

Kapitel 1

Den ersten GdB-Antrag vorbereiten.

Welche Gesundheitsprobleme du angibst, welche Nachweise helfen und wie du deine Einschränkungen verständlich beschreibst.

Worum es geht

Der Grad der Behinderung beschreibt die Auswirkungen auf die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Er ist kein Prozentwert und kein Maß dafür, wie viel du noch arbeiten kannst.

01

Beschreiben

Alltag und Hilfebedarf



02

Belegen

Befunde und Verlauf



03

Beantragen

Zuständige Behörde

Was ein GdB bedeutet

Eine Feststellung erfolgt ab GdB 20. Ab GdB 50 liegt bei den weiteren gesetzlichen Voraussetzungen eine Schwerbehinderung vor. Bei GdB 30 oder 40 kann eine Gleichstellung durch die Arbeitsagentur möglich sein, wenn sie behinderungsbedingt zum Erlangen oder Erhalten eines geeigneten Arbeitsplatzes nötig ist. Sie bringt nicht alle Rechte eines Schwerbehindertenausweises mit sich, etwa keinen Zusatzurlaub.

Eine Diagnose führt nicht automatisch zu einem bestimmten GdB. Auch ein hoher GdB begründet für sich allein keinen Rentenanspruch.

Du findest hier eine Anleitung zum ersten Antrag, Beispiele für deine Beschreibung, Vorbereitungslisten für das Arztgespräch und Hilfe beim Verstehen des Bescheids.

Kapitel 2

So stellst du den ersten Antrag.

GdB bedeutet Grad der Behinderung. Der Antrag soll zeigen, wie dich längerfristige Gesundheitsprobleme im Alltag einschränken.

1. Formular bei der zuständigen Landesbehörde anfordern

Suche im Internet nach „GdB Erstantrag“ und deinem Bundesland. Öffne das offizielle Landes- oder Behördenportal; dort stehen Zuständigkeit, Formular und Online-Antrag. Je nach Bundesland heißt die Stelle etwa Versorgungsamt oder Landesamt. Alternativ nennt dir die Stadt- oder Kreisverwaltung die zuständige Behörde. Die Feststellung ist grundsätzlich gebührenfrei.

2. Alle relevanten Gesundheitsprobleme nennen

Gib alle bestehenden Erkrankungen und längerfristigen gesundheitlichen Einschränkungen an, nicht nur die aus deiner Sicht wichtigste. Dazu gehören körperliche und psychische Erkrankungen sowie Beeinträchtigungen des Sehens, Hörens oder anderer Fähigkeiten. Nenne jeweils die behandelnde Stelle und die Auswirkungen. Dauerhaft bedeutet hier in der Regel: voraussichtlich länger als sechs Monate.

3. Auswirkungen beschreiben und Unterlagen beifügen

Wähle Berichte, die Diagnosen und aktuelle Auswirkungen belegen. Ergänze wichtige ältere Berichte für den Verlauf. Reiche Kopien ein und behalte die Originale. Benenne fehlende Berichte und die zuständige Praxis. Mit der nötigen Einwilligung kann die Behörde selbst Unterlagen anfordern.

4. Beginn und zusätzliche Einschränkungen beachten

Die Feststellung erfolgt grundsätzlich zum Antragszeitpunkt. Für einen früheren Beginn musst du ausdrücklich angeben, ab wann und aus welchem besonderen Grund du die rückwirkende Feststellung benötigst, und Belege nennen. Das wird gesondert geprüft.

Wenn beispielsweise Orientierung, Fortbewegung oder notwendige Begleitung erheblich beeinträchtigt sind, beschreibe das im Antrag. Dafür können zusätzlich sogenannte Merkzeichen geprüft werden. Ein bestimmter GdB ersetzt diese Prüfung nicht.

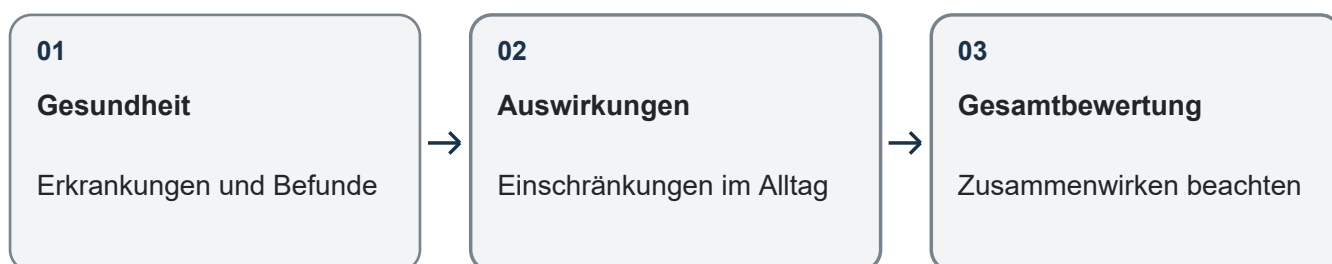
5. Kopie behalten und Eingang dokumentieren

Prüfe Pflichtfelder, Unterschrift beziehungsweise Online-Abschluss und Anlagen. Bewahre eine vollständige Kopie und den Eingangsbeleg auf. Notiere das Aktenzeichen aus der Bestätigung. Bei Rückfragen immer dieses Zeichen angeben.

Kapitel 3

Was für die Bewertung deiner Einschränkungen zählt.

Die Behörde beurteilt die längerfristigen Auswirkungen deiner Gesundheitsprobleme. Grundlage sind die Versorgungsmedizinischen Grundsätze.



Diagnosen und Auswirkungen gehören zusammen

Zwei Menschen mit derselben Diagnose können unterschiedlich eingeschränkt sein. Beschreibe deshalb zusätzlich, was im Alltag erschwert ist, wie häufig Probleme auftreten und welche Hilfe benötigt wird.

Beispiel	Aussagekräftige Angaben
Erkrankung des Bewegungsapparats	Beweglichkeit, Gehen, Stehen, Treppensteigen, Schmerzen und benötigte Hilfsmittel.
Hörbeeinträchtigung	Hörfunde und Schwierigkeiten beim Verstehen, auch mit Hörhilfe und in unterschiedlichen Gesprächssituationen.
Psychische oder neurologische Erkrankung	Auswirkungen auf Konzentration, Tagesstruktur, Kontakte und Selbstversorgung; Verlauf und benötigte Unterstützung.

Mehrere Erkrankungen: gemeinsam betrachten

Gib alle bestehenden Gesundheitsprobleme an. Die Behörde bewertet, wie sich ihre Auswirkungen ergänzen, überschneiden oder verstärken. Einzelne GdB-Werte werden nicht einfach zusammengerechnet.

Behandlung, Hilfen und Schwankungen beschreiben

Nenne, was Behandlung oder Hilfsmittel verbessern und was trotzdem eingeschränkt bleibt. Beschreibe den längerfristigen Verlauf einschließlich besserer und schlechterer Phasen. So wird auch erkennbar, wenn etwas nur mit erheblicher Unterstützung gelingt.

Kapitel 4

Was der Bericht erklären sollte - und warum.

Eine Diagnose belegt noch nicht, wie stark dein Alltag eingeschränkt ist.

Entscheidend sind die längerfristigen Auswirkungen und der notwendige Hilfebedarf.

Angabe im Bericht	Warum sie wichtig ist
Diagnose, Befunde und Verlauf	Die Behörde muss erkennen können, was medizinisch festgestellt wurde und seit wann es besteht. Einen Verdacht nicht als gesicherte Diagnose ausgeben.
Konkrete Einschränkungen in mehreren Lebensbereichen	Nicht nur Beruf: auch Haushalt, Termine, Kontakte, Selbstversorgung, Wege und Orientierung. Eine schwierige Arbeitsplatzsituation allein beschreibt den GdB nicht.
Häufigkeit, Dauer, Schwankungen und erforderliche Hilfe	„Probleme im Alltag“ ist zu allgemein. Beschreiben, wie regelmäßig Hilfe nötig ist und ob Aufgaben ohne sie ausfallen. Gute und schlechte Phasen einordnen.
Behandlung und verbleibende Auswirkungen	Eine wirksame Behandlung bedeutet nicht automatisch Beschwerdefreiheit. Umgekehrt sollen Verbesserungen und erhaltene Fähigkeiten sichtbar bleiben.

Beispiel: Hilfe sichtbar machen

Zu knapp: „Lebt selbständig.“ Aussagekräftiger ist die tatsächliche Situation: „Ich wohne allein. Eine vertraute Person hilft mir wöchentlich beim Öffnen und Bearbeiten der Post. Ohne diese Hilfe versäume ich wiederholt Fristen.“ Häufigkeit und Folgen nur so nennen, wie sie wirklich vorkommen.

Keine bestimmte GdB-Zahl bestellen

Bitte die Praxis um medizinisch nachvollziehbare Auswirkungen, nicht um „GdB 50“. Die Behörde bewertet nach den gesetzlichen Maßstäben. Ein ausführlicher Bericht hilft vor allem dann, wenn die entscheidenden Angaben konkret und belegt sind.

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

Bitte um die längerfristigen Auswirkungen auf deinen Alltag: Selbstversorgung, Kontakte, Organisation, Wege und erforderliche Hilfe. Eine bloße Krankschreibung beschreibt das nicht. 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 längerfristige Einschränkungen und tatsächlich erforderliche Hilfe. Du kannst keine bestimmte Diagnose, GdB-Zahl oder positive Prognose verlangen. Bei unterschiedlicher Einschätzung kann deine eigene Stellungnahme ergänzend beigelegt 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

Diese Alltagssituationen im Antrag erläutern.

Stichpunkte mit konkreten Beispielen helfen mehr als allgemeine Aussagen wie „stark eingeschränkt“.

Lebensbereich	Was du beschreiben kannst
Bewegung und Wege	Gehen, Treppen, längeres Stehen, Orientierung, öffentliche Verkehrsmittel und erforderliche Begleitung.
Selbstversorgung und Haushalt	Körperpflege, Anziehen, Essen, Einkaufen und Haushalt: Was gelingt selbständig, wobei brauchst du Hilfe?
Kommunikation und Kontakte	Gespräche verstehen, sich mitteilen, Kontakte pflegen und soziale Situationen bewältigen.
Organisation und Belastbarkeit	Termine, Post, Konzentration, Ausdauer, Pausen und Folgen längerer Belastung.
Behandlung und Unterstützung	Hilfsmittel, Medikamente, Therapien, Hilfe anderer Personen und verbleibende Schwierigkeiten.

Bei jedem Beispiel konkret werden

- ☐ Seit wann besteht die Einschränkung, wie häufig tritt sie auf und wie lange dauert sie?
- ☐ Was gelingt mit Unterstützung, und was passiert ohne diese Hilfe?
- ☐ Welche Folgen hat die Belastung für andere Aufgaben oder den restlichen Tag?

Mit vorhandenen Befunden verbinden

Ordne wichtigen Einschränkungen passende Arztbriefe oder Untersuchungsberichte zu. Fehlt etwas, besprich mit der behandelnden Ärztin oder dem Arzt, welche Ergänzung nötig ist. Kennzeichne deine eigene Beschreibung als „Eigene Angaben zum Alltag“.

Kapitel 8

Den GdB-Bescheid verstehen und auf Fehler prüfen.

- ☐ Sind alle relevanten Beeinträchtigungen erfasst?
- ☐ Sind die Auswirkungen und ihr Zusammenwirken nachvollziehbar bewertet?
- ☐ Stimmen Beginn, Befristung und gegebenenfalls Merkzeichen?
- ☐ Ist eine Gleichstellung bei GdB 30 oder 40 sinnvoll zu prüfen?

Wenn du widersprechen möchtest

Bei ordnungsgemäßer Rechtsbehelfsbelehrung gilt im Inland regelmäßig ein Monat ab Bekanntgabe. Halte dich an die im Bescheid genannte Form und Stelle. Eine einfache E-Mail genügt regelmäßig nicht. Eine Begründung kann nachgereicht werden; die Frist für den Widerspruch selbst läuft dadurch nicht länger. Akteneinsicht kann helfen, fehlende Befunde zu erkennen.

Kurzer Formulierungsbaustein

„Hiermit lege ich gegen den Bescheid vom [Datum], Aktenzeichen [Zeichen], Widerspruch ein. Ich bitte um Akteneinsicht einschließlich der medizinischen Bewertungsgrundlagen. Die Begründung reiche ich nach.“ Persönliche Daten und die erforderliche Unterschrift ergänzen; zulässigen Übermittlungsweg wählen.

Merkzeichen: zusätzliche Einschränkungen erfassen

Merkzeichen halten zusätzliche gesundheitliche Voraussetzungen fest, zum Beispiel eine erhebliche Einschränkung der Mobilität. Das Merkzeichen aG steht für außergewöhnliche Gehbehinderung. Dabei gibt es keine allgemeine 100-Meter-Grenze; bewertet wird die Gehfähigkeit in der typischen öffentlichen, auch unvertrauten Umgebung.

Ein Neufeststellungsantrag kann auch zu einer niedrigeren Bewertung führen. Vor einem solchen Antrag oder einem Streit über die Bewertung kann individuelle Beratung sinnvoll sein. EUTB, Sozialverbände und sozialrechtliche Beratung können unterstützen.

Anhang

Weiterführende Informationen

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

Bewertung der Behinderung

Versorgungsmedizin-Verordnung, Teil A und die jeweils einschlägigen Abschnitte von Teil B; ergänzend BMAS-Broschüre K 710, Januar 2026. Maßgeblich sind die langfristigen Auswirkungen im Alltag. Die Einzelbewertungen werden nicht addiert.

Hintergrundquelle: Versorgungsmedizinische Grundsätze, aktuelle Anlage zur VersMedV

Antrag und Rechte

§§ 2 und 152 SGB IX regeln Feststellung, Schwerbehinderung und Gleichstellung. Für die Gleichstellung ist die Arbeitsagentur zuständig; sie ersetzt nicht den Schwerbehindertenausweis.

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

Widerspruch und Akteneinsicht

§ 84 SGG und § 25 SGB X: Die Widerspruchsfrist beträgt im Inland bei korrekter Belehrung regelmäßig einen Monat. Akteneinsicht zeigt, welche Unterlagen und Bewertungen verwendet wurden.

Hintergrundquelle: § 84 SGG: Widerspruchsfrist und Form

Merkzeichen aG

§ 229 SGB IX; BSG, 09.03.2023, B 9 SB 8/21 R. Es gibt keine allgemeine 100-Meter-Grenze. Das Urteil behandelt die Beurteilung der Gehfähigkeit im öffentlichen Raum.

Hintergrundquelle: § 229 SGB IX: Merkzeichen und außergewöhnliche Gehbehinderung

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.

