



Pflege
PRAXIS

Von A wie
Aromapflege
bis Z wie
Zehenmassage

Gabriele Schweller

Aktivierungen für Bettlägerige

35 tolle und praktische
Ideen für den »Lebensraum Bett«

schlütersche



Gabriele Schweller

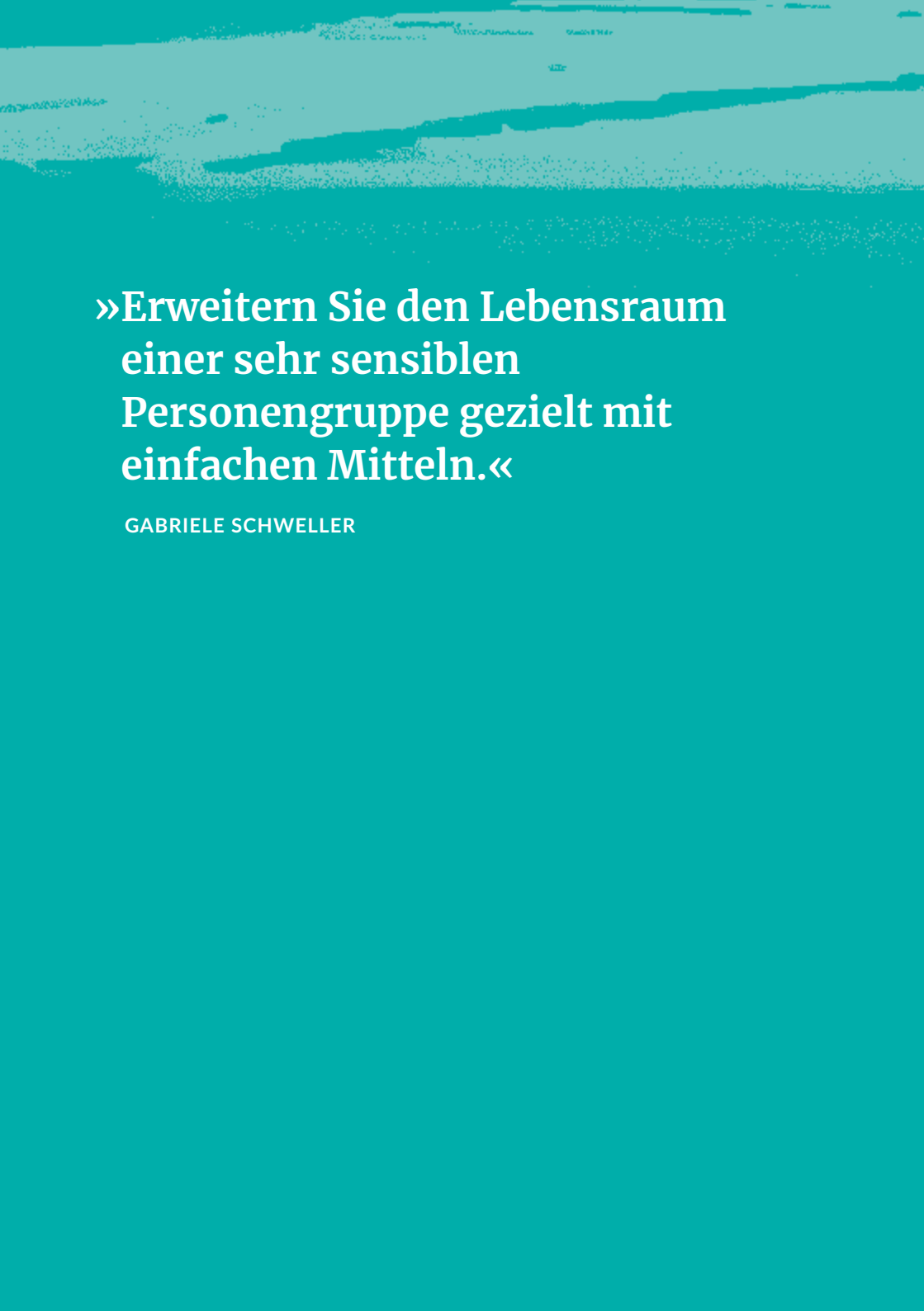
Aktivierungen für Bettlägerige

35 tolle und praktische Ideen
für den »Lebensraum Bett«

Von A wie
Aromapflege
bis Z wie
Zehenmassage

schlütersche

Gabriele Schweller arbeitet seit über 20 Jahren in der Altenhilfe – als Altenpflegerin, als QMB und Auditorin, als Praxisanleiterin und stellvertretende PDL. Schließlich studierte sie erfolgreich Pflegepädagogik. Aktuell arbeitet sie als freiberufliche Organisationsberaterin sowie als Dozentin.



**»Erweitern Sie den Lebensraum
einer sehr sensiblen
Personengruppe gezielt mit
einfachen Mitteln.«**

GABRIELE SCHWELLER



pflegebrief

– die schnelle Information zwischendurch
Anmeldung zum Newsletter unter www.pflegen-online.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-8426-0836-8 (Print)

ISBN 978-3-8426-9051-6 (PDF)

ISBN 978-3-8426-9052-3 (EPUB)

© 2020 Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG,
Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden. Alle Angaben erfolgen ohne jegliche Verpflichtung oder Garantie des Autors und des Verlages. Für Änderungen und Fehler, die trotz der sorgfältigen Überprüfung aller Angaben nicht völlig auszuschließen sind, kann keinerlei Verantwortung oder Haftung übernommen werden. Die im Folgenden verwendeten Personen- und Berufsbezeichnungen stehen immer gleichwertig für alle Geschlechter, auch wenn sie nur in einer Form benannt sind. Ein Markenzeichen kann warenrechtlich geschützt sein, ohne dass dieses besonders gekennzeichnet wurde.

Titelbild: Robert Kneschke – stock.adobe.com

Covergestaltung und Reihenlayout: Lichten, Hamburg

Inhalt

Einleitung	8
1 Grundlagen der Bettlägerigkeit	11
1.1 Immobilität	11
1.2 Bettlägerigkeit	14
1.3 Lebensraum	15
2 Umgangsformen	17
2.1 Der kleine Ausflug	17
2.1.1 Den Besuch ankündigen	18
2.1.2 Die Anrede	20
3 Körper-, Sinneswahrnehmungen und Bewegung	22
3.1 Musik hören	22
3.1.1 Musik aus der »Box«	24
3.1.2 Live-Musik	25
3.1.3 Tanzen im Bett	26
3.2 Aromapflege	29
3.2.1 Arbeit mit Duftölen	31
3.2.2 Aromapflege bei der Körperpflege	34
3.2.3 Aromapflege bei der Hautpflege	38
3.2.4 Aromapflege mit verschiedenen Materialien	39
3.3 Füße spüren und Spuren hinterlassen	42
3.4 »Ich fühle was, ...« – taktile Wahrnehmung mit den Händen	48
3.5 Kuschneln im »Nest«	53
3.6 Massagen	56
3.6.1 Handmassage in fünf Schritten	56
3.6.2 Fußmassage in zwölf Schritten	61
3.6.3 Kopfmassage in sechs Schritten	64
3.7 Kochen am Bett	67
3.8 Backen am Bett	73

3.9	Kaffeeklatsch am Bett	76
3.10	Teatime	80
3.11	Malen im Bett	86
3.11.1	Malen mit den Fingern	88
3.11.2	Malen mit Schwämmen	91
3.11.3	Malen mal anders	94
3.12	Verwöhnprogramm Haarpflege	98
3.13	Gartenarbeit im Bett	105
3.14	Fühlschnur	108
3.15	Tastdecke	111
3.16	Das Wetter genießen	112
3.17	Fernsehen	113

4 Biografiearbeit, Selbstbestimmtheit und Spiritualität 118

4.1	Biografie- und Erinnerungsarbeit – das »täglich Brot« in der Pflege	118
4.1.1	Das Berufsleben – ritualisierte Alltagsbegegnung mit viel Routine	121
4.1.2	Hobbys – ritualisierte Alltagsbegegnung mit Abwechslung	127
4.2	Imaginäres Fenster	129
4.3	Fotoalbum	130
4.4	Fantasiereise/Traumreise	132
4.5	Umgebungsgestaltung – Milieugestaltung	135
4.6	Die individuelle Schatzkiste – Erinnerungskiste/Ritualkoffer	140
4.7	Snoezelen – die besondere Art der Entspannung ...	142
4.8	Märchen: »Es war einmal ...«	146
4.9	Glaubensrituale und Spiritualität	149
4.9.1	Die Weltreligionen	151
4.9.2	Kultursensible Sterbebegleitung – religiöse Rituale	168

Schlussworte	172
Literatur	174
Bildnachweis	177
Register	178

Einleitung

Wie leitet man in ein Thema ein, das wir Pflege- und Betreuungskräfte zwar kennen und mit dem wir im Beruf täglich konfrontiert sind, uns aber in seiner Dimension dennoch oft unvorstellbar ist? Wie kann ich die sogenannte Problematik verdeutlichen und Sie als Lesende für die Sache sensibilisieren und »mitnehmen«?

Ich habe mich entschlossen, diese Fragen weniger mit »harten Fakten«, Zahlen oder wissenschaftlichen Studienergebnissen zu beantworten. Vielmehr möchte ich Sie, die Lesende dieses Buches, auf einen Ausflug und eine Reise mitnehmen: einen kleinen Ausflug zu drei Seniorinnen, die bereit waren, mir einen Einblick in ihren Lebensraum zu gewähren. Und uns dann gemeinsam auf den Weg zu machen, den »Lebensraum Bett« besser kennenzulernen. Bitte folgen Sie mir!

Beispiele

Frau Schulte, Frau Bruns und Frau Weller

»Wie geht es Ihnen? Gut! Das ist schön – ich freue mich für Sie. Wie wohnen Sie eigentlich, Frau Schulte? Aha, in einem schönen Haus mit Garten. Und Sie, Frau Bruns, wenn ich fragen darf? Sie wohnen in einer kleinen Stadtwohnung von 65 Quadratmetern mit Loggia. Prima, das hört sich nett an.

Dann wollen wir mal unsere kurzen Rundgänge durch Ihr jeweiliges Zuhause starten, ich bin schon ganz gespannt. Starten wir mit dem Haus von Ihnen, Frau Schulte: Die Einfahrt verspricht einiges – alles wirkt sehr einladend. Die Haustür ebenso ... und diese Garderobe, sehr geschmackvoll. Hier fühlt man sich sichtlich gut empfangen. Oh, und der offene Wohnbereich ist großzügig gestaltet. Diese hellen ansprechenden Farben und diese Aussicht. Bitte entschuldigen Sie, dass ich jetzt bitte unbedingt den Garten sehen möchte. Diese Aussicht zieht mich magisch an! Sie haben sich hier ja ein kleines Paradies geschaffen. Dieser Teich mit Springbrunnen und der Bachlauf. Und der Kräuter- und Gemüsegarten inmitten der herrlichen Blumenpracht. Ja, Sie wohnen hier in einem kleinen Idyll. Darf ich nun die verbleibenden Räumlichkeiten sehen? Das ist Ihr Schlafzimmer? Wunderschön. Sehr modern gehalten und doch schon seniorengerecht. Was, Sie haben einen barrierefreien begehbaren Schrank und ein barrierefreies Multifunktionsbad en suite? Da haben Sie wirklich sehr vorausschauend

gedacht. Wie viel Wohn- und Gartenfläche stehen Ihnen zur Verfügung? Aha, 120 Quadratmetern Wohnfläche und 300 Quadratmetern Garten. Eine stattliche Größe – da haben Sie viel Lebensraum zum Entfalten.

Nun freue ich mich aber auf Ihre kleine Stadtwohnung, Frau Bruns. Ach, Ihre Wohnung befindet sich im fünften Stock, und das Haus besitzt einen Aufzug. Das macht vieles leichter, das kann ich nachvollziehen. Wo ist die Tür? Ah, hier, sie ist schlicht aber hübsch mit einer jahreszeitlichen Dekoration und einem handgefertigtem Namensschild versehen. Das macht sie gleich individueller und einladend. Ja, stimmt, Ihre Garderobe ist klein, jedoch sehr stilvoll und sie hat offensichtlich mehr Stauraum als man vermutet. Was verbirgt sich hinter dieser Tür? Das Bad. Die ebenerdige Dusche haben Sie selbst einbauen lassen! Das ist prima und viel bequemer, meine Hochachtung. Der zur Verfügung stehende Raum ist wirklich perfekt genutzt. Wo geht's hier hin? Ins Schlafzimmer ... hier haben Sie ausreichend Platz für alles, oder? Und es gibt ein weiteres Zimmer, das Sie als Büro und Gästezimmer nutzen. Und nun kommt das Highlight: die Wohnküche mit Loggia. Herrlich! Ist das schön gemütlich hier. Was haben Sie einen großartigen Ausblick, da ahne ich doch direkt, welches Ihr Lieblingsplatz ist. Diese schönen Balkonblumen vor diesem Panorama. Ihr Zuhause ist wahrlich ein kleiner Luxus-Lebensraum in luftiger Höhe.

Nun muss ich Sie aber verlassen. Ich begeben mich nun auf die nächste Etappe meiner Reise durch Lebensräume. Wohin ich nun gehe? Jetzt besuche ich einen lieben Menschen in einem kleinen und beschaulichen Lebensraum. Er ist 1,9 Quadratmeter groß und die Person, Frau Weller, die sich darin befindet, ist hilfe- und pflegebedürftig und auf ›fremde‹ Personen angewiesen. Ich freue mich sehr, dass ich auf diesem Ausflug weiter begleitet werde! Meine Begleitung sagt, sie sei neugierig, da sie sich das gar nicht vorstellen könne, nur knapp 2 Quadratmeter als Lebensraum zur Verfügung zu haben ... Das konnte sich Frau Weller, die diesen minimalen Lebensraum hat, sicherlich auch nicht vorstellen. Doch nun ist es so, und sie hat nur 1,9 Quadratmeter – ihr Bett, an das sie quasi ›gefesselt‹ ist. Das Bett, das ihre ganze Privatsphäre darstellt und ihre Intimsphäre mehr schlecht als recht schützt. Es ist der Ort, der ihr Zuhause darstellt und ihr die einzige Rückzugsmöglichkeit bietet, die sie hat. Da bleibt kein Platz für eine gemütliche Einrichtung, für Entfaltungsmöglichkeiten und meistens noch nicht einmal für eine schöne Aussicht ...«

Wichtig**Voraussetzungen**

Die in die Pflege und Betreuung eingebundenen Personen müssen die Möglichkeiten haben sowie gewillt und geschult sein, diesen »Lebensraum Bett« für die Betroffenen bestmöglich zu vergrößern, zu individualisieren und zu einem lebenswerten Ort zu machen!

Daher möchte ich Sie einladen, sich mit mir gemeinsam auf die Tour zu begeben und Möglichkeiten zu schaffen, die den hilfe- und pflegebedürftigen, bettlägerigen Personen den Lebensraum vergrößern. Denn der »Lebensraum Bett« bedeutet für die Betroffenen auf kleinstem Raum zu leben – nicht selten eingegrenzt von einem »Zaun« (Bettgitter) in unmittelbarer Nähe, über dessen Sinnhaftigkeit man sicherlich unterschiedlicher Meinung sein kann. Lassen Sie uns gemeinsam schauen, wie man diesen Mini-Lebensraum abwechslungsreicher und attraktiver gestalten und somit »vergrößern« kann – zum Wohle der Betroffenen.

Ehe wir uns jedoch auf dieser Reise weiter fortbewegen, machen wir erst einmal eine kurze Rast im »Gasthaus zur Theorie«. Denn ein kleines bisschen geistige Nahrung schadet nicht. Schließlich ist es wichtig, dass wir auf unserem Ausflug dieselbe Sprache sprechen und uns so auf gemeinsame Routen und Ziele einigen. Denn was bedeuten Bettlägerigkeit und Immobilität im Grunde? Was macht den Lebensraum Bett de facto aus? Diese Fragen klären wir kurz und knapp im Folgekapitel, bevor wir uns im Anschluss daran praktisch mit 1,9 Quadratmeter Lebensraum auseinandersetzen. Ich wünsche Ihnen eine gute Fahrt!

1 Grundlagen der Bettlägerigkeit

Vorab – in der Einleitung – und im Folgenden tauch(t)en immer wieder Begriffe auf, mit denen die körperlichen Zustände, Befindlichkeiten, Umstände und die Umgebung der Betroffenen beschrieben werden:

- Immobilität
- Bettlägerigkeit
- Lebensraum

Damit wir bei der Verwendung der Begriffe annähernd die gleichen Vorstellungen und Voraussetzungen haben, möchte ich diese kurz erläutern und definieren.

1.1 Immobilität

Definition ▶ Immobilität

Der Duden definiert die Bedeutung von Immobilität* als »einen Zustand der Unbeweglichkeit«. Das Pflegiothek Fachwörterbuchbuch** sagt: »Unfähigkeit zur Bewegung«.

Fakt ist, dass sich immobile Menschen nicht durch eigene Anstrengungen körperlich bewegen und fortbewegen können – sie sind unbeweglich aus eigenem Antrieb. Die Ausprägungen variieren dabei.

* <https://www.duden.de/rechtschreibung/Immobilitaet>, abgerufen am 06.11.2019

** Fachwörter in der Pflege für die Aus- und Weiterbildung (2007). Pflegiothek, Cornelsen, Berlin.

2 Umgangsformen

2.1 Der kleine Ausflug

So, nach einigen Begriffserläuterungen können Sie mich nun weiter auf Reisen begleiten. An dieser Stelle schlage ich einen Ausflug ins »Ich« vor: Beispielhaft stellen Sie sich vor, dass ich Sie in Ihrem Zuhause besuche. Dabei gehe ich, na ja, etwas »unkonventionell« vor. Doch lassen Sie sich doch einfach mal auf meinen Besuch ein!

Beispiel

Mein Besuch bei Ihnen ...

erfolgt unangemeldet, natürlich. Er soll doch eine Überraschung sein, obwohl wir uns völlig fremd sind. Okay. Ich steige ins Auto, fahre zu Ihnen und trete, ohne mich vorher anzukündigen, in Ihr Haus / Ihre Wohnung ein. Weder habe ich angeklopft noch geläutet oder mich sonst wie bemerkbar gemacht. Ich gehe sogar noch einen Schritt weiter. Ich verfolge sie wortlos und unangekündigt bis in Ihr Badezimmer oder Schlafzimmer. Und ohne Ihre Bitte oder Zustimmung beginne ich, Sie zu berühren, nestele an Ihrer Kleidung herum und fange an, Sie komplett zu entkleiden. Schließlich wische ich Ihnen noch mit einem lauwarmen, nassen Lappen übers Gesicht.

Was Sie jetzt denken, kann ich mir absolut vorstellen. Ja, richtig. Sie sagen sich laut oder in Gedanken: »Die hat sich doch nicht mehr alle!« oder »Das ist ja eine Frechheit!«, »Spinnt die!?«etc. So, und genau diesen Gedanken behalten Sie nun. Prägen Sie ihn sich ganz fest ein!

3 Körper-, Sinneswahrnehmungen und Bewegung

3.1 Musik hören

Mögen Sie Musik? Ja?! Das geht nahezu jedem so – doch je nach Geschmack, Stimmungslage, Tagesverfassung, Tageszeit oder der aktuellen Situation bevorzugt man unterschiedliche Musik: Mal muss sie anregen, fetzen und einem förmlich »in die Beine gehen«, mal liebt man eher ruhige Musik und ab und zu lauscht man den Texten besonders intensiv. Von Klassik über Jazz bis hin zu Rock, Schlagern und vielleicht auch Techno – alles ist erlaubt. Auch hilfe- und pflegebedürftige Menschen haben ihre musikalischen Vorlieben.

Lassen Sie uns das Medium Musik nutzen, um den Betroffenen eine Freude zu machen, sie zu aktivieren und den Lebensraum Bett attraktiver zu gestalten. Denn Musik zu hören, kann etwas Experimentelles, Neues sein. Es kann ein Fest sein, Traditionen folgen, den Alltag versüßen, Erinnerungen hervorrufen, zum Träumen verleiten. Musik zu hören sollte auf jeden Fall nicht langweilig sein.



Tipp

Die Musik zur Aktivierung von Bettlägerigen muss gezielt und überlegt eingesetzt werden. Es genügt keinesfalls, einfach nur das Radio anzustellen und einen möglicherweise passenden Sender zu suchen!

eine leichte Verwirrtheit bei jeder hilfe- und pflegebedürftigen Person, je nach Erkrankung, zum Vorschein kommen. Das lässt in der Regel jedoch mit Empathie und Situationsverstehen relativ gut in eine andere Stimmungslage überleiten.

Wichtig

Es spricht immer nur eine Person mit der zu aktivierenden Person. Die Pflege-/Betreuungspersonen sprechen nicht miteinander über den Kopf der zu pflegenden Person hinweg! Ausnahmen sind Unterstützungsanforderungen.

Die Aktivierungsmaßnahme »Haarpflege« ist beendet. Beendet bedeutet, dass alle benutzten Gegenstände und Materialien aus dem Raum entfernt werden. Das Fenster wird geöffnet und der Raum für zehn Minuten gelüftet. Dabei ist die hilfe- und pflegebedürftige, bettlägerige Person je nach Außentemperatur zuzudecken und ggf. vor Kälte zu schützen.

Nach Abschluss der Aktivierungsmaßnahme wird der hilfe- und pflegebedürftige Mensch wieder in eine angenehme Position gebracht. Eine Nachsorge bzw. Nachbetreuung des hilfe- und pflegebedürftigen Menschen gilt als selbstverständlich. Entsprechend der Reaktionen wird situationsgerecht auf ihn eingegangen.

Das Ergebnis kann, wenn die hilfe- und pflegebedürftige, bettlägerige Person dies wünscht und zulässt, fotografiert werden. Dann haben Sie beide ein Erinnerungsfoto.

3.13 Gartenarbeit im Bett

Viele pflegebedürftige Personen kennen Gartenarbeit von früher. Egal, ob sie auf dem Land oder in der Stadt wohnten: Blumen einpflanzen oder umpflanzen, Balkonblumen pflanzen, Kräuter und Gemüse in Beeten ansäen und ernten war früher und ist auch heute noch ganz normal in vielen Haushalten.

Der Geruch von frischer Blumenerde kann etwas sehr Feines sein. Sie riecht nach Natur. Die darin lebende Pflanze wächst und gedeiht je nach Pflege und Fürsorge. Manch einer hat den »grünen Daumen«, andere hätten ihn gerne und wieder andere haben vielleicht auch gar nichts mit Gärtnern am Hut. Für diejenigen Pflegebedürftigen, die das jedoch mögen, kann das Gärtnern im Bett eine schöne Aktivierung sein!

Material

- Blumenerde
- Blumentöpfe, Blumenkasten
- Drainagematerial (z. B. Steine, Blähton etc.)
- Blumen oder Kräuter
- kleine Gartengeräte (z. B. Schaufel, Rechen, Gießkanne etc.)
- Kleider- und Bettschutz
- Betttisch
- Nachttisch, Beistelltisch, Stuhl
- lauwarmes Wasser
- kleine Schüssel
- Handtuch, Waschlappen

Bringen Sie das Bett auf entsprechende Höhe und positionieren Sie die hilfe- und pflegebedürftige, bettlägerige Person in Oberkörperhochlage (75–80°). Legen Sie der zu aktivierenden Person Schutzkleidung an und decken Sie das Bett großflächig mit abwischbarem Mehr- oder Einwegmaterial ab. Stellen Sie das Betttablett zur hilfe- und pflegebedürftigen Person. Drapieren Sie alle benötigten Materialien in Sichtweite und zeigen Sie dem zu aktivierenden Menschen alle Dinge. Benennen, erklären und besprechen Sie diese, geben Sie sie dem Pflegebedürftigen in die Hand zum Fühlen und Betasten. Im Idealfall benennt die zu pflegende Person alle Gegenstände und weiß, wozu was benötigt wird.

Nun beginnen Sie mit der Gartenarbeit. Eventuell haben Sie die Pflanzaktion vorab im Rahmen einer eigenständigen Kurzaktivierung mit der zu aktivierenden Person schon geplant. Dementsprechend nutzen Sie jetzt die benötigten Materialien. Seien Sie – soweit möglich – nur Unterstützer und nicht Akteur bei der Gartenarbeit. Entsprechend des Hilfe- und Unterstützungs-

bedarfes gehen Sie der hilfe- und pflegebedürftigen, bettlägerigen Person lediglich zur Hand.

Beispielsweise möchte die zu pflegende Person eine Blume in einen größeren Topf pflanzen. Dann wird neben der Pflanze ein entsprechender, größerer Blumentopf benötigt. Die betreffende Person soll alle Gegenstände, Materialien fühlen und riechen, die unterschiedlichen Konsistenzen wahrnehmen. Lassen Sie die Person mit ihren Fingern die Erde spüren. Sie soll durch die Hände und Finger gleiten. Lassen Sie sie die Pflanze spüren. Wie fühlt sich eine Blume an? Welche Farbe hat sie? Was ist es für eine Blume? Welche Erde benötigt sie, muss sie gedüngt werden? Braucht sie viel Wasser? Ist es ein Schattengewächs oder mag sie lieber die Sonne?

Es geht nicht darum, dass die zu aktivierende Person das Umpflanzen in Perfektion durchführt. Sie soll mit der Aktivierung Erinnerungen (wieder) erleben. Sie soll aus ihrem Alltag gerissen werden und eine Tätigkeit durchführen, die für sie nicht fremd ist. Es wäre sehr schön, wenn durch diese Aktion Freude erlebt und Biografisches zutage gefördert wird, das sich für weitere, andere Aktivierungen eignet.

Diese Maßnahme kann zwischen 15–45 Minuten dauern. Die zu aktivierende Person gilt es, wie immer bei derartigen Aktivierungen, gut zu beobachten und Veränderungen im Prozess wahrzunehmen. Entsprechend der Reaktionen ist die Maßnahme dann abubrechen oder weiterzuführen. Auch mit dieser Aktivierungsmaßnahme können unterschiedliche Emotionen hervorgerufen werden – Freude, Trauer, Wehmut, Ärger etc. Auf jedes Gefühl ist individuell einzugehen, denn keine Emotion wird einfach nur so gezeigt.

Die Aktivierungsmaßnahme »Gartenarbeit« ist beendet. Beendet bedeutet, dass alle benutzten Gegenstände und Materialien aus dem Raum entfernt werden. Das Fenster wird geöffnet und der Raum für zehn Minuten gelüftet. Dabei ist die hilfe- und pflegebedürftige, bettlägerige Person je nach Außentemperatur zuzudecken und ggf. vor Kälte zu schützen.

Nach Abschluss der Aktivierungsmaßnahme wird der hilfe- und pflegebedürftige Mensch wieder in eine angenehme Position gebracht. Eine Nach-

4 Biografiearbeit, Selbstbestimmtheit und Spiritualität

4.1 Biografie- und Erinnerungsarbeit – das »täglich Brot« in der Pflege

Biografiearbeit ist in der täglichen Arbeit mit alten Menschen ein fester Bestandteil und wird als wesentlicher Schlüssel zum Verständnis der Pflegebedürftigen bzw. von deren Verhalten verstanden. Biografie- und Erinnerungsarbeit bietet Anknüpfungspunkte für Pflege- und Betreuungskräfte bei hilfe- und pflegebedürftigen, bettlägerigen sowie gerontopsychiatrisch veränderten Personen. Sie werden als »Türöffner« zur Welt der zu pflegenden Menschen beschrieben.

Definition

Biografie- und Erinnerungsarbeit

Unter Biografie- und Erinnerungsarbeit versteht man die spontane oder angeleitete Verarbeitung von Lebenserinnerungen und Lebenserfahrungen, durch die eine Verbindung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft geschaffen wird.

Biografiearbeit ist eine besondere Art, sich mit hilfe- und pflegebedürftigen Menschen und deren Vergangenheit auseinanderzusetzen. Es ist eine Gesprächsform, die den Blick zurück wirft auf das, was war. Die biografische Textur einer zu pflegenden Person orientiert sich dabei nicht nur oberflächlich am Vergangenen. Vielmehr betrachtet man die gesellschaftlichen, kulturellen, ethischen, weltanschaulichen Anteile der jeweiligen Person. Bio-

Literatur

- Abderhalden C (2012): Milieugestaltung. In: Sauter D et al. (Hrsg). Lehrbuch psychiatrische Pflege. 3. Auflage, Huber Verlag, Bern.
- Achtfacher Pfad der Erkenntnis. <https://www.religionen-entdecken.de/lexikon/a/achtfacher-pfad-der-erkenntnis>, abgerufen am 27.09.2019
- Andere Länder. Islam. <https://www.kindersache.de/bereiche/wissen/andere-laender/islam>, abgerufen am 28.09.2019
- Ätherische Öle. <https://www.primaveralife.com/shop/aetherische-oele>, abgerufen am 13.06.2019
- Buddhismus. <https://klexikon.zum.de/wiki/Buddhismus>, abgerufen am 27.09.2019
- Christentum. <https://de.wikipedia.org/wiki/Christentum>, abgerufen am 27.09.2019
- Christentum. <https://klexikon.zum.de/wiki/Christentum>, abgerufen am 27.09.2019
- Das ABC der gesunden Teesorten. https://rp-online.de/leben/gesundheit/ernaehrung/das-abc-der-gesunden-teesorten__iid-8799755, abgerufen am 18.08.2019
- Delvaux de Fenffe G. Die Mizwot: Gesetze und Rituale. <https://www.planet-wissen.de/kultur/religion/judentum/pwiediemizwotgesetzeundrituale100.html>, abgerufen am 28.09.2019
- Der Hinduismus. In der Welt der 330 Millionen Götter und Gottheiten. <https://www.id-reisewelt.de/indien/allgemeine-informationen/Hinduismus/>, abgerufen am 29.09.2019
- Der Hinduismus. http://www.kidsweb.de/religionen_spezial/hinduismus/der_hinduismus.html, abgerufen am 29.09.2019
- Der Hinduismus. <https://www.helles-koepfchen.de/wissen/geschichte-und-kultur/die-grossen-weltreligionen/der-hinduismus.html>, abgerufen am 29.09.2019
- Die 10 Lebensregeln des Hinduismus und was wir daraus lernen können. <https://www.herzstueck-mag.de/die-10-lebensregeln-des-hinduismus-und-was-wir-daraus-lernen-koennen/>, abgerufen am 29.09.2019
- Die 10 Gebote und was Mohammed daraus im Koran gemacht hat ...: http://www.erich-foltny.eu/Worldview/Worldview/Dateien/Die_10_Gebote_im_Islam.pdf, abgerufen am 27.09.2019

- Entstehung des Islam. https://www.medienwerkstatt-online.de/lws_wissen/vorlagen/showcard.php?id=5746&edit=0, abgerufen am 28.09.2019
- Feiertage. <https://www.zentralratderjuden.de/judentum/feiertage/>, abgerufen am 28.09.2019
- Feste und Feiertage. <https://www.uni-due.de/esf/kinder/seiten/s00190.html>, abgerufen am 28.09.2019
- Feste und wichtige Zeiten. <https://www.religionen-entdecken.de/feste/startseite>, abgerufen am 29.09.2019
- Fräntzel E (2019): Was sind Phantasiereisen? https://www.meditationsuebung.de/phantasiereisen_info.html, abgerufen am 03.10.2019
- Fünf sittliche Gebote. <https://www.religionen-entdecken.de/lexikon/f/fuenf-sittliche-gebote>, abgerufen am 27.09.2019
- Fußmassage Anleitung - Schritt für Schritt erlernen. <https://www.wellnessheimstudium.de/klassische-massagetechniken/fussmassage-anleitung>, abgerufen am 25.08.2019
- Glück J (2006): Schulungsmaßnahme zu Betreuungsangeboten. Straubing. Grüner Tee Gesundheit. <https://www.gruenertee.com/wirkung/>, abgerufen am 23.08.2019
- Handmassage selber machen. <https://www.rundumgesund.de/lifestyle/wellness/handmassage-selber-machen-anleitung-tipps/>, abgerufen am 25.08.2019
- Hand-Massage. <https://www.weleda.de/magazin/schoenheit/hand-massage>, abgerufen am 25.08.2019
- Hinduismus. <https://de.wikipedia.org/wiki/Hinduismus>, abgerufen am 29.09.2019
- Islam. <https://de.wikipedia.org/wiki/Islam>, abgerufen am 27.09.2019
- Islamiasche Festtage. https://de.wikipedia.org/wiki/Islamische_Festtage, abgerufen am 28.09.2019
- Judentum. <https://klexikon.zum.de/wiki/Judentum>, abgerufen am 27.09.2019
- Kellers R. Regeln und Rituale des Hinduismus. <https://www1.wdr.de/dossiers/religion/hinduismus/rituale100.html>, abgerufen am 29.09.2019
- Kesselring A (1996): Einführung: Die Lebenswelt der Patienten In: Kesselring A (Hrsg.): Die Lebenswelt der Patienten, Verlag Hans Huber, Bern.

- Kopfmassage-Anleitung: Schritt für Schritt entspannt. <https://www.nivea.de/beratung/lifestyle/kopfmassage-anleitung-fuer-das-wohlfuehl-programm>, abgerufen am 25.08.2019
- Kräutertees und ihre Wirkung: Welcher Tee hilft wogegen? <https://www.wunderweib.de/kraeutertees-und-ihre-wirkung-welcher-tee-hilft-wogegen-101439.html>, abgerufen am 18.08.2019
- Mamerrow R, Schäffler A (2017): Immobilität. Verfügbar unter: <https://www.apotheken.de/krankheiten/5811-immobilitaet>, abgerufen am 20.04.2019
- NN (2017): Mach dich schlau! Was denkst du? Macht was zusammen. Aktion Schulstunde zur ARD-Themenwoche, Rundfunk Berlin-Brandenburg: 8 f.
- NN (2017): Mach dich schlau! Was denkst du? Macht was zusammen. Aktion Schulstunde zur ARD-Themenwoche, Rundfunk Berlin-Brandenburg: 18 ff.
- NN (2017): Mach dich schlau! Was denkst du? Macht was zusammen. Aktion Schulstunde zur ARD-Themenwoche, Rundfunk Berlin-Brandenburg: 14 ff
- Noachidische Gebote. <https://www.religionen-entdecken.de/lexikon/n/noachidische-gebote>, abgerufen am 27.09.2019
- Perrar KM et al. (2011): Gerontopsychiatrie für Pflegeberufe, Georg Thieme Verlag KG, Stuttgart.
- Religiöse Feiertage im Hinduismus. <https://www.hamburg.de/feiertage-hinduismus/>, abgerufen am 29.09.2019
- Religiöse Rituale/Alltagsrituale/Feste im Christentum. <https://m.dija.de/toolbox-religion/glaubenspraxis/religioese-rituale-alltagsrituale-feste/christentum/>, abgerufen am 27.09.2019
- Religiöse Rituale/Alltagsrituale/Feste im Islam. <https://www.dija.de/toolbox-religion/glaubenspraxis/religioese-rituale-alltagsrituale-feste/islam/>, abgerufen am 28.09.2019
- Rudert B: Der therapeutische Tischbesuch. http://www.bettinarudert.de/html/therapeutischer_tischbesuch_-_ttb_-_fuhlschnur_-_kiefer-rudert-mi.html, abgerufen am 17.08.2019
- Schmidt M (o. A.): Zeremonien und Rituale für Buddhisten in Deutschland in der Theravāda-Tradition; Hrsg: Theravāda AG der DBU.
- Schweller G (2014): Multikulturelle Begegnung, Schulungsunterlagen für das Sterbebegleitungsseminar für Betreuungs- und Pflegekräfte.

- Snoezelen in einem Snoezel-Wasserbett. <https://www.wasserbettxl.de/blog/snoezelen-einem-snoezel-wasserbett/>, abgerufen am 22.08.2019
- Toupet T. Du hast die Haare schön. <https://www.golyr.de/tim-toupet/song-text-du-hast-die-haare-schoen-477004.html>, abgerufen am 25.08.2019
- Uposatha. <https://de.wikipedia.org/wiki/Uposatha>, abgerufen am 28.09.2019
- Watzlawick P, Beavin JH, Jackson DD (2007): Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien, Huber Verlag, Bern: 53–70.
- Weißer Tee: unschuldig, blütenzart und traditionsreich. <https://tee-kaffee-shop.com/weisser-tee-wirkung/>, abgerufen am 23.08.2019
- Wippich M (2006): Snoezelen – Sinnesanregung mit therapeutischer Wirkung, München, GRIN Verlag, <https://www.hausarbeiten.de/document/110983>, abgerufen am 03.10.2019
- Zegelin A (2013): Festgenagelt sein. Der Prozess des Bettlägerigwerdens. Hogrefe AG, Bern.
- Zehn Gebote im Judentum. <https://www.religionen-entdecken.de/lexikon/z/zehn-gebote-im-judentum>, abgerufen am 27.09.2019

Bildnachweis

Abb. 1: daffodilred – Fotolia.com

Abb. 2 bis Abb. 6: Gabriele Schweller

Abb. 7: barneyboogles – Fotolia.com

Register

- Anrede 20
- Aromapflege 29, 32, 34, 38, 39
- Atmosphäre 145

- Backen 73
- Berufe 122
- Berufsleben 121
- Besuch 18
 - ankündigen, 5 Schritte 18
- Bettlägerigkeit 11, 13, 14
- Bewegung 22
- Biografiearbeit 118, 120
- Buddhismus 161, 170

- Christentum 151, 168

- Daten
 - biografische 120
- Dauer
 - der Aktivierung 23
- Duft 31, 32
- Duftmischung 31, 32
- Duftöle 31
- Duzen 20

- Eltern-Ich-Ebene 21
- Entspannung 142
- Erinnerungsarbeit 118
- Erinnerungskiste 140

- Fantasiereise 132
- Fenster
 - imaginäres 129
- Fernsehen 113
- Fingermassage 58
- Fotoalbum 130
- Fühlschnur 108
- Füße 42
- Fußmassage 61

- Gartenarbeit 105
- Geruchssinn 33
- Glaubensrituale 149

- Haarewaschen 102
- Haarpflege 98
- Haltung 16
- Hände 48
- Handmassage 56
- Hautpflege 38
- Hinduismus 164, 171
- Hobbys 127

- Immobilität 11
 - fünf Phasen 12
- Immobilitätssyndrom 14
- Instabilität 12
- Islam 158, 169

- Judentum 154, 169

- Kaffeeklatsch 76
- Kind-Ich-Ebene 21
- Kochen 67, 69, 70
- Kognition 45
- Kopfmassage 64
- Körperreinigung 36
- Körperpflege 34
- Körperwahrnehmung 22
- Krankenbeobachtung 28
- Kuscheln 53

- Lebensraum 11, 15
- Live-Musik 25

- Malen 86, 88, 91, 94
- Märchen 146, 148
- Massagen 56
- Milieugestaltung 135
- Musik 22, 24

- Öle
 - ätherische 31
- Öl-Peeling 57
- Ortsfixierung 13

- Raumbeduftung 32
- Reizarmut 48
- Ritualkoffer 140

- Schatzkiste 140
- Selbstbestimmtheit 118
- Sinnesanregung 42
- Sinneswahrnehmung 22
- Snoozelen 142
- Spiegelbild 67
- Spiritualität 118, 149
- Sterbebegleitung 168, 169, 170, 171
 - kultursensible 168
- Stimmung 138

- Tanzen 26
- Tastdecke 111
- Tastschachtel 49, 51
- Teatime 80
- Teesorten 82
- Tod 168, 169, 170, 171
- Traumreise 132, 133

- Umgebungsgestaltung 135

- Wahrnehmung 45
 - taktile 48
- Weltreligionen 151
- Wetter 112
- Wohnraumanpassung 138

- Zimmerfarben 138

Für mehr Ruhe und Konzentration



Birgit Henze

Aktivieren mit Handgymnastik

Fingerspiele für Menschen mit und ohne Demenz



Je 48 Seiten,
Spiralbindung

Band 1:
978-3-89993-361-1
Band 2:
978-3-89993-362-8
Band 3:
978-3-89993-377-2

Je € 19,95

Auch als E-Book
erhältlich

- Einfach und schnell umzusetzen
- Kognitives Training einmal anders
- Praktisch in der täglichen Betreuung
- Handliches DIN A5-Format mit Spiralbindung und abwaschbarem Umschlag

»Mit diesen Übungen werden mehr als nur die Hände bewegt.«

Birgit Henze

Änderungen vorbehalten.



Zuwendung und Aufmerksamkeit = Lebensqualität

Pflegebedürftige, bettlägerige Menschen gehören zu einer sehr sensiblen Personengruppe. Ihre Lebensqualität ist so sehr eingeschränkt, dass das Bett zu ihrem Lebensraum wird. Diesen gilt es zu erweitern und die Betroffenen bedürfnisgerecht zu aktivieren.

Dieses Buch bietet 35 effektive, einfache und abwechslungsreiche Aktivierungsideen, die individuell und wertschätzend eingesetzt werden können.

Das klappt auch, wenn Personal und Zeit knapp sind! Entdecken Sie die Vielfalt der Aktivierungen und erweitern Sie den »Lebensraum Bett«!

schlütersche
macht Pflege leichter

Die Autorin

Gabriele Schweller arbeitet seit über 20 Jahren in der Altenhilfe – als Altenpflegerin, als QMB und Auditorin, als Praxisanleiterin und PDL. Schließlich studierte sie erfolgreich Pflegepädagogik, arbeitet seitdem als freiberufliche Organisationberaterin und Dozentin und gibt ihr umfangreiches Wissen so weiter.

ISBN 978-3-8426-0836-8

