

Haushaltshilfe über Krankenkasse oder Pflegegrad: Was die Kassen zahlen

Zwei Kassen, zwei Regelwerke: Die Krankenkasse zahlt Haushaltshilfe nach einer Operation oder in der Schwangerschaft, die Pflegekasse bei einem Pflegegrad. Hier steht, wer was bekommt, wie der Antrag läuft und wie viele Stunden am Ende wirklich drin sind, Stand 2026.

Stand 27. Juli 2026 · Lesezeit 7 Minuten · www.domilio.de/ratgeber/haushaltshilfe-krankenkasse-pflegegrad

Zwei Kassen, zwei Wege: erst einmal sortieren

Wer nach „Haushaltshilfe Krankenkasse“ sucht, landet oft bei Antworten, die Krankenkasse und Pflegekasse durcheinanderwerfen. Beide sitzen zwar meist unter demselben Dach, zum Beispiel bei der AOK, der TK oder der Barmer. Aber sie zahlen nach verschiedenen Gesetzen und für verschiedene Situationen.

Die **Krankenkasse** springt ein, wenn jemand vorübergehend ausfällt: Krankenhaus, Operation, Schwangerschaft, schwere Krankheit. Die **Pflegekasse** zahlt, wenn ein Pflegegrad vorliegt, also dauerhaft Hilfe im Alltag nötig ist. Welcher Weg passt, entscheidet die Situation, nicht die Kasse.

Weg	Voraussetzung	Leistung	Dauer
Krankenkasse, § 38 SGB V	Krankenhaus, OP, Schwangerschaft oder schwere Krankheit; niemand im Haushalt kann übernehmen	Haushaltshilfe wird gestellt oder erstattet, Zuzahlung 10 Prozent	in der Regel bis 4 Wochen, mit Kind unter 12 bis 26 Wochen

Weg	Voraussetzung	Leistung	Dauer
Pflegekasse, Entlastungsbetrag	Pflegegrad 1 bis 5	etwa 131 Euro im Monat für anerkannte Alltagshilfe	dauerhaft monatlich
Pflegekasse, Umwandlungsanspruch	Pflegegrad 2 bis 5	bis 40 Prozent der Pflegesachleistung für Alltagshilfe	dauerhaft monatlich

Beträge Stand 2026, ohne Gewähr. Die Kasse gibt die verbindlichen Werte.

Haushaltshilfe über die Krankenkasse nach § 38 SGB V

Die Krankenkasse zahlt eine Haushaltshilfe, wenn du wegen Krankenhaus, Kur, Operation oder Schwangerschaft den Haushalt nicht führen kannst und niemand sonst im Haushalt das übernimmt. Früher galt das nur mit Kind unter 12 im Haus. Seit einigen Jahren gilt es auch ohne Kind, dann aber meist begrenzt auf vier Wochen nach dem Krankenhausaufenthalt. Lebt ein Kind unter 12 im Haushalt oder ein Kind mit Behinderung, sind bis zu 26 Wochen möglich.

Der Antrag läuft über deine Kasse, am besten schon vor dem Krankenhausaufenthalt oder direkt danach. Du brauchst eine ärztliche Bescheinigung, die sagt, warum du den Haushalt nicht führen kannst und wie lange. Die Kasse prüft und stellt entweder eine Hilfe über einen Vertragspartner oder erstattet die Kosten für eine selbst organisierte Hilfe bis zu einem Höchstbetrag je Stunde.

- ✓ Zuzahlung: 10 Prozent der Kosten, mindestens 5 und höchstens 10 Euro am Tag, wie bei anderen Kassenleistungen.
- ✓ Selbst organisierte Hilfe: Nachbarn, Verwandte bis zum zweiten Grad zahlt die Kasse nicht, andere Personen nach Absprache. Frag vorher, welchen Stundensatz die Kasse erstattet.
- ✓ Was zählt: Kochen, Putzen, Einkaufen, Wäsche, Betreuung der Kinder. Pflege am Körper gehört nicht dazu.



Ruf die Kasse an, bevor du jemanden buchst. Wer erst danach fragt, bekommt oft nur einen Teil erstattet oder gar nichts. Die Hotline nennt dir den Stundensatz und die Formulare, bei der AOK zum Beispiel den „Antrag auf Haushaltshilfe“.

Haushaltshilfe bei Pflegegrad 1 bis 5:

Entlastungsbetrag und Umwandlung

Mit einem Pflegegrad läuft alles über die Pflegekasse. Der wichtigste Baustein für Haushaltshilfe ist der **Entlastungsbetrag**. Er liegt 2026 bei etwa 131 Euro im Monat und steht jedem zu, der mindestens Pflegegrad 1 hat. Das Geld gibt es nicht bar, sondern als Erstattung für anerkannte Angebote: Alltagsbegleitung, Haushaltshilfe, Betreuungsgruppen. Nicht genutzte Beträge sammeln sich innerhalb des Jahres an und können bis Mitte des Folgejahres noch eingesetzt werden.

Ab Pflegegrad 2 kommt der **Umwandlungsanspruch** dazu. Wer seine Pflegesachleistung, also den Betrag für den ambulanten Pflegedienst, nicht voll ausschöpft, kann bis zu 40 Prozent davon für Alltagshilfe umwandeln. Bei Pflegegrad 2 sind das grob 300 Euro im Monat zusätzlich, bei höheren Graden mehr. Auch hier gilt: nur bei anerkannten Anbietern.

Und genau da liegt der Haken. Was „anerkannt“ heißt, regelt jedes Bundesland selbst. In Hamburg gibt es eine Verordnung dazu, die Anerkennung läuft über die Pflegekasse beziehungsweise die Sozialbehörde. Einzelpersonen aus der Nachbarschaft können sich unter Bedingungen anerkennen lassen, Details und Formulare hat die Kasse. Wer den Entlastungsbetrag nutzen will, klärt das vor dem ersten Einsatz.

Wie viele Stunden Haushaltshilfe bei Pflegegrad 2?

Das ist die meistgestellte Frage, und die ehrliche Antwort lautet: Die Kasse zahlt keine Stunden, sondern Beträge. Wie viele Stunden das ergibt, hängt vom Stundensatz des Anbieters ab. Bei 15 bis 20 Euro je Stunde reicht der Entlastungsbetrag von 131 Euro für etwa 6 bis 8 Stunden im Monat, also grob zwei Stunden pro Woche.

Wer zusätzlich den Umwandlungsanspruch nutzt, kommt bei Pflegegrad 2 auf rund 430 Euro im Monat für Alltagshilfe. Das sind bei denselben Sätzen etwa 20 bis 28 Stunden. Rechne aber damit, dass anerkannte Dienste oft über 20 Euro liegen, dann werden es weniger. Für alles darüber hinaus zahlst du selbst, kannst die Kosten aber als haushaltsnahe Dienstleistung nach § 35a EStG absetzen: 20 Prozent der Arbeitskosten, bis 4.000 Euro im Jahr, mit Rechnung und unbarer Zahlung.

Pflegegrad	Entlastungsbetrag	Umwandlung (40 %)	Stunden bei 18 Euro
1	etwa 131 Euro	keine	etwa 7
2	etwa 131 Euro	etwa 300 Euro	etwa 24
3	etwa 131 Euro	etwa 580 Euro	etwa 39

Rechenbeispiel, Stand 2026. Die Pflegesachleistung je Grad setzt der Gesetzgeber

fest, die Kasse nennt den aktuellen Wert.

So beantragst du die Haushaltshilfe

1. Situation klären: vorübergehender Ausfall (Krankenkasse) oder Pflegegrad (Pflegekasse). Ohne Pflegegrad zuerst einen Antrag auf Einstufung stellen, den Medizinischen Dienst kommen lassen.
2. Kasse anrufen und sagen, worum es geht. Die Sachbearbeiter nennen dir den richtigen Antrag und die Frist.
3. Unterlagen beilegen: ärztliche Bescheinigung bei der Krankenkasse, Pflegegrad-Bescheid bei der Pflegekasse.
4. Anbieter wählen. Bei der Pflegekasse muss er anerkannt sein, bei der Krankenkasse nach Absprache.
5. Belege sammeln und einreichen. Die Erstattung kommt meist innerhalb weniger Wochen.

Wer einen Antrag abgelehnt bekommt, hat einen Monat Zeit für einen Widerspruch. Oft fehlt nur eine Unterschrift oder die Bescheinigung ist zu knapp. Die Pflegestützpunkte in Hamburg beraten kostenlos, auch beim Widerspruch.

Was eine Plattform wie domilio leisten kann, und was nicht

Über domilio findest du geprüfte Schüler und Studenten aus deinem Stadtteil, die im Haushalt helfen, einkaufen oder zu Terminen begleiten. Der Stundensatz steht im Profil, bezahlt wird über die Plattform, und die Rechnung kommt automatisch. Damit hast du genau die Belege, die du für Steuer oder Kasse brauchst. Wie das im Detail läuft, steht im Ratgeber zu **Nachbarschaftshilfe und Entlastungsbetrag**.

Was die Plattform nicht ist: ein Pflegedienst. Körperpflege, Medikamente, medizinische Aufgaben gehören nicht dazu. Und die Anerkennung durch die Pflegekasse ist nicht automatisch dabei. Ob ein Helfer als Nachbarschaftshelfer anerkannt werden kann, klärst du mit der Kasse. Für die Krankenkasse nach § 38 SGB V gilt dasselbe: vorher fragen, welchen Satz sie erstattet.

Du brauchst jetzt jemanden für Einkauf, Haushalt oder Begleitung, unabhängig von der Kasse? Mehr unter www.domilio.de/helfer-finden.

Häufige Fragen

Wie viele Stunden Haushaltshilfe bekomme ich bei Pflegegrad 2?

Die Kasse zahlt Beträge, keine Stunden. Der Entlastungsbetrag von etwa 131 Euro im Monat reicht bei 15 bis 20 Euro Stundensatz für 6 bis 8 Stunden. Mit dem Umwandlungsanspruch von bis zu 40

Prozent der Pflegesachleistung kommen bei Pflegegrad 2 rund 300 Euro dazu, also etwa 20 bis 28 Stunden insgesamt.

Zahlt die Krankenkasse eine Haushaltshilfe ohne Kind?

Ja, seit der Reform von § 38 SGB V auch ohne Kind im Haushalt, wenn du nach Krankenhaus oder Operation den Haushalt nicht führen kannst. Dann meist bis zu vier Wochen. Mit einem Kind unter 12 im Haushalt sind bis zu 26 Wochen möglich.

Wie beantrage ich Haushaltshilfe bei der AOK?

Bei der AOK und den anderen Kassen läuft es gleich: anrufen oder online das Formular „Antrag auf Haushaltshilfe“ ausfüllen, ärztliche Bescheinigung beilegen, Zeitraum angeben. Am besten vor dem Krankenhausaufenthalt oder direkt danach. Die Kasse antwortet meist innerhalb weniger Tage.

Kann eine Nachbarin die Haushaltshilfe machen und die Kasse zahlt?

Bei der Krankenkasse nach § 38 SGB V ja, nach Absprache und bis zu einem Höchstsatz je Stunde. Verwandte bis zum zweiten Grad zahlt die Kasse nicht. Bei der Pflegekasse muss die Nachbarin als Nachbarschaftshelferin anerkannt sein. Die Regeln dafür macht Hamburg selbst, Auskunft gibt die Pflegekasse.

Was ist, wenn der Antrag abgelehnt wird?

Innerhalb eines Monats Widerspruch einlegen, schriftlich und mit Begründung. Häufig fehlt nur eine genauere ärztliche Bescheinigung. Die Pflegestützpunkte in Hamburg helfen kostenlos beim Widerspruch.

Kann ich Haushaltshilfe zusätzlich von der Steuer absetzen?

Den Teil, den du selbst zahlst, ja. Nach § 35a EStG bekommst du 20 Prozent der Arbeitskosten von der Steuerschuld abgezogen, höchstens 4.000 Euro im Jahr. Rechnung und unbare Zahlung sind Pflicht. Was die Kasse erstattet hat, darfst du nicht noch einmal ansetzen.

domilio vermittelt geprüfte Helfer aus dem Schüler- und Studentenkreis für Haushalt, Garten, Einkauf, Nachhilfe, Babysitting, Hundebetreuung und Umzug. Beahlt wird über die Plattform, das Geld geht erst nach beidseitiger Bestätigung an den Helfer. Gestartet in Hamburg.

Dieses Whitepaper ersetzt keine Rechts- oder Steuerberatung. Zahlen sind Spannen und Stand des angegebenen Datums. Domilio GmbH · www.domilio.de · info@domilio.de