

Ostalb-Klinikum

Kurs lehrt Pflege ohne Kraftaufwand

AALen - Die Barmer und das Ostalb-Klinikum bieten im Bildungszentrum der Klinik Kinaesthetics-Kurse an. Diese Bewegungsunterstützung gehört zu den bewährten Möglichkeiten, sowohl pflegenden Angehörigen als auch Pflegebedürftigen den Alltag zu erleichtern.

Von unserem Mitarbeiter
Herbert Kullmann

Pflegende Angehörige stünden viel zu sehr im Windschatten der öffentlichen Aufmerksamkeit, gibt Pflegedirektor Günter Schneider zu bedenken. Seine Sorge gilt all denjenigen, die zu Hause einen zu pflegenden Angehörigen haben. Irmgard Theissen und Karin Schröfel können davon ein Lied singen. Sie haben zu pflegende Angehörige und wissen, wie schwer es sein kann, bettlägerige Menschen zu mobilisieren. „Ich wusste, dass es praktikable Techniken gibt, um den eigenen Rücken zu schonen oder um mit wenig Kraftaufwand viel zu erreichen“, erzählt Karin Schröfel.

Bei den Kursen mit Kinaesthetics-Trainer Bernhard Amma geht es darum, behinderte oder pflegebedürftige Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, ohne Hilfsmittel zu bewegen, Unerfahrene kämpfen dabei in aller Regel nach kurzer Zeit mit Rücken- und Bandscheibenbeschwerden. Deshalb schwebt Barmer Geschäftsführer Andreas Bellmann mit diesen Kursen ein nachhaltiger Gesundheitsschutz für pflegende Angehörige vor.



Kinaesthetics-Trainer Bernhard Amma zeigt in den Grundkursen Kinaesthetics, wie immobile Menschen bewegt werden können, ohne den eigenen Rücken zu plagen.
Foto: Kullmann

Theissen lobt den Kurs: „Wir haben gelernt, unsere eigene Bewegung mit der Mobilität des Pflegebedürftigen so zu koordinieren, dass die Pflege möglichst ohne belastendes Heben und Tragen möglich ist. Das erleichtert die Pflege ungemein.“ Nach kinaesthetischen Regeln hebt der Pflegenden den Patienten nicht mehr, sondern hilft ihm nur noch bei der Bewegung. Dadurch werden die körperliche Belastung und das Verletzungsrisiko deutlich verringert. Das Wissen um Kinaesthetics soll dem Pflegebedürftigen zugleich zeigen, wie er selbst seine Pflege unterstützen, die eigene Mobilität fördern und verbessern kann. Dies sei ein wichtiger Aspekt, um Pflegebedürftigen zu neuem Selbstbewusstsein zu verhelfen und gleichzeitig die Lebensqualität zu verbessern, betont Schneider.

i Infos zu den Kursen gibt es beim Bildungszentrum Gesundheit- und Pflege des Ostalb-Klinikums (07361) 553761.