

Claudia Keller • Karin Schels

So gelingt Pflege zu Hause

Ein Ratgeber für pflegende Angehörige



Mit 26 Zeichnungen und 29 Tabellen

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

Claudia Keller, Freising, Dipl. Pflegewirtin (FH) und Gesundheits- und Krankenschwester, ist als Auditorin und Dozentin im Gesundheitswesen tätig.

Karin Schels, München, ist Lehrerin für Pflegeberufe, Betriebswirtin im Sozial- und Gesundheitswesen und Personalreferentin.

Hinweis: Soweit in diesem Werk eine Dosierung, Applikation oder Behandlungsweise erwähnt wird, darf der Leser zwar darauf vertrauen, dass die Autoren große Sorgfalt darauf verwandt haben, dass diese Angabe dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes entspricht. Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen oder sonstige Behandlungsempfehlungen kann vom Verlag jedoch keine Gewähr übernommen werden. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnungen nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

ISBN 978-3-497-02387-5 (Print)

ISBN 978-3-497-60134-9 (E-Book)

© 2013 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in Germany

Lektorat/Redaktion im Auftrag des Ernst Reinhardt Verlags: Cornelia Fichtl, München

Zeichnungen im Innenteil: Florian Huber, Thalhausen

Covermotiv: © tina7si / Fotolia.com

Satz: FELSBURG Satz & Layout, Göttingen

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Einleitung	9
1 Unterstützungsmöglichkeiten	11
1.1 Die Pflegeversicherung	12
1.2 Antragstellung und Feststellung der Pflegebedürftigkeit	13
1.3 Leistungen der Pflegeversicherung.	15
1.4 Pflegezeit – Pflege von Angehörigen bei Berufstätigkeit ermöglichen	17
1.5 Hilfsmittel, Pflegehilfsmittel und Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen	18
1.6 Ambulante und teilstationäre Hilfen	20
2 Welche grundsätzlichen Regelungen und rechtlichen Aspekte sind zu berücksichtigen?	26
2.1 Vorsorgevollmacht.	26
2.2 Betreuungsverfügung	27
2.3 Patientenverfügung	28
3 Wohnlichkeit und Pflege verbinden	29
3.1 Einen Raum als Pflegezimmer wählen und sinnvoll einrichten	29
3.2 Ein Pflegebett bietet viele Möglichkeiten	33
3.3 Das Pflegezimmer freundlich und gesundheitsfördernd gestalten	37
4 Welche Bewegungs- und Mobilisationstechniken können wir anwenden?	39
4.1 Bewegungen erleichtern.	39
4.2 Bewegungsspielräume im Bett – Lageveränderungen im Liegen	47

4.3	Bewegungsspielräume im Bett – Mobilisation im Sitzen . . .	61
4.4	Bewegungsspielräume erweitern – Mobilisation aus dem Bett	67
4.5	Mobilisation außerhalb des Bettes	72
5	Welche Körpersignale sollten wir beobachten? . . .	80
5.1	Nonverbale Kommunikation	80
5.2	Vitalfunktionen – unsere lebenswichtigen Körperfunktionen	82
5.3	Ausscheidungen	88
6	Worauf müssen wir bei der Ernährung achten? . . .	91
6.1	Ausgewogene Kost beugt Mangelernährung vor	91
6.2	Gefahr erkannt – Gefahr gebannt: dem Verschlucken (Aspiration) vorbeugen	96
6.3	Prinzipien beim Essen anreichen	98
7	Worauf sollten wir bei der Körperpflege achten? . .	100
7.1	Prinzipien bei der Körperpflege	100
7.2	Die Körperpflege durchführen	106
7.3	An- und Auskleiden bei Einschränkungen der Beweglichkeit	130
8	Vorbeugen ist besser als Heilen – Wie können wir Folgeerkrankungen vermeiden? . .	138
8.1	Dem Wundliegen (Dekubitus) vorbeugen	138
8.2	Dem Wundreiben zwischen Hautfalten (Intertrigo) vorbeugen	150
8.3	Einer Lungenentzündung (Pneumonie) vorbeugen	151
8.4	Gelenkversteifungen (Kontrakturen) vorbeugen	158
8.5	Munderkrankungen vorbeugen	161
8.6	Blutgerinnseln (Thrombosen) vorbeugen	162
8.7	Vereinsamung und sozialem Rückzug vorbeugen	165

9	Worauf ist bei Medikamenten zu achten?	169
9.1	Aufbewahrung von Medikamenten	169
9.2	Verabreichen von Medikamenten	170
9.3	Medikamente und Lebensmittel	173
10	Unterstützende Wärme- und Kälteanwendungen . .	175
10.1	Wärme	175
10.2	Kälte	176
10.3	Kälte- und Wärmeanwendungen und Schmerz	179
11	Wenn der große Abschied naht – Begleitung auf dem letzten Weg	180
11.1	Sterben ist ein Teil des Lebens	180
11.2	Der nahe Tod	181
11.3	Notwendige Formalitäten	183
11.4	Die Versorgung des Verstorbenen	183
11.5	Ich bleibe zurück – Wo kann ich hin mit meiner Trauer?	184
12	Wie kann ich als pflegende Angehörige Kraft schöpfen?	187
12.1	Zeit für mich – Kraft tanken, um Kraft geben zu können .	187
12.2	Meine Ansprüche überprüfen – gut ist gut genug	189
12.3	Erfahrungen teilen – Verbündete suchen	190
	Literatur	192
	Hilfreiche Internetadressen	194
	Sachregister	197