



Lebensqualität durch Mobilität

Ein Blick in das Projekt „Bettlägerigkeit“ in den Alten- und Pflegeheimen in Steyr

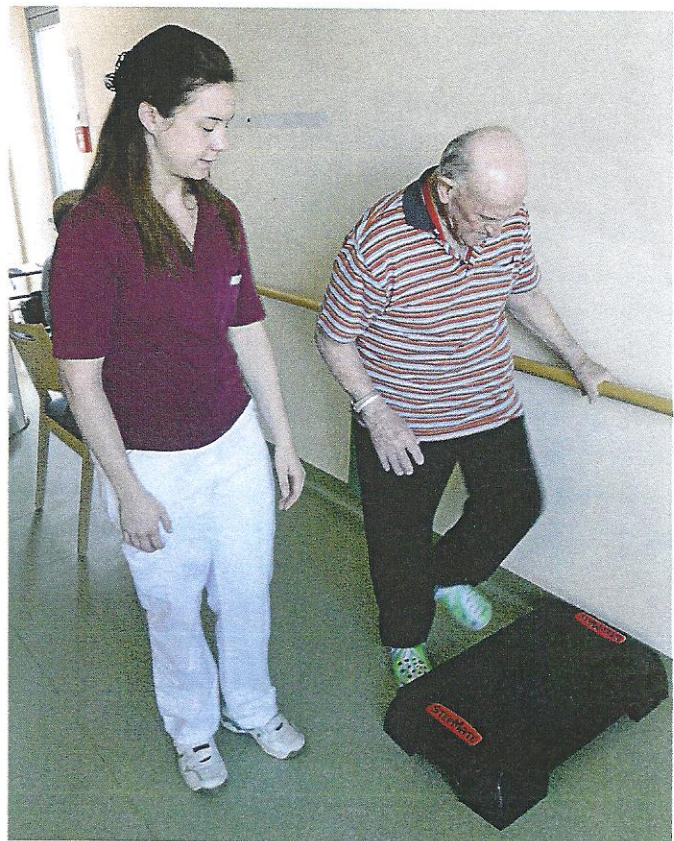
Es ist ein zentrales Grundbedürfnis jedes Menschen, sich zu bewegen. Mobil zu sein ermöglicht Menschen, mit ihrer Umwelt in Kontakt zu bleiben und am Alltagsgeschehen teilzunehmen. Die Mobilität älterer und pflegebedürftiger Menschen zu erhalten, zu verbessern oder beispielsweise nach einem Sturz wiederzugewinnen heißt, Gesundheitsförderung im umfassenden Sinne zu betreiben, denn der Verlust der Mobilität hat schwerwiegende Folgen für die Lebensgestaltung und in weiterer Folge für die Lebensqualität. Um Bewegungs- und Funktionseinschränkungen zu vermeiden, ist die genaue Anamnese bezüglich Biographie, Schmerz, Sturzrisiko und benötigter Hilfsmittel unablässig sowie die interdisziplinäre Zusammenarbeit der verschiedenen Berufsgruppen.

Durch den normalen Alterungsprozess, Erkrankungen oder Verletzungen und Bewegungsmangel verliert der betagte Mensch seine Fähigkeit, sich selbständig zu bewegen. Er ist zunehmend auf Fremdhilfe angewiesen, um einen Ortswechsel durchzuführen. Dieser als Ortsfixierung bezeichnete Zustand endet sehr häufig in einem völligen Immobilitätszustand, so dass der betroffene Mensch die meiste Zeit des Tages und der Nacht im Bett liegend verbringt (Zegelin, 2010). In unserem Projekt gingen wir davon aus, dass durch eine gezielte Mobilitätsförderung dem Prozess der Immobilität entgegengewirkt werden und die Anzahl bettlägeriger BewohnerInnen niedrig gehalten werden kann.

PhysiotherapeutInnen, Pflegepersonal, ÄrztInnen und Angehörige sind an einem speziell entwickelten Mobilisationskonzept beteiligt. Angelehnt an die Studie „Bettlägerigkeit“ der Pflegewissenschaftlerin Angelika Zegelin wurde in den drei Alten- und Pflegeheimen in Steyr von 360 BewohnerInnen eine Erhebung durchgeführt. Es wurde der Grad der Bettlägerigkeit sowie die zugrundeliegenden Ursachen bestimmt. In weiterer Folge plante das Projektteam individuell abgestimmte Programme für die vom Immobilitätsprozess betroffenen BewohnerInnen. Dazu gehörten Maßnahmen der Physiotherapie,

der Pflege und des Beschäftigungsangebotes.

Die PhysiotherapeutInnen der Alten- und Pflegeheimen Steyr besuchen mindestens halbjährlich alle HeimbewohnerInnen, um deren aktuellen Mobilitätszustand und Bedürfnisse einzuschätzen. Die Ergebnisse dieser Erhebung dienen der gezielten Therapieplanung für Einzel- und Gruppentherapien. Je nach Schweregrad und Ursache der Immobilität erfolgt eine Behandlung der spezifischen Probleme mit den Inhalten Kraft-, Gleichgewichts- und Ausdauertraining, Gangschulung, Transfertraining, Rollstuhltraining etc. Dadurch wird die Selbstständigkeit der BewohnerInnen erhalten und der Immobilisierung entgegengewirkt.



Ist bei einem Bewohner der Zustand der Ortsfixierung bereits eingetreten, werden gemeinsam mit dem Pflegepersonal oder auch mit den Angehörigen geeignete Transfermethoden erarbeitet. So

wird der Gefahr der völligen Bettlägerigkeit optimal entgegengewirkt.

Um die Mobilisation für die BewohnerInnen so angenehm und effizient wie möglich zu machen werden im Vorfeld schmerzlindernde Maßnahmen aus der Aromapflege wie Einreibungen, Streichungen und warme oder kühlende Auflagen angewendet. Wenn sich Anwendungen als wirkungsvoll für eine/n BewohnerIn erweisen, werden diese regelmäßig durchgeführt.



Um die Motivation zur Bewegung zu erhalten, werden im Rahmen der Beschäftigungsarbeit vielfältigste Angebote durchgeführt. Die BewohnerInnen nehmen an diesen Angeboten je nach persönlichen Vorlieben teil. Bei BewohnerInnen, die beispielsweise aufgrund einer bestehenden Demenz die Fähigkeit zur Selbstentscheidung verloren haben, werden Angebote unter Einbezug der biographischen Erhebungen ausgewählt. Auch bereits ortsfixierten oder bettlägerigen Menschen wird die Teilnahme an den Angeboten ermöglicht. Die Teilnahme am sozialen Leben bedeutet auch für Menschen mit schweren Beeinträchtigungen einen Gewinn an Lebensqualität.

Im Zeitraum vom August 2012 bis März 2014 wurden 4 Erhebungen im Abstand von einem halben Jahr durchgeführt. Zum Zeitpunkt der ersten Erhebung waren 27,3 % der BewohnerInnen bettlägerig (alle 3 Schweregrade der Bettlägerigkeit). Die Evaluierung im März 2014 ergab ein Ergebnis von 24,8% bettlägerigen BewohnerInnen.



Eine in 12 österreichischen Einrichtungen durchgeführte Querschnitterhebung von 3054 TeilnehmerInnen erbrachte erstmals Zahlen zur Häufigkeit von Immobilität in der österreichischen Altenpflege. Das Ergebnis dieser Erhebung erbrachte einen Anteil von 49,8% bettlägerigen BewohnerInnen.

Mögliche Gründe für die unterschiedlichen Werte könnte die Tatsache sein, dass in den Alten- und Pflegeheimen in Steyr die Mobilisation als eine Kernaufgabe sowohl aus pflegerischer als auch aus physiotherapeutischer Sicht betrachtet wird. Durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit der Experten wird eine Qualitätssicherung in der Betreuung und Pflege der BewohnerInnen ermöglicht, die in weiterer Folge eine Auswirkung auf die Lebensqualität der pflegebedürftigen Menschen zeigt.

Quellennachweis: Zegelin Angelika (2013) "Festgenagelt sein", der Prozess des Bettlägerigwerdens

Verfasserinnen des Artikels: Christa Wildling: DKGS und Wohnbereichsleiterin im APM, Spezialistin für Aromapflege; Sylvia Kaschper: DKGS und Wohnbereichsleiterin im APM; Martina Fröhlich: Physiotherapeutin im APM

