

Herausforderung

„Bettlägerigkeit“

Dr. Angelika Zegelin

**Ich habe es sehr deutlich bemerkt,
dass ich eine andere Meinung habe,
wenn ich liege und eine andere,
wenn ich stehe.**

Georg Christoph Lichtenberg

- I. Studie „Festgenagelt sein“ - über
den Prozess des Bettlägerigwerdens
Zegelin, 2004**

- II. Praxisprojekte aus fünf Altenheimen**

Ziele der Studie: „Festgenagelt sein“

Einsicht erhalten in die Entstehung von Bettlägerigkeit

Hauptfragen:

- Was ist Bettlägerigkeit?
- Welche Ursachen für Bettlägerigkeit gibt es?
- Wie ist die Karriere des Bettlägerigwerdens?
- Gibt es Schlüsselmomente?
- Was bedeutet es bettlägerig zu sein und wie bewältigen die Betroffenen die Situation?

Schwerpunkte der Literaturrecherche

- Pflegebedürftigkeit und Bettlägerigkeit
- anthropologische Grundlagen
- Nomenklaturen, Konzepte
- Möbel „Bett“
- Rückzug ins Bett zur Schonung

Liegefolgen

- abnehmende Muskeltätigkeit
- Verschiebung der Körperflüssigkeiten/Elektrolytänderungen
- abnehmende Herzauswurfleistung
- Atemvolumina vermindert, Sekretstau
- Inaktivitätsatrophien
- Thromboseneigung
- Hautkeratose, Dekubitusgefahr
- Obstipation, abnehmende Magensekretion
- eingeschränkte Wahrnehmung
- kognitive und psychische Veränderungen

Untersuchte Gruppe

- „Feldzugang“ erfolgte über Mittelspersonen
- 32 Interviews und Beobachtungsnotizen
- 13 Männer, 19 Frauen
- Alter zwischen 61 und 98 Jahren
- 17 in der häuslichen Pflege
- 12 in Altenheimen
- 2 Krankenhaus, 1 Kurzzeitpflege

Phasenabfolge

Instabilität	Ereignis	Immobilität	Ortsfixierung	Bettlägerigkeit
--------------	----------	-------------	---------------	-----------------

Bewegung mit Stock oder Rollator

Klinik bzw. Sturz
Heimeinzug

Rollstuhl/Sessel evtl. wenige Schritte sind wichtig

Selbstständiger Wechsel nicht möglich, Selbstbestimmung ist wichtig
Schlüsselereignisse

Fünf Wirkfaktoren

Phasenabfolge Fünf „durchgängige Faktoren“

- Individualität
- Liegepathologie mit verschiedenen Einbußen
später/Zeitverlust
- Krankheitsfortschritt, medizinischer Verlauf,
Komplikationen
- Weltsicht in der Abhängigkeit (Sinnggebung,
Perspektiven, Bewältigung)
- Perspektiven der Pflegenden (Engagement,
Wissen, soziale Bindung)

Variable Einflussfaktoren I.

- Klinikaufenthalt
- Rücksichtnahme
- Hilfsmittel und Rollstühle
- Sich im Bett „einrichten“

Variable Einflussfaktoren II.

- Transfer
- Langeweile
- Sturz
- Zeittakte

Zentrale Kategorie

Allmähliche Ortsfixierung

„ich bin wie festgenagelt“

Zusammenfassung der einflussnehmenden Faktoren

Instabilität

Rücksichtnahme

Ereignis Sturz/Klinik

langes unbequemes Sitzen (wenig Hilfen)

Immobilität

zunehmender Rückzug

Ortsfixierung

Zeitverlust

IKV

Langeweile

Verlust des persönlichen Raumes

← Wohnumfeld

sich „einrichten“

Schlüsselereignisse

→ **Bettlägerigkeit**

Individualität →
Liegepathologie →
Krankheitsfortschritt →
Weltsicht →
Perspektiven der Pflegenden →

selbstbestimmter Wechsel
geschickte Transfers
geeignete Hilfsmittel/Möbel
Tagesstruktur/Beschäftigung
befriedigende Beziehung

Kein unreflektiertes Rauszerren

Sensibel hinter „die Kulissen schauen“ und sich auf „die Spurensuche“ begeben

Manchmal wird Kraft benötigt für „Wichtigeres“

Praxisprojekte

In fünf Altenheimen ab 2007,
noch laufend

Befund:
schleichende Immobilisierung

Vorgehen

- Strukturelles: Abläufe, Qualifikationen, Gespräche mit allen Verantwortlichen, Architektur, Hilfsmittel-Einsatz
- Erfassung der ortsfixierten Bewohner
- Hospitation
- Fallanalysen
Gespräch mit Bewohner, Fragebogen an Angehörige, Hausarzt, Pflegepersonal, Dokumentationsanalyse

Befunde

- Schleichende Immobilisierung häufig
- Mobilitätsstatus nicht erhoben, schlecht dokumentiert
- Fähigkeiten unterschiedlich eingeschätzt
- Transfer verschieden, kaum Bewegungskompetenz
- Pflegende fühlen sich für Mobilitätsförderung nicht zuständig
- Mangelnde Zusammenarbeit mit Physiotherapie

Hintergründe I

- **Institutionalisierung**
- **Kompetenz der Pflegeleitung**

Hintergründe II

- Verhalten entspricht den Erwartungen
- Reziprozität wichtig

Interventionsphase

- Zurückholen von Alltagsbewegung in die Pflege
- Biografisch - individualisiertes Vorgehen (Sinn, Freude!)
- Ohne zusätzlichen personellen Aufwand, konkrete Bewegungsförderung, z. B. 3-Schritte-Programm
- Vorschlagsliste, Auswahl gemeinsam

Beispiele I

- AG Mobilität
- Fallbesprechungen
- Erfassungsbogen Mobilität
- Transfer vereinheitlichen
- Mikrointerventionen
- Angehörige/Assistenten einbeziehen
- Koordination Ergo- und Physiotherapie

Beispiele II

- Gesprächskarte „Wichtigkeit von Bewegung“
- Dokumentation verbessern (Textbausteine)
- Alltagsorientierung („was können Sie hier einbringen?“)
- Hausspaziergang, Trimm-Dich-Ecke, Wandbilder
- Rituale zur Bewegungsförderung einziehen
- Beziehungen stiften
- Strukturelles (Abläufe, Speisesaal usw.)

Bewegung ...

.... Voraussetzung für

- Autonomie
- Teilhabe
- Lebensqualität
- Sicherheit

Publikationen (Auswahl)

Buch: „Festgenagelt sein - Der Prozess des
Bettlägerigwerdens“, Huber, 2005

Buch: „Heilen mit Bewegung“ von Jörg Blech,
S. Fischer- Verlag, ISBN: 3596177618

Artikel: Festgenagelt sein - Der Prozess des
Bettlägerigwerdens durch allmähliche
Ortsfixierung, Pflege, 2005, 18, 281-288

Klinikspaziergang

Die Idee:

- **Bewegungsförderung** - Patienten und Besucher sollen einen anregenden und informativen Rundgang für 45 – 60 Minuten machen können
- 14-18 Haltepunkte (Poster mit Informationen, Gedichten, Kunst usw.)
- Broschüre mit Kommentar

Beispiele: Klinikum Fürth, Klinikum Nürnberg, Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke

„Bewegung macht beweglich –
und Beweglichkeit kann manches
in Bewegung setzen“ *Paul Haschke*

Der Klinikspaziergang begründet sich auf einer Anregung von Dr. A. Abe-Zegelin zur Bewegungsförderung von Patienten, Angehörigen und Besuchern. Er wurde von einer Arbeitsgruppe in Zusammenarbeit mit CeKTB und der Medizinischen Klinik 5 als Modell entwickelt.

Impressum:

Herausgeber: Klinikum Nürnberg
Prof. Ernst-Nathan Str. 1, 90408 Nürnberg
Verantwortlich: Peter Heide
Gestaltung: Jo Meyer
Druck: Bergel, Computercut, A-0, 90470 Nürnberg
Auflage: 2.000, Juli 2007
www.klinikum-uerzburg.de

Klinikum Nürnberg

Wir sind für Sie da!

Hämatologie, Onkologie, Stammzelltransplantation,
Palliativmedizin – Medizinische Klinik 5

Chefarzt Prof. Dr. med. Martin Wilhelm

Pflegedienstleitung: Hannelore Erb



Klinikspaziergang

Liebe Klinikspaziergängerin, lieber Klinikspaziergänger,

Wer rastet, der rostet – Bewegung ist gesund und fördert Aufmerksamkeit und Wahrnehmung. Sinn und Funktion der Bewegung ist der Zugang zur Welt – mit Bewegung gestalten und erfahren wir die Welt.

Um Ihnen in der Klinik das Bewegen interessanter zu gestalten, haben wir den Klinikspaziergang entwickelt, mit vielen Haltestellen zum Verweilen und Kennen lernen von Kunst, Wissenswertem aus den Abteilungen und technischen Informationen aus der Klinik.



1. Haltestelle

Eingangsbereich Haus 12:

- Rechts neben dem Eingang: Informationstafel der Knochenmarkspende
- Konzertflügel, gestiftet vom Verein „Hilfe für Krebskranke e.V.“ Hier finden Konzerte für Patientinnen und Patienten statt
- Springbrunnen mit eingravierter Inschrift
- Nana sur le Dauphin, Niki de Saint Phalle 1994 – eine Spende
- neben der Treppe: Säule zur Erinnerung an die für den Neubau des Hauses 12 abgerissenen Ursprungsgebäude
- Infotafeln mit Hinweisen zu Konzerten, dem Projekt „Kaffee und Kuchen“ und vieles mehr
- Marmorsäulen mit eingravierten Sinnsprüchen von Rilke und 1. Kor. 13
(Kopien der Sinnsprüche liegen für Sie zum Mitnehmen aus)

2. Haltestelle

Medizinisches Versorgungszentrum mit

- Informationen zur Onkologischen Ambulanz
- Informationen zur Ultraschallabteilung, wechselnde Kunstausstellung

3. Haltestelle

Untergeschoss (über Treppe oder Fahrstuhl zu erreichen)

- Informationen zur internistischen Intensivstation
- Informationen zur Bettenzentrale

4. Haltestelle

Erster Stock (über Treppe oder Fahrstuhl zu erreichen)

- Kinderspielecke
- Informationen zur Knochenmarktransplantation

5. Haltestelle (Nur am Wochenende nach Rücksprache mit dem Pflegeteam möglich, Dauer ca. 30 Min.)

- Rundgang durch die Wechsel-Kunstaussstellung auf Station 12 I Ost

6. Haltestelle

zweiter Stock (über Treppe oder Fahrstuhl zu erreichen)

- Terrasse mit Blick auf den „Bunker“ und die Baustelle für das Theodor Schöller Haus
- Lichtspiel an der Decke



7. Haltestelle

- Informationen zur Bibliothek
- Informationen zur Musiktherapie

8. Haltestelle

dritter Stock (nur für Fußgänger über die Treppe zu erreichen)

- Bibliothek für Patienten aus Haus 12 die Bücher sind Spenden von Privatpersonen und der Stadtbibliothek Nürnberg
- Arbeitsbereich der Musiktherapie (nur in therapiefreien Zeiten zu besichtigen)



Ende Haus 12 – Übergang zu Haus 20

9. Haltestelle

Erdgeschoss von der Treppe aus rechts Verbindungsgang zu Haus 20

- Getränkeautomat
- Ermutigungstext
- Bildergalerie zu „110 Jahre Klinikum“



10. Haltestelle

rechts Sitzgruppe mit Blick auf Haus 19

- Anleitung zur Fußgymnastik

11. Haltestelle

Richtung Kiosk rechts direkt hinter dem gläsernen Eingang

- Grundstein und Schriftrolle

12. Haltestelle

links vor dem Kiosk

- Meditationsraum gestaltet vom Künstler Hubertus Heß



13. Haltestelle

Untergeschoss (nur für Fußgänger über die Treppe zu erreichen)

- Blick in den Innenhof
- Glas-Stelen „Schritt für Schritt“ der Künstlerin Christine Sabel



14. Haltestelle

(für Fußgänger auf der Treppe zu üben)

- Treppensteigen zur Stärkung der Beinmuskulatur
 - Linken Fuß auf die Stufe – rechten Fuß nachstellen
linken Fuß zurückstellen – rechten Fuß zurückstellen
(immer zwei Stufen hoch, eine zurück)
 - Eine Stufe steigen, beide Vorfüße stabil auf eine Treppstufe stellen (Fersen sind frei), Fersen langsam senken, einige Sekunden halten dann Fersen wieder heben, auf der nächsten Stufe wiederholen
 - Seitlich rechts eine Stufe steigen, das freie Bein 5 mal vor und zurückschwingen. 180° drehen, links eine Stufe steigen, das freie Bein 5 mal vor und zurückschwingen



Ein Spaziergang durch das Klinikum Fürth

Gewohntes neu entdecken: Wir laden Sie ein





www.uni-wh.de/pflege
www.stiftung-pflege.de
zegelin@uni-wh.de

Dr. Angelika Zegelin

© Private Universität Witten/Herdecke gGmbH, Institut für Pflegewissenschaft