

Rückenschonendes Arbeiten



Ein Partner der *die Vitalen* -Gruppe

Rückenschonendes Arbeiten

■ Warum ist das Thema so wichtig?

Die tagtägliche Pflege kranker und immobiler Patienten wird häufig auf dem Rücken der Pflegenden ausgetragen. Krankenschwestern, Altenpfleger und Pflegekräfte in der häuslichen Pflege klagen häufig über Rückenschmerzen. Aufgrund der harten Arbeit ist nach Statistiken der Betriebskrankenkassen kein Berufsstand von Rückenschäden so stark betroffen wie das Pflegepersonal.

Hinzu kommt, dass viele Patienten in der häuslichen Pflege von ihren Angehörigen gepflegt werden – Angehörige, die oft genug auch schon das Rentenalter erreicht haben. Ziel der Pflegeversicherung ist jedoch die Entlastung der Angehörigen. Es kann nicht sein, dass aus Pflegenden bald selbst Pflegebedürftige werden.

■ Welche Hilfen gibt es?

Die Pflegekassen bieten oft Einführungskurse für die Pflege an. Hier kann man sich informieren, mit welchen Maßnahmen der Rücken geschützt und entlastet wird.

Grundsätzlich sollte der Rücken nie nach vorn gebeugt werden. Deshalb arbeitet man beim Beziehen des Bettes in der Hocke: Die Wirbelsäule wird nicht gebeugt.

■ Kleine Hilfen schaffen große Entlastung: das rote Programm

Mit den aus Skandinavien stammenden kleinen Hilfen des roten Programms wird die Pflege einfacher. Denn jetzt können pflegebedürftige und immobile Patienten schnell und rüchenschonend umgesetzt, umgelagert oder beim Gehen begleitet werden. Zum Umsetzen benutzt man am besten den kleinen Hebegurt. Der Hebegurt wird um die Taille des Patienten gelegt. An den Griffen kann die Pflegekraft den Patienten schmerzfrei aufnehmen, aufrichten und umsetzen.

Rückenschonendes Arbeiten



Rückenschonendes Arbeiten

Ergänzend oder alternativ kann die Pflegekraft den Gurt tragen. Jetzt kann sich der Patient leichter festhalten. Mit einer großen rutschfesten Drehscheibe wird der Transfer vom Bett zum Stuhl zusätzlich erleichtert. Um den Patienten nicht zu ängstigen, wird die Drehscheibe zunächst mit dem Fuß der Pflegekraft gestoppt und erst während des Transfers freigegeben.

Den Gurt gibt es in drei verschiedenen Größen. Er ist innen rutschsicher und sollte lediglich bei Stomapatienten nur nach Genehmigung des Arztes angewandt werden. Mit dem Gurt kann der Patient auch sicher zur Toilette begleitet werden. Sie haben den Patienten immer sicher im Griff. Voraussetzung für einen sicheren Transfer sind jedoch stabile Hausschuhe des Patienten. Besonders rückschädigend ist das Hochziehen eines im Bett heruntergerutschten Patienten. Die Wirbelsäule der Pflegekraft wird hierbei seitlich nach vorn gebeugt. Nur wenige Wirbel werden extrem durch das hochziehende Gewicht des Patienten belastet. Mit der kleinen Gleitmatte gleitet der Patient entweder selbstständig oder mit Hilfe einer Pflegekraft zurück zum Kopfende. Gefährliche Scherkräfte, die zu Dekubitalgeschwüren führen könnten, werden dabei ausgeschaltet. Und die Pflegekraft kann ohne Belastung der Band-



scheiben rückschonend arbeiten. Die kleine Gleitmatte gleicht einem verkürzten, an zwei Enden offenen Schlaf-sack und wird beim Hochziehen des Patienten unter seinen Rücken gelegt. Falls der Patient selbst nach oben gleiten kann, wird ihm zur Unterstützung eine Antirutschmatte unter die Fersen gelegt.

Für das Umlagern des Patienten eignet sich die große Gleitmatte, die als einzige Hilfe des roten Programms im Bett verbleibt. Die große Gleitmatte dient vor allem der Dekubitusprophylaxe.

Querschnittsgelähmte und Beinamputierte können mit Hilfe des kleinen Hebegurtes und der kleinen Gleitmatte leichter vom Bett in den Rollstuhl gleiten. Der Gleitvorgang ist wie beim Rutschbrett horizontal und kann von kräftigeren Patienten selbstständig und scherkrauffrei durchgeführt werden: Natürlich werden zuvor alle Hindernisse wie Fußklappen und Seitenstützen des Rollstuhls abgebaut oder weggeklappt.

Ihr Vital-Partner erläutert Ihnen gern diese und weitere Hilfen des roten Programms. Alle Hilfen sind vielseitig einsetzbar, extrem klein und vor allem rückschonend für die Pflegekraft.

Rückenschonendes Arbeiten

■ Aufrichtehilfen oder Hebelifter?

Reichen die kleinen Hilfen des roten Programms nicht aus, werden Aufrichtehilfen oder Hebelifter eingesetzt.

Aufrichtehilfen erleichtern vor allem den häufigsten und schwierigsten Transfer in der Pflege: den Transport zur Toilette. Im Unterschied zu konventionellen Gurtiliftern stören keine lästigen Gurte beim Toilettengang. Außerdem können Windeln und Vorlagen schnell und bequem gewechselt werden. Aufrichtehilfen mobilisieren zudem die Patienten, da das selbstständige Stehen geübt werden kann. Manche Aufrichtehilfen dienen außerdem als Gehhilfe.

Allerdings setzen Aufrichtehilfen voraus, dass der Patient noch sitzfähig ist und stabile Oberschenkel besitzt. Die Aufrichtehilfe wird individuell auf den Patienten eingestellt. Das Aufheben eines zu Boden gestürzten Patienten ist mit Aufrichtehilfen nicht möglich.

Moderne Hebelifter können selbst schwerstpflegebedürftige oder vollständig immobile Patienten transportieren. Dabei werden die Bandscheiben der Pflegekraft nicht

belastet. Die Lifter sind kleiner und wendiger geworden. Das Fahrgestell ist leicht spreizbar, so dass die Patienten auch von größeren Rollstühlen oder Sesseln emporgelassen werden können.

Ganz wichtig ist die sorgfältige Auswahl der Gurte: Patienten mit schmerzhaften Erkrankungen und dekubitusgefährdete Patienten sollten mit besonders stark gepolsterten Gurten transportiert werden. Gepolsterte Gurte lassen sich auch besser anlegen.

Für das Bad und den Toilettengang gibt es spezielle Gurte. Bei immobilen Patienten werden immer Gurte mit Kopfstützen verwendet.

Die Lifter sind heute alle akkubetrieben und daher leicht und erschütterungsfrei zu bedienen.

Für Schmerz- und Dekubituspatienten werden spezielle Lifter mit Vierpunktaufhängung des Gurtes an zwei Achsen angeboten. Diese Lifter erlauben einen schaukelfreien Transport und drücken weniger auf die Oberschenkel des Patienten. Der Patient kann dabei sogar in einer liegenden Position transportiert werden.



Rückenschonendes Arbeiten



■ Mobile oder stationäre Lifter?

Mobile Lifter sind zwar überall einsetzbar – werden sie jedoch nicht benötigt, verbrauchen sie vor allem in engen Wohnungen Platz. Manche Lifter lassen sich daher platzsparend neben dem Bett oder der Badewanne an der Wand befestigen.

In Skandinavien und den USA werden vor allem Deckenliftern eingesetzt. Mit Deckenliftern ist das Baden des Patienten kein Problem. Wird eine Schiebebühne montiert, so kann der Patient jeden Punkt in seiner Wohnung erreichen. Natürlich müssen bei der Montage von Deckenliftern zuvor die baulichen Voraussetzungen geprüft werden. Erkundigen Sie sich einfach bei Ihrem Vital-Partner.

ZIMMERMANN

■ Gesundheit ■ Wohlfühlen ■ Lebensqualität

Unser umfassendes Leistungsangebot

Hauptbetrieb

SanitätsHaus/WäscheModen
OrthopädieTechnik
Bahnhofstraße 12
94315 **Straubing**
Tel. 0 94 21/ 80 07-0
Fax 0 94 21/ 80 07-37

RehaTechnik/HomeCare
Äußere Passauer Str. 45 a
94315 **Straubing**
Tel. 0 94 21/ 84 48-0
Fax 0 94 21/ 84 48-33

Zweigbetriebe

- Bad Kötzing
- Bogen
- Cham
- Deggendorf
- Dingolfing
- Landau
- Mallersdorf-Pfaffenberg

www.zimmermann-vital.de
info@zimmermann-vital.de

SanitätsHaus

Alles für die Entspannung
Bequemschuhe
Medima-Wärmewäsche
Kompressionsstrümpfe
Bandagen
Maß-Mieder, Leibbinden
Fitness, Massage, Körperpflege
Wohlbefinden
Medizinische Geräte
Allergie

WäscheModen

Tagwäsche
Nachtwäsche
Mieder
Bademoden
Brustprothetik

RehaTechnik

Mobilität, Gehhilfen
Sauerstoffgeräte
Badehilfen
Toilettenhilfen
Rollstühle
Aktiv-Rollstühle
Elektro-Rollstühle, Elektro-Mobile
Pflegebetten, Lifter
Anti-Dekubitushilfen
Hilfen für die Pflege zu Hause
Sitzschalenbau

HomeCare

Inkontinenz
Wundversorgung
Künstliche Ernährung
Stomaversorgung
Tracheostomaversorgung

OrthopädieTechnik

Fußeinlagen nach Abdruck
Orthesenversorgung
Korsett- und Mieder-Fertigung
Prothesenversorgung
Orthopädie-Schuhtechnik
(in Deggendorf)

ZIMMERMANN

■ Service

Kundenparkplatz
Geschenkverpackung
Hilfe beim Verladen
Näherei im Haus
Kundenbenachrichtigung
Geschenkgutschein
komplette Abwicklung mit Krankenkassen
Maßanfertigung
individuelle Einweisung
24-Stunden technischer Notdienst
Meisterwerkstatt
kompetente Fachberatung
technische Überprüfung von Geräten
Mietservice



**QUALITÄTS-
MANAGEMENT**
Wir sind zertifiziert
Regelmäßige freiwillige
Überwachung nach ISO 9001:2000

Partner im Verbund

dieVitalen