

Good Practice: Mobilisation

Grundlagen

Die Kompetenz eines Lehrlings, im Rahmen der Mobilisation unterschiedlicher Zielgruppen definierte Prinzipien, Techniken und Konzepte wie Kinästhetik, basale Stimulation und Mobilisationshilfen anzuwenden, ist von zentraler Bedeutung in der Pflegelehre.

Diese Fähigkeit ermöglicht es dem Lehrling, individuell angepasste Pflegeinterventionen durchzuführen, die auf die spezifischen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Patient:innen/Kund:innen abgestimmt sind.

Die Anwendung von **Kinästhetik**, die darauf abzielt, die Bewegungsressourcen der Patient:innen/Kund:innen zu aktivieren und zu fördern, unterstützt eine schonende und effektive Mobilisation.

Durch die **basale Stimulation** kann der Lehrling sensorische Reize gezielt einsetzen, um das Körperbewusstsein und die Wahrnehmung von Patienten zu fördern, insbesondere bei Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder Wahrnehmungsfähigkeit.

Der bewusste und fachgerechte Einsatz von **Mobilisationshilfen** trägt dazu bei, die körperliche Belastung sowohl für die Patient:innen/Kund:innen als auch für die Pflegekräfte zu minimieren, während gleichzeitig die Mobilität und Selbstständigkeit der Patient:innen/Kund:innen gefördert wird. Diese Kompetenz befähigt den Lehrling, sicher und patientenzentriert zu handeln, was zu einer verbesserten Lebensqualität der Patient:innen/Kund:innen und zu einem effektiven Pflegeprozess beiträgt.



Diese Ausarbeitung wurde unterstützt von: **Günther Schranz**, MAS, DGKP, Geschäftsführer und Mitglied der Geschäftsleitung, Pflegedienstleiter, Mater Salvatoris als ein Teil der courage gruppe, ein Unternehmen der Vinzenz Gruppe und Salvatorianerinnen; **Anja Prudic**, DSP, Soziale Betreuung, MAS-Trainerin, Jugendvertrauensperson, Mater Salvatoris; **Yvonne Klawacs**, DGKP, Praxisanleiterin und Validationstrainerin, Mater Salvatoris

Arbeitsblätter

Arbeitsblatt 1: Positionierungsarten

Aufgabe

Im Rahmen der Mobilisation können spezielle Positionierungen dabei helfen, einerseits das Wohlbefinden der Pflegeempfänger:innen z. B. durch verbessertes Einschlafen oder durch verbesserte Atmung erhöhen. Andererseits sind therapeutische Positionierungen z. B. im Zuge der Dekubitusprophylaxe wichtig.

Führe bitte an einer zweiten Person, welche die Rolle des Patienten/der Patientin übernimmt, folgende Positionierungsarten durch:

- Oberkörperhochlage
- halbhohe Oberkörperhochlage
- halbhohe Oberkörperhochlage
- 90°-Seitenlage
- 30°-Seitenlage
- Bauchlage
- Positionierung in 135°-Lage/Positionierung in halber Hochlage
- Herzbettlage
- Schocklage/Trendelenburg-Lage
- Beintieflage/Anti-Trendelenburg-Lage
- Beinhochlage
- stabile Seitenlage
- flache Rückenlage

Wechsle zwischendurch die Rollen, damit du dich in die Situations- und Gefühlslage des Patienten/der Patientin versetzen kannst.

Informieren dich ggf. vorab über die Möglichkeiten der Positionierung unter:
<https://www.pflege.de/pflegende-angehoerige/pflegewissen/transfer-umlagern/>

Arbeitsblatt 2: Gehtraining**Aufgabe**

Zur Erhaltung bzw. Förderung der Mobilität und zur Verringerung der Sturzgefahr ist es wichtig, Geh- und Balancefähigkeiten von Bewohner:innen zu fördern.

Führe mit einer zweiten Person, welche die Rolle des Bewohners/der Bewohnerin übernimmt, ein Gehtraining durch.

Verwende, falls vorhanden, Hilfsmittel wie einen Gehstock, Rollator oder Gehbock bei der Ausführung dieser Übung.

Reflektiere die Übung gemeinsam mit deinem Ausbilder/deiner Ausbilderin.

Arbeitsblatt 3: Beziehen eines Bettes mit Pflegeempfänger:in**Aufgabe**

Dem Bett des Pflegeempfängers/der Pflegeempfängerin wird eine hohe Bedeutung zugeschrieben, da es als wichtiger Faktor zum Wohlbefinden und Genesungsprozess beiträgt. Im pflegerischen Alltag ist es erforderlich, Pflegebetten regelmäßig zu richten bzw. die Bettwäsche zu wechseln. Je nach Mobilität des Pflegeempfängers/der Pflegeempfängerin wird das Bett durch eine oder zwei Pflegefachkräfte neu bezogen.

Übe bitte je nach Verfügbarkeit mit zwei weiteren Personen, welche die Rolle des Patienten/der Patientin bzw. der zweiten Pflegefachkraft übernehmen, das Beziehen eines Bettes. Beachte dabei Hygieneprinzipien, Materialien, Maßnahmen der Vorbereitung, Durchführung des Bettbeziehens sowie der Nachbereitung.

**Erkunde bitte bei Verfügbarkeit Spezialmatratzen mit druckverteilenden Systemen, Wechseldrucksystemen und Mikro-Stimulationssystemen.
Erkläre, in welchen Fällen diese Spezialmatratzen eingesetzt werden.**

Arbeitsblatt 4: Kinästhetik (Theorie)**Aufgabe**

Kinästhetik bezieht sich auf die Fähigkeit, die Bewegungen des Körpers bewusst wahrzunehmen und zu kontrollieren. Dieses Konzept basiert auf der Annahme, dass jeder Mensch über innere Bewegungssensoren verfügt, die es ihm ermöglichen, seine Körperposition und Bewegungen zu spüren und anzupassen.

Das Konzeptsystem der Kinästhetik basiert auf folgenden Konzepten:

- 1) Konzept Interaktion
- 2) Konzept Funktionale Anatomie
- 3) Konzept Menschliche Bewegung
- 4) Konzept Anstrengung
- 5) Konzept Menschliche Funktion
- 6) Konzept Umgebung

Erläutere zunächst die zugrundeliegende Idee und den Sinn der Kinästhetik genau. Beschreibe weiters die konkreten Konzepte der Kinästhetik und zähle damit zusammenhängende Elemente dieser Konzepte auf.

Arbeitsblatt 5: Anwendung der Kinästhetik**SIMULATION**

Führe bitte mit einer zweiten Person, welche die Rolle des Patienten/der Patientin übernimmt, folgende Übung zur Anwendung der Kinästhetik durch.

Ziel der Übung ist es, den Patienten/die Patientin in eine sitzende Position im Bett zu bringen.

- Informiere zunächst den Patienten/die Patientin über den Ablauf.
Bitte den Patienten/die Patientin, die Knie zu beugen und die Füße flach auf das Bett zu stellen.
- Platziere deine Hände unter die Schulterblätter und das Becken des Patienten/der Patientin, um ihn/sie zu unterstützen.
- Bitte den Patienten/die Patientin, sich mit Hilfe seiner/ihrer Beine nach oben zu schieben und gleichzeitig den Oberkörper anzuheben.
- Hilf dem Patienten/der Patientin, sich langsam zur Bettkante zu drehen und in eine sitzende Position zu kommen.
- Achte darauf, die natürlichen Bewegungsmuster des Patienten/der Patientin zu nutzen und passe deine Unterstützung entsprechend an.
- Reflektiere nach der Übung gemeinsam mit deinem Übungspartner/deiner Übungspartnerin sowie mit deinem Ausbilder/deiner Ausbilderin, was gut funktioniert hat und was verbessert werden könnte.

Arbeitsblatt 6: Basale Stimulation

Aufgabe

Die Basale Stimulation ist eine Methode, schwerst kommunikations- und aktivitätsbeeinträchtigte Menschen zu fördern, pflegen und zu begleiten.

Die Basale Stimulation wird in den Lebensalltag der Betroffenen integriert, um die Eigenwahrnehmung, Eigenbewegung und Kommunikation kontinuierlich zu unterstützen.

Folgende Erfahrungen sind in der Basalen Stimulation essenziell:

- Visuelle Erfahrung
- Orale und olfaktorische Erfahrung
- Vestibuläre Erfahrung
- Audiorhythmische Erfahrung
- Somatische Erfahrung
- Taktile Erfahrung
- Vibratorische Erfahrung

Gib bitte für jede Erfahrung an, wie die Stimulation der Erfahrung in der Praxis mit Patient:innen erfolgen könnte (z. B. Gegenstände ertasten bei taktiler Erfahrung). Welche Personen aus deinem Arbeitsumfeld fallen dir ein, bei denen Basale Stimulation zur Förderung angewandt werden könnte?

Arbeitsblatt 7: Spezielle basale Pflegeangebote

Aufgabe

Bei der Basalen Stimulation gibt es einige unterschiedliche Möglichkeiten und Angebote, die am Patienten/an der Patientin angewendet werden können.

Erkläre folgende spezielle basale Pflegeangebote und beschreibe, wie du diese am Patienten/an der Patientin ausführen würdest:

- Die Atemstimulierende Einreibung (ASE)
- Die Positionierung in Nestlage
- Belebende und beruhigende Waschungen
- Nachmodellieren

Arbeitsblatt 8: Bobath-Konzept**Aufgabe**

Das Bobath-Konzept ist ein bewegungstherapeutischer Ansatz, der für die Rehabilitation von Menschen mit neurologischen Störungen entwickelt wurde. Das Konzept zielt darauf ab, die Bewegungsfähigkeit und die Lebensqualität von Menschen mit neurologischen Beeinträchtigungen, wie Bewegungsstörungen, Lähmungserscheinungen oder Spastik, zu verbessern.

Erkläre die Grundprinzipien des Bobath-Konzepts.

Erkläre die Lagerung nach Bobath auf der betroffenen und auf der gesunden Seite und führe diese mit einer zweiten Person, welche die Rolle des Patienten/der Patientin übernimmt, durch.

Reflektiere die Übung gemeinsam mit deinem Ausbilder/deiner Ausbilderin.

Arbeitsblatt 9: Prophylaxen

Aufgabe

Beantworte bitte folgende Fragen zu Prophylaxen.

- 1) Welche Risiken und Ursachen fördern die Entstehung eines Dekubitus?
- 2) Welche Maßnahmen sind zur Verhinderung eines Dekubitus zu setzen?
- 3) Welche Risikofaktoren zur Entstehung einer Pneumonie gibt es?
- 4) Welche Maßnahmen sind zur Pneumonie-Prophylaxe zu setzen?
- 5) Was ist die VATI-Lagerung und das LISA-Prinzip?
- 6) Welche Faktoren begünstigen die Entstehung eines Intertrigo?
- 7) Welche Maßnahmen zur Intertrigo-Prophylaxe kennst du?
- 8) Welche Faktoren begünstigen die Entstehung der Thrombose?
- 9) Welche Maßnahmen zur Thrombose-Prophylaxe kennst du?
- 10) Welche Risiken und Ursachen zur Entstehung einer Kontraktur gibt es?
- 11) Welche Maßnahmen zur Kontrakturen-Prophylaxe kennst du?
- 12) Welche Faktoren führen zu einer erhöhten Sturzgefahr?
- 13) Durch welche Maßnahmen und Hilfsmittel kann die Sturzgefahr minimiert werden?