

# Bewegung in der Pflege

1. Lesen Sie zuerst die Überschrift und schauen Sie sich dann die Nummerierung und die hervorgehobenen Worte im Text an. Was ist das Thema des Textes? Stellen Sie Vermutungen an.

Viele Senioren sind in ihrer **Bewegungsfähigkeit** eingeschränkt. Manchen Senioren fällt das Heben und Tragen schwer, bei anderen älteren Menschen ist das Gehtempo stark verlangsamt oder das Sehvermögen vermindert. Bei längerer Krankheit oder hohem Alter fehlt einigen zu Pflegenden die Kraft oder die Beweglichkeit, um aus dem Bett aufzustehen.

In der Pflege werden drei Bereiche unterschieden, bei denen die Pflegekraft hilft:

1. Unter **Mobilisation** versteht man alle Maßnahmen zur Aktivierung von Pflegebedürftigen. Das können zum Beispiel Bewegungs- oder Gehübungen sein.
2. Unter **Transfer** versteht man die Bewegung des Bewohners vom Bett in den Rollstuhl: Begleitet eine Pflegerin eine Seniorin im Rollstuhl zu einer Ärztin, spricht man von Begleitung.



3. Unter **Positionierung** versteht man, einem Bewohner zu helfen, eine bestimmte Körperhaltung einzunehmen, um Folgeerkrankungen zu vermeiden. Für Menschen, die sich nur wenig bewegen können, wird das Liegen über einen längeren Zeitraum so erträglicher. Um einem Druckgeschwür (Dekubitus) vorzubeugen, sollten Bettlägrige in regelmäßigen Abständen umpositioniert, ihre Haut gut beobachtet und gepflegt werden.



Es gibt sehr verschiedene Möglichkeiten für **Mobilisation**, **Transfer** und **Positionierung**. Hier können viele Handgriffe und Verfahren von den Kollegen abgeschaut und gelernt werden.

2. Lesen Sie den Text wiederholt, halblaut gemeinsam zu zweit, bis Sie ihn fließend und sinnvoll betont lesen können.
3. Formulieren Sie Fragen an den Text, die mit *richtig* oder *falsch* beantwortet werden müssen. Geben Sie die Fragen zur Beantwortung anschließend an eine andere Person weiter. Kontrollieren Sie die Antworten.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---


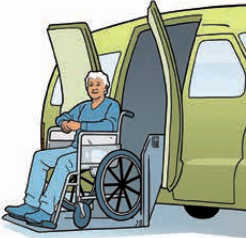
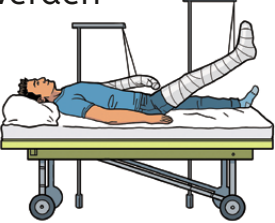
---

---

---

4. Ordnen Sie die drei Fachbegriffe richtig zu. Überprüfen Sie Ihr Ergebnis, indem Sie den gesamten Text „Bewegung in der Pflege“ nochmals genau lesen.

<b>Transfer</b> transferieren	<b>Mobilisation</b> mobilisieren	<b>Positionierung</b> positionieren
----------------------------------	-------------------------------------	--

Art der Bewegung	Fachbegriffe	Definition
sich bewegen 		jemanden aktivieren, sich selbst zu bewegen
bewegt werden 		jemanden von einer Stelle zu einer anderen bewegen
nicht bewegen können bewegt werden 		jemandem helfen, eine bestimmte Körperposition einzunehmen