

Transfer vom Bett in den Stuhl

1. Lesen Sie diesen Text drei bis vier Mal (halb)laut im Team. Achten Sie während der Wiederholungen auf Genauigkeit, angemessene Geschwindigkeit und sinnvolle Betonung.

Immer gilt: Ich hole bei größeren (körperlichen) Hilfeleistungen eine zweite Person, eine erfahrene Pflegekraft dazu. Gerade als Berufsanfängerin oder Berufsanfänger darf ich diese Aufgaben nicht alleine ausführen.

Richtige Ausgangsstellung

Ich achte gleich zu Beginn darauf, den Rücken der zu pflegenden Person möglichst gerade zu halten, aber ohne die Person zu überfordern.



Hebelkraft nutzen

Ich gehe in die Hocke und stelle meine Knie direkt vor die Knie der zu pflegenden Person. Dadurch kann die Hebelkraft optimal ausgenutzt werden.



Körper zum Stuhl drehen

Am besten vorher anzählen: „eins, zwei, drei – und aufstehen!“. Dann kann die zu Pflegende besser mitmachen.

Aus sicherem Stand heraus den Körper drehen. Zur Drehung mit dem linken Fuß zur Seite gehen.



In den Sitz gleiten lassen

Die pflegebedürftige Person langsam auf den Stuhl oder Sessel niedersetzen.

Dabei leicht in die Hocke gehen.

Die Arme lösen.



2. Stellen Sie sich vor, Sie helfen einer zu pflegenden Person vom Bett in den Stuhl. Was sagen Sie zu dieser Person, damit sie dabei mithelfen kann?