

Finanztip

Checkliste außergewöhnliche Belastungen: In vier Schritten Geld zurück

Private Ausgaben haben eigentlich keinen Platz in der Steuererklärung. Ausnahmen sind außergewöhnliche Belastungen. Haben Steuerzahler in bestimmten Situationen höhere Kosten, können diese die Steuerlast verringern.

Es gibt jedoch zwei Arten von außergewöhnlichen Belastungen: „besondere“ und „andere“ (auch als allgemeine außergewöhnliche Belastungen bezeichnet). Die besonderen darfst Du ab dem ersten Euro bis zu einem Pauschal- oder Höchstbetrag absetzen. Damit sich die Ausgaben für andere außergewöhnliche Belastungen auf die Steuerschuld auswirken, müssen sie hingegen einen Schwellenwert, die individuelle **zumutbare Belastung**, überschreiten.

Die Informationen, wo Du die Ausgaben eintragen musst, beziehen sich auf die [Steuererklärung](#) 2022.

1. Vorbereitung

- Über das Jahr Verordnungen und Belege von Ärzten, Apothekern, Optikern, Pflegeheim etc. sammeln
- Medizinisch veranlasste Fahrten zum Arzt oder ins Krankenhaus notieren
- Kosten längerfristiger Maßnahmen (z. B. Zahnarztbehandlungen) möglichst in einem Jahr bündeln, um die zumutbare Belastungsgrenze zu überschreiten

2. Das sind besondere außergewöhnliche Belastungen

Unterscheide zunächst, in welche Kategorie Deine Aufwendungen gehören. Zu den besonderen außergewöhnlichen Belastungen gehören:

Ausbildungsfreibetrag

- Gibt es für ein volljähriges Kind, für das Du Anspruch auf Kindergeld hast,
- wenn es wegen eines Studiums oder Ausbildung auswärts wohnt (z. B. in WG, Studentenwohnheim, eigene Wohnung).
- Eintragen in: Anlage Kind, ab Zeile 61

Behinderten-Pauschbetrag

- Wer behindert ist, darf wählen: Er kann die mit der Behinderung zusammenhängenden Kosten einzeln nachweisen (als andere außergewöhnliche Belastungen) oder einen Pauschbetrag in Anspruch nehmen und muss die Kosten nicht belegen.
- Mit dem Pauschbetrag sind Deine Pflegeaufwendungen, Kosten für die Hilfe im Alltag sowie Ausgaben für einen erhöhten Wäschebedarf abgegolten.
- Pauschbeträge sind nach Grad der Behinderung (GdB) gestaffelt (ab GdB 25)
- Ab GdB 50 steht Dir ein Schwerbehindertenausweis als Nachweis zu.
- Bei einem niedrigeren GdB benötigst Du vom Versorgungsamt eine spezielle Bescheinigung, in der steht, dass Deine körperliche Beweglichkeit dauerhaft eingeschränkt ist oder eine Berufskrankheit die Behinderung verursacht hat.
- Eintragen in: Anlage Außergewöhnliche Belastungen, ab Zeile 4
- Beim Erstantrag müssen Nachweise beigelegt werden
- Steht einem Kind ein Behinderten- oder Hinterbliebenen-Pauschbetrag zu, dann können sich Eltern diesen übertragen lassen (Anlage Kind, Zeilen 68-70).

Hinterbliebenen-Pauschbetrag

- Wenn Du Anspruch auf eine Hinterbliebenenrente (z. B. von der gesetzlichen Unfallversicherung) hast
- Eintragen in: Anlage Außergewöhnliche Belastungen, Zeile 10

Pflege-Pauschbetrag

- Dieser steht Dir zu, wenn Du einen Angehörigen mit Pflegegrad 4 oder 5, mit dem Buchstaben „H“ (hilflos) oder „Bl“ (blind) im Schwerbehindertenausweis in Deinem oder dessen Haushalt unentgeltlich pflegst.
- Eintragen in: Anlage Außergewöhnliche Belastungen, Zeilen 11/12

Unterstützung bedürftiger Personen

- Sofern kein Anspruch auf Kindergeld oder Kinderfreibetrag besteht
- Sofern gesetzlich zum Unterhalt verpflichtet
- Keine Nachweise notwendig, falls Person zum Haushalt gehört
- Aber: Eigene Einkünfte und Bezüge (z. B. pauschal versteuerter Lohn aus Minijob, Lohnersatzleistungen, Eltern- und Wohngeld) der unterstützten Person oberhalb von 624 Euro werden vom Unterhaltshöchstbetrag von 10.347 Euro in 2022 (zuzüglich übernommene Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge) abgezogen.

- Übersteigt das Netto-Vermögen des Unterstützten 15.500 Euro gilt er als nicht bedürftig. Dann ist kein Steuerabzug möglich. Unschädlich ist eine selbst genutzte angemessene Immobilie.
- Eintragen in: Anlage Unterhalt

Bei Pauschalen musst Du Deine Kosten nicht einzeln nachweisen. Du beantragst diese Frei- und Pauschbeträge in der Steuererklärung. Auf Deine zumutbare Belastung kommt es bei den besonderen außergewöhnlichen Belastungen nicht an.

3. Das sind „andere außergewöhnliche Belastungen“ (allgemeine)

Absetzbar sind nur selbst getragene Kosten. Für die allgemeinen außergewöhnlichen Belastungen musst Du Deine **zumutbare Belastungsgrenze überschreiten**. Die darüber liegenden Kosten darfst Du dann unbeschränkt absetzen. Du trägst die kompletten Kosten als „andere Aufwendungen“ ab Zeile 31 der Anlage „außergewöhnliche Belastungen“ ein. Dazu zählen:

Krankheitskosten

- Arztkosten, sofern nicht von der Krankenversicherung erstattet
- Medikamente und Zuzahlungen, sofern vom Arzt verordnet
- Hilfsmittel wie Brillen, Zahnersatz, Rollstuhl etc., sofern vom Arzt verordnet
- Heilmittel wie Akupunktur und Massage, sofern vom Arzt verordnet
- Kosten für Therapien
- Selbst getragene Krankenhauskosten, z. B. im Ausland
- Fahrtkosten zum Arzt, Apotheke, Therapie, Krankenhaus
- Fahrtkosten für Besuch des Kindes/Ehepartners/Lebenspartners bei einem längeren Aufenthalt im Krankenhaus. Voraussetzung: Bescheinigung des Krankenhauses
- Für manche Heilmaßnahmen (z. B. für psychotherapeutische Behandlungen, Bade- und Heilkuren sowie Akupunktur und andere individuellen Gesundheitsleistungen) genügt dem Finanzamt ein Attest des Behandlungsarztes nicht. Du benötigst dann vor der Maßnahme ein amtsärztliches Gutachten oder eine Bescheinigung des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung.
- Ausgaben für vorbeugende Maßnahmen (z. B. Zahnreinigung) sind nicht absetzbar

Künstliche Befruchtung

Kurkosten

Pflegekosten

- Kosten der Pflege von Dir oder Lebenspartner im Pflegeheim/durch Pflegedienst, sofern Pflege krankheitsbedingt notwendig
- Kosten, die durch unentgeltliche häusliche Pflege eines Angehörigen entstehen. Statt die tatsächlichen Kosten nachzuweisen, kann der Pflege-Pauschbetrag in Anspruch genommen werden

Pflegekosten der Eltern

- Pflege aus gesundheitlichen Gründen: Kosten absetzbar als allgemeine außergewöhnliche Belastungen, wenn insgesamt oberhalb der zumutbaren Belastung
- Pflege aus Altersgründen: Kosten absetzbar als besondere außergewöhnliche Belastungen, aber eigene Einkünfte und Bezüge der Eltern werden angerechnet
- Nachweise über Kosten, Einkommen der zu pflegenden Person und Höhe der Erstattung etwa durch die Pflegekasse

Bei Behinderung zusätzlich zum Behinderten-Pauschbetrag absetzbar

- Behinderungsbedingte Kfz-Kosten
- Kosten für behindertengerechten Umbau der Wohnung und
- selbst getragene Krankheitskosten

Wiederbeschaffungskosten für Hausrat oder Kleidung nach Brand, Hochwasser etc.

Bestattungskosten – sofern diese teurer sind als der Nachlass

4. Die Steuererklärung

Kosten der „anderen“ außergewöhnlichen Belastungen zusammenrechnen

Individuelle zumutbare Belastungsgrenze ermitteln

- Online-Rechner der Finanzverwaltung hilft bei der Berechnung
https://www.finanzamt.bayern.de/Informationen/Steuerinfos/Steuerberechnung/Zumutbare_Belastung/default.php

Sofern die Kosten die Belastungsgrenze übersteigen: Kosten auf jeden Fall angeben

- Andere außergewöhnliche Belastungen trägst Du in der Anlage Außergewöhnliche Belastungen ab Zeile 31 ein
- Kosten lieber angeben statt weglassen. Im Zweifel streicht das Finanzamt sie aus der Liste

□ Belege aufheben

- Belege nicht mitschicken, nur falls das Finanzamt einen Nachweis anfordert.
- Unterlagen deshalb im Original aufbewahren, bis der Steuerbescheid bei Dir eingegangen ist.

Diese Ratgeber helfen Dir weiter:

- <https://www.finanztip.de/aussergewoehnliche-belastungen/>
- <https://www.finanztip.de/krankheitskosten/>
- <https://www.finanztip.de/steuervorteile-fuer-eltern/>
- Komfortabler erstellen kannst Du Deine [Steuererklärung](#) mit einem Steuerprogramm, das die Kosten an die richtigen Stellen in den Formularen einträgt:
<https://www.finanztip.de/steuersoftware/>

Stand: 20. Juli 2023