

GESUNDHEIT, WELLNESS, PFLEGE & BETREUUNG



5 Tipps fürs Waschen von Pflegebedürftigen

Sowohl die individuellen Ansprüche. Jeden Tag den ganzen Körper des pflegebedürftigen Angehörigen waschen oder abduschen? Aus hygienischer Sicht ist das kein Muss. Eine tägliche Reinigung von Gesicht und Intimbereich können ausreichen, wie es vom Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) heißt.

Wenn Angehörige diese Aufgabe übernehmen - was ist dann wichtig? «Neben Einfühlungsvermögen, Verständnis und Geduld braucht es dafür insbesondere Wissen über grundlegende Fragen von Hautgesundheit und -pflege sowie das richtige Vorgehen», fasst Daniela Sulmann zusammen. Sie ist Pflegeexpertin und Geschäftsleiterin im Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP).

Auf diese fünf Dinge können Angehörige dabei achten:

1. Selbstbestimmung ermöglichen

Wie möchte ich gewaschen werden, mit welchen Hilfsmitteln und mit welchen Pflegeprodukten? Diese Entscheidungen sollten bei der pflegebedürftigen Person

liegen, Druck und Zwang sind tabu. Den Pflegeexperten zufolge ist es sinnvoll, Zeitpunkt und Vorgehen bei der Körperpflege vorab zu besprechen. Die Person möchte sich selbst waschen? Pflegenden Angehörige sollten versuchen, das möglich zu machen - auch wenn das vielleicht deutlich länger dauert.

2. Stress herausnehmen

Niemand fühlt sich wohl, wenn es im Badezimmer eiskalt ist oder zieht. Gute Vorbereitung, wie das Aufdrehen der Heizung, kann daher Stress herausnehmen. Dazu gehört auch, vorab einen Toiletengang einzuplanen. Bei der Körperpflege selbst rät das ZQP dazu, nur Körperteile zu entkleiden, die in dem Moment auch gereinigt werden. Der Rest des Körpers bleibt angezogen oder wird mit einem Badetuch abgedeckt. Denn für viele Pflegebedürftige ist Scham in so einer Situation ein großes Thema.

3. Hygieneregeln beachten

Das fängt bei Reihenfolge an, die nicht nur für das Waschen, sondern auch für das Eincremen



Verständnis und Geduld: Wer einen pflegebedürftigen Menschen wäscht, sollte beides mitbringen.
Magdalena Rodziewicz

gilt: Erst sind Gesicht, Ohren, Hals und Brust dran, dann Arme, Hände, Bauch, Rücken, Achselhöhlen, Beine und Füße. Zum Schluss erst der Intimbereich. Apropos Intimbereich: Intimpflege sollte nur mit Einmalhandschuhen passieren. Auch wenn die pflegebedürftige Person infizierte Hautstellen hat, etwa einen Pilzbefall an den Füßen

oder unter den Achseln, sind Handschuhe ein Muss, so das ZQP. Was in Sachen Hygiene auch sinnvoll sein kann: Waschlappen und Handtücher in unterschiedlichen Farben für verschiedene Körperbereiche verwenden.

4. Passende Hilfsmittel anschaffen

Sicher in die Dusche und bloß

nicht ausrutschen! Es gibt Pflegehilfsmittel, die das Waschen sicherer und einfacher machen - stabile Haltegriffe neben Waschbecken und Dusche und rutschfeste Matten etwa. Für die Intimpflege gibt es übrigens spezielle Aufsätze für die Badewanne, die im Intimbereich eine Aussparung haben.

5. Hautveränderungen im Blick behalten

Ist die Haut rissig oder hat sie Verfärbungen? Die Körperpflege können Angehörige zum Anlass nehmen, sich die Haut näher anzuschauen. Denn durch langes Sitzen oder Liegen können bei pflegebedürftigen Menschen Druckgeschwüre entstehen. Rote oder dunkelblaue Verfärbungen der Haut, die beim Draufdrücken nicht heller werden, sind ein Anzeichen dafür. Die Haut kann an diesen Stellen auch ungewöhnlich warm, kalt, fest oder weich sein und auch Abschürfungen, Blasen, nässende Stellen oder Schorf aufweisen. Das ZQP rät beim Verdacht auf ein Druckgeschwür und bei anderen Hautproblemen: pflegefachlichen oder ärztlichen Rat einholen. DPA

Auch die Bandscheiben können sich entzünden

Rückenschmerzen, Abgeschlagenheit, Fieber: Das sind Symptome, die auf viele Erkrankungen hindeuten können. So zum Beispiel auch auf eine Entzündung der Bandscheiben, also der Knorpel zwischen unseren Wirbeln. Eben weil die Symptome bei einer Entzündung dort so unspezifisch sind, bleibt die Erkrankung oft erst einmal unentdeckt.

Dabei kann sie ernste Folgen haben, wie der Orthopäde David Kubosch von der Gelenk-Klinik Gundelfingen warnt. Wer entsprechende Symptome bei sich beobachtet, lässt sie also besser ärztlich abklären und behält dabei die Möglichkeit einer Bandscheibenentzündung im Hinterkopf. Auslöser einer Bandscheibenentzündung sind meist Bakterien, etwa Staphylokokken oder Streptokokken. Sie können zum Beispiel von anderen Entzündungsherden im Körper - etwa in den Harnwegen oder an der Zahnwurzel - über den Blutkreislauf zu den Bandscheiben gelangen und auch dort eine Entzündung verursachen. Ärztinnen und Ärzte sprechen dann von einer bakteriellen Spondylodisitis. Die Entzündung kann auch von Pilzen und von Parasiten ausgelöst werden, das ist aber seltener der Fall. Wird sie nicht behandelt und verläuft schwer, können Verformungen der Wirbelsäule eine Folge sein, sagt Orthopäde David Kubosch. Dabei kann es zur teilweisen oder vollständigen Verschmelzung von Wirbeln, sogenannten Blockwirbeln, kommen - das ist schmerzhaft. Außerdem ein Risiko: Über die Blutbahn kann sich die Entzündung weiter im Körper ausbreiten. Im schlimmsten Fall droht dann eine lebensbedrohliche Sepsis. Kann sich das Immunsystem nur schlecht gegen Krankheitserreger wehren, steigt auch das Risiko für eine Bandscheibenentzündung. Da im Alter die Immunabwehr nachlässt, trifft es Ältere oft eher als Jüngere. Weitere Risikofaktoren laut David Kubosch: Übergewicht, Diabetes, erhöhter Alkohol- und Nikotinkonsum sowie Nierenerkrankungen. In mehr als der Hälfte der Fälle ist die Lendenwirbelsäule betroffen, etwas seltener trifft die Entzündung Brust- oder Halswirbelsäule. Wie eine Bandscheibenentzündung diagnostiziert und behandelt wird Orthopäden und Orthopäden können anhand von Röntgen- bzw. MRT-Aufnahmen mit Kontrastmittel eine Bandscheibenentzündung erkennen. Oft muss auch eine Gewebeprobe aus den Bandscheiben ent-

nommen werden, um den Krankheitserreger zu bestimmen. Die Infektion lässt sich dann gezielt mit Antibiotika bekämpfen. Ebenfalls Teil der Behandlung: Schmerzmittel, Physiotherapie und eine Ruhigstellung der Wirbelsäule mit Korsett oder Orthese. «Spricht der Patient gut auf die Therapie an, so heilt die Erkrankung in der Regel aus und es bleiben keine Fehlstellungen oder Deformitäten zurück», so Kubosch. Es können allerdings Rückenschmerzen bleiben. DPA

Auslöser für eine Bandscheibenentzündung sind meist Bakterien, etwa Staphylokokken oder Streptokokken.
Christin Klöse



NOCH WENIGE FREIE PLÄTZE!

EichenStube
Wertvolle Zeit im Alter.

Tagespflege im Herzen Burgwedels

Von-Alten-Str. 18 · 30938 Burgwedel · Tel. 05139 986590
eichenstube@eichenhof-burgwedel.de
www.eichenhof-burgwedel.de

Die Tagespflege des **EichenHof** Burgwedel
Eine Schwester des **WohnPark** Großburgwedel

Wir bieten Ihnen

- * Kurzzeitpflege
- * Moderne stationäre Pflege und Betreuung überwiegend in Einzelzimmern
- * einen speziellen Wohnbereich für Menschen mit Demenz
- * **Tagespflege** in unserem Servicehaus in Bolzum

AWO Residenz Sehnde

Achardstr. 1 • 31319 Sehnde
☎ 05138 - 5034 0
www.aworesidenz-sehnde.de • info@aworesidenz-sehnde.de

CASPAR & DASE
GESUNDHEITSDIENSTLEISTUNGEN

Pflege ist ein Stück Vertrauen.

- PFLEGEBERATUNG
- AMBULANTE PFLEGE
- PSYCHIATRISCHE VERSORGUNG
- TAGESPFLEGE
- SENIORENWOHNEN
- AMBULANT BETREUTES WOHNEN

Caspar & Dase GmbH
Industriestraße 40
30900 Wedemark
Tel.: (0 51 30) 975 80 0
Fax: (0 51 30) 975 80 66
www.fachpflegedienst.de

Tagespflege Piepers Garten
Wedemarkstraße 57
30900 Wedemark
Tel.: (0 51 30) 975 80 50
Fax: (0 51 30) 975 80 59
www.piepers-garten.de

Ambulante Pflege Burgdorf

Kolleg*in gesucht!

- Grundpflege
- medizinische Versorgung
- hauswirtschaftliche Unterstützung
- Pflegeberatung
- palliative Begleitung

für ein selbstbestimmtes Leben!

info@pflegedienst-burgdorf.com
Tel: 05136 / 3161

Eigener Fahrdienst **TAGESPFLEGE** **Kennenlern-Gutschein**
Sabine Schmidtke

Montag bis Freitag 08:30 – 16:30 Uhr

Wir schenken Ihnen einen Gutschein im Wert von 80 €.
Vom Frühstück bis zum Kaffeetrinken einen abwechslungsreichen Tag in familiärer Atmosphäre mit Gleichgesinnten erleben.
Vereinbaren Sie gleich einen Termin!
Wir freuen uns auf Sie!

Wächterstieg 9 31303 Burgdorf 05136 / 804 64 99
Auf dem Amtshof 3 30938 Burgwedel 05139 / 951 92 78
www.tagespflege-schmidtke.de | info@tagespflege-schmidtke.de
Gemeinsamkeit statt Einsamkeit

Wir helfen, wenn das Leben schwer wird.

Ambulante Pflege JANZ

Wettmar Kleinburgwedel Engensen
Großburgwedel Thönse Oldhorst
Isernhagen NB HB FB KB Neuwärmbüchen

Dammstraße 7 • 30938 Burgwedel
www.pflegedienst-janz.de
Telefon (05139) 895816

Jens Brandstädter
Ambulante Pflege & Intensivpflege

Tel.: (0 51 39) 28 04 Fax: (0 51 39) 89 53 09
info@burgwedel-pflegedienst.de
www.burgwedel-pflegedienst.de

Tagespflege
LEHRTE
EINE EINRICHTUNG DER SOZIALSTATION

Unser Motto
„Individuell betreut werden -
Gemeinsamkeit erleben -
vornadene Fähigkeiten fördern -
Hilfe zur Selbsthilfe sicherstellen!“

Gut aufgehoben, betreut und das über den Tag.
Sie haben Fragen zur Tagespflege, rufen Sie uns an - wir helfen Ihnen gerne!
Tel. 0 51 32 / 9 29 84 28

Ambulante Pflege Burgwedel

Ihr Pflegedienst mit Herz und Kompetenz.

24 Stunden kompetent versorgt

Vor dem Hagen 2 · 30938 Burgwedel-Fuhrberg
Telefon (05135) 14 75 · **24 Stunden erreichbar**
www.ambulante-pflege-burgwedel.de

SENIOREN-TAGESSTÄTTE
Melanie Strate

Breitenkampstraße 1A · 31311 Uetze-Hänigsen
Tel. 0 51 47-10 64 · info@senioren-tagesstaette.de
senioren-tagesstaette.de