und Aktenzeichen.
- ☐ Vorhandene Arztbriefe, Entlassungsberichte und Untersuchungsergebnisse, die für den Antrag wichtig sind.
- ☐ Aktuelle Medikamentenliste und Angaben zu bisherigen Behandlungen.
- ☐ Eigene Notizen zu den wichtigsten Alltagseinschränkungen, ihrer Häufigkeit und der benötigten Hilfe.

## Mit der Ärztin oder dem Arzt besprechen

- ☐ Welche Befunde und Diagnosen gesichert sind und welche Fragen noch offen sind.
- ☐ Welche Auswirkungen trotz Behandlung bestehen und wie sie im Bericht nachvollziehbar beschrieben werden können.
- ☐ Ob weitere Berichte anderer behandelnder Stellen benötigt werden.
- ☐ Wer den Bericht erhält, bis wann er erstellt werden kann und ob Kosten anfallen.

### Bitte an die behandelnde Praxis

„Bitte prüfen Sie meine Angaben und ergänzen Sie Ihre Befunde, den Verlauf und Ihre medizinische Einschätzung. Besonders wichtig ist, welche Einschränkungen trotz Behandlung und Unterstützung bestehen. Bitte unterscheiden Sie meine Schilderung von Ihren eigenen Feststellungen.“

Passende vorhandene Berichte mitbringen. Vor einer kostenpflichtigen Neuerstellung nachfragen, ob vorhandene Unterlagen oder eine gezielte Ergänzung ausreichen.

## Anhang

# Weiterführende Informationen

Wenn du einzelne Regelungen genauer kennenlernen möchtest, findest du hier die verwendeten Gesetze und ergänzende Informationen der zuständigen Stellen.

## GdB und Teilhabe

§ 152 SGB IX und Versorgungsmedizinische Grundsätze: Entscheidend sind die längerfristigen Auswirkungen von Gesundheitsproblemen auf die Teilhabe, nicht nur der Name einer Diagnose.

Hintergrundquelle: § 152 SGB IX: Feststellung des GdB und Gesamtbeurteilung

## Ärztlicher Bericht und Reha

Der DRV-Befundbericht S0051 fragt nach Befunden, Verlauf, Behandlung und Einschränkungen. Diese Informationen sind auch für die Vorbereitung anderer Anträge hilfreich; das Formular selbst ist für Reha vorgesehen.

Hintergrundquelle: DRV: Befundbericht S0051

## Finanzielle Absicherung

§ 48 SGB V, § 145 SGB III und § 43 SGB VI: Krankengeld, Arbeitslosengeld und Erwerbsminderungsrente sind getrennte Leistungen. Für jede sind die jeweiligen Voraussetzungen zu erfüllen.

Hintergrundquelle: § 145 SGB III: Nahtlosigkeitsregelung

## Begleitung zu Behördenterminen

§ 13 SGB X ermöglicht einen Beistand. Eine Person, die dich begleitet, muss nicht automatisch auch bevollmächtigt sein, in deinem Namen Anträge zu stellen.

Hintergrundquelle: § 13 SGB X: Bevollmächtigte und Beistände

## Arztunterlagen und Kosten

§ 630g BGB: Die erste Abschrift der Behandlungsakte ist grundsätzlich kostenlos. Ein neuer Bericht ist eine andere Leistung. Für den DRV-Befundbericht S0051 ist die ärztliche Honorarabrechnung S0050 vorgesehen. Vor einem privaten Auftrag Kosten und Auftraggeber klären.

§ 630g BGB: Behandlungsakte · DRV S0050: Honorarabrechnung

Informationsstand: 7. September 2026. Herausgeber: Vielfalt im Kopf.

