

Infoveranstaltung für pflegende Angehörige - Unterstützung der Mobilität von Angehörigen bei der Pflege Zuhause

Der Studiengang Physiotherapie der Technischen Hochschule Rosenheim zeigte im Wohnkompetenzzentrum in Amerang verschiedenste Möglichkeiten, wie man Transfers und Bewegungsübergänge optimieren und ergonomisch durchführen kann, um pflegende Angehörige zu schulen und anzuleiten.



Ergonomischer Einsatz des Körpers

Prinzipien

Ergonomie

Tipps/Tricks

Videos



- Körperschwerpunktverlagerung durch Schrittstellung
- Arme als Hebel einsetzen
- Hebel „verlängern“ durch Laken/Handtuch
- ✓ Reduktion des Kraftaufwands
- ✓ Entlastung der Strukturen
- ✓ Besseres Sicherheitsgefühl für den Gepflegten

Abbildung: Arme als Hebel. Grafische Darstellung aus dem Vortrag „Ergonomische Anleitung für Transfers“ von Studierenden des Studiengangs Physiotherapie

Ein Ziel des Projekts DeinHaus 4.0 ist die Nutzung der Wohnkompetenzzentren als Lehr- und Lernraum. Dazu gehört unter anderem, Möglichkeiten zu schaffen, damit sich Interessierte über ein selbstbestimmtes Leben zu Hause informieren und austauschen können. So hat es uns gefreut, dass Studierende den Kreativraum in Amerang nutzten, um als Abschluss eines Praxisprojekts im Modul ‚Ergonomie‘ ihre Erkenntnisse der breiten Öffentlichkeit vorzustellen.

Im Rahmen des Studiengangs Physiotherapie erarbeiteten Studierende des 7. Semesters Konzepte und Hilfestellungen für Menschen, die ihre Angehörigen zu Hause pflegen. Der Fokus lag hierbei beim Thema Ergonomie, im Besonderen bei der Fragestellung, wie sich die Angehörigen selbst entlasten können und wie das Transferieren der betroffenen Menschen möglichst sicher und kräfteschonend bewerkstelligt werden kann. Neben einer Präsentation wurde auch mithilfe von Videos und mit Hilfsmitteln vor Ort ganz konkret demonstriert und erklärt, worauf es ankommt. Anwendungsbeispiele waren u.a. eine ergonomische Körperhaltung, die richtige Positionierung der Beine und Füße, das Transferieren aus dem Bett auf einen Stuhl, der Transfer vom Rollstuhl oder das Hinsetzen auf den

Rollator. Zum Einsatz kamen Hilfsmittel wie Drehscheibe, Rutschbrett und Gleitmatte – wobei in der Auswahl bewusst Rücksicht auf einfache und idealerweise kostengünstige Mittel genommen wurde.

„Es freut mich immer zu sehen, mit welcher Gewissenhaftigkeit und Begeisterung die Studierenden ihre Ergebnisse vorstellen. Ein direkter Bezug zur Praxis und die Möglichkeit, Anderen die Ergebnisse zur Verfügung stellen zu können, motiviert ungemein. Wie schön, dass wir das Wohnkompetenzzentrum in Amerang nutzen konnten, um Angehörige bei der Pflege zu Hause zu beraten“, so Prof. Elisabeth Wildmoser.

Im Anschluss konnten sich die Teilnehmer selbst ein Bild von den Wohnungen machen und die bereits fertiggestellten Assistenzsysteme begutachten. Sobald die letzten Einbauten abgeschlossen sind, freuen wir uns, auch weitere Interessierte durch die Wohnungen führen zu können.



*Die Studierenden des Studiengangs Physiotherapie zeigen praktische Beispiele und Hilfsmittel
Foto: Christina Koch; v.l. Sophie Klaer, Anna Brandmeier (Studierende)*

(Veranstaltung im Wohnkompetenzzentrum Amerang, 5. April 2022)