

Modul 3 Zusammenfassung

B2

Klientinnen und Klienten bei ihrer Mobilität unterstützen

B3

Klienten und Klienten bei der Ausscheidung unterstützen

F1

Mit versch. Klientengruppen den Alltag professionell gestalten

F2

beim Aufbau und Einhalten einer Tages - Struktur unterstützen

F3

Sexualität

H1

Ein-/Austritte vorbereiten und Organisieren

Aktualisiert

3.04.2023

Impressum

FaGe Ausbildung Erwachsene 2022 – 2024, Sursee

Autor und ©: Claudio Minutella

Kontakt: claudio@minutella.ch

www.fage.minutella.ch

Inhaltsverzeichnis

B2 Klienten bei Ihrer Mobilität unterstützen	7
Kenntnisse / Haltung	7
Einflussfaktoren zur Mobilität	7
Beobachtung Mobilität.....	7
Ziel	7
Bewegungseinschränkung.....	7
Bewegungsstörung	8
Fachsprache Lage und Richtung	9
Fachsprache Bewegung und Bezeichnung	10
Anatomie	11
Passiver Bewegungsapparat.....	11
Knochen.....	12
Gelenke.....	12
Wirbelsäule.....	13
Hilfseinrichtungen	13
Aktiver Bewegungsapparat	14
Der Muskelaufbau	14
Muskelgewebe	14
Frakturen	15
Traumatisch oder pathologisch.....	15
Verschiedene Arten.....	15
Symptome	15
Therapien.....	15
DMS Kontrolle	15
3R.....	15
Orthesen.....	15
Thrombosenprophylaxe	16
Definition	16
Ursache (Virchowsche Trias)	16
Risiko	16
Symptome	16
Therapie/Intervention	16
Sturzprophylaxe.....	17
Definition	17
3 Phasen	17

Ursachen.....	17
Risiko	17
Therapie/Intervention	17
Dekubitusprophylaxe	18
Definition	18
Grade	18
Ursache/Risiko	18
Stellen	18
Therapie/Intervention	18
Kontrakturen	19
Definition	19
Ursache	19
Symptome	19
Therapie/Intervention	19
Osteoporose	19
Definition	19
Ursache/Risiko	19
Symptome	19
Therapie/Intervention	19
Arthrose.....	20
Definition	20
Ursache/Risiko	20
Symptome	20
Therapie/Intervention	20
Rheumatoide Arthritis (Rheuma)	20
Definition	20
Ursache/Risiko	20
Symptome	20
Therapie/Intervention	20
Ergebnissicherung	20
B3 Klienten und Klienten bei der Ausscheidung unterstützen.....	21
Anatomie / Physiologie	21
Lage	21
Harnbildung	21
Aufgabe der Niere	21
Harnwegsinfektion/Blasenkatheter	24

Definition	24
Ursache/Risiko	24
Symptome	24
Therapie/Intervention	24
Katheter	24
Wahrnehmung / Beobachten.....	25
Beobachtungskriterien Urin	25
Fachwörter	25
Inkontinenzformen	26
Hyperaktive Blase (Reizblase).....	26
Belastungs- Stressinkontinenz.....	26
Überlaufinkontinenz.....	26
Reflexinkontinenz	26
Akute Niereninsuffizienz	26
Definitin	26
Prärenales akutes Nierenversagen.....	26
Renales akutes Nierenversagen	26
Postrenales akutes Nierenversagen	26
Symptome	26
Komplikationen	26
Chronische Niereninsuffizienz	27
Definition	27
Ursache/Risiko.....	27
Risiko	27
Symptome	27
Therapie/Intervention	27
Ausscheidung Stuhlgang.....	28
Beobachtungskriterien Stuhlgang	28
Zusammensetzung Stuhl	28
Fachwörter	28
Passive Stoffwechselvorgänge	29
Diffusion	29
Osmose.....	29
Filtration	29
Obstipation.....	29
Definition.....	29

Ursache/Risiko	29
Symptome	29
Therapie/Intervention	29
3-Tages Regel.....	29
Laxanzien	30
Indikation.....	30
Kontraindikation.....	30
Nebenwirkungen	30
Sonstiges.....	30
Diarrhoe.....	31
Definition.....	31
Ursache/Risiko.....	31
Symptome	31
Therapie/Intervention.....	31
F1 Mit Klienten Gruppen den Alltag gestalten	32
Kenntnisse / Haltung	32
Biografie	32
Alltagsgestaltung	32
Zielsetzung Beispiele	32
Einsatz von Technologie	32
Partizipation	33
Partizipation heisst Beteiligung	33
Aktivierung	33
Ziel:	33
Ressourcen - Defizit - Modell	34
Innere Ressourcen.....	34
Äussere Ressourcen.....	34
Innere Defizite	34
Äussere Defizite.....	34
Teufelskreis sozialer Rückzug	34
Sinnstiftende Aktivitäten.....	34
F2 Aufbau und Einhalten der Tagesstruktur	35
Kenntnisse / Haltung	35
Psychische Erkrankungen	35
Pflegerische Haltung.....	35
Einflussfaktoren in Bezug auf die Tagesstruktur	35

Pflegerische Haltung.....	35
Depression.....	36
Definition.....	36
Bipolare Störung.....	36
Milieuthérapie.....	37
Ziel Therapie.....	37
Recovery.....	37
Psychopharmaka.....	37
Tranquilizer, Beruhigungsmittel (Suchtgefahr).....	37
Antidepressiva (Wochen bis volle Wirkung).....	37
Neuroleptika.....	37
F3 Sexualität.....	38
Im Selbststudium.....	38
H1 Ein / Austritte.....	39
Relokationssyndrom.....	39
Bedeutung.....	39
Folgen.....	39
Prävention.....	39

B2 Klienten bei Ihrer Mobilität unterstützen

Kenntnisse / Haltung

- Grundlagen der Kinästhetik
- Grundlagen der Ergonomie
- Standards zu Mobilisation
- Standards zu Lagerungen
- Standards zu Prophylaxen
- Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparats

Einflussfaktoren zur Mobilität

Körperlich	Alter, Geschlecht, Gesundheit, Behinderung, Krankheiten
Seelisch	Freude, Depression, Angst, Stress
Sozial / Wirtschaftlich	Familie, Wohnung, Arbeit, Kultur
Ökologisch	Klima, Wetter

Beobachtung Mobilität

Ziel

Das Beobachten von Bewegung gibt wichtige pflegerische Hinweise.

Muskeltonus	angemessene Grundspannung
Gelenkbeweglichkeit	Bewegung mühelos und schmerzfrei?
Muskelkraft	symmetrisch und angemessen
Koordination	Anfang und Ende situativ gesteuert?
Gleichgewicht	sicher halten?
Körperschema	Wahrnehmung des Raumes und Körpergrenzen

Bewegungseinschränkung

Verschiedene Gangbilder wie:

- Verkürzte Schrittlänge
- Verringerte Geschwindigkeit
- Vorgebeugte Rumpfhaltung
- Verringertes Mitschwingen der Arme
- Verringerte Kraft beim Abstoßen/Aufrollen des Fusses (flaches Aufsetzen)

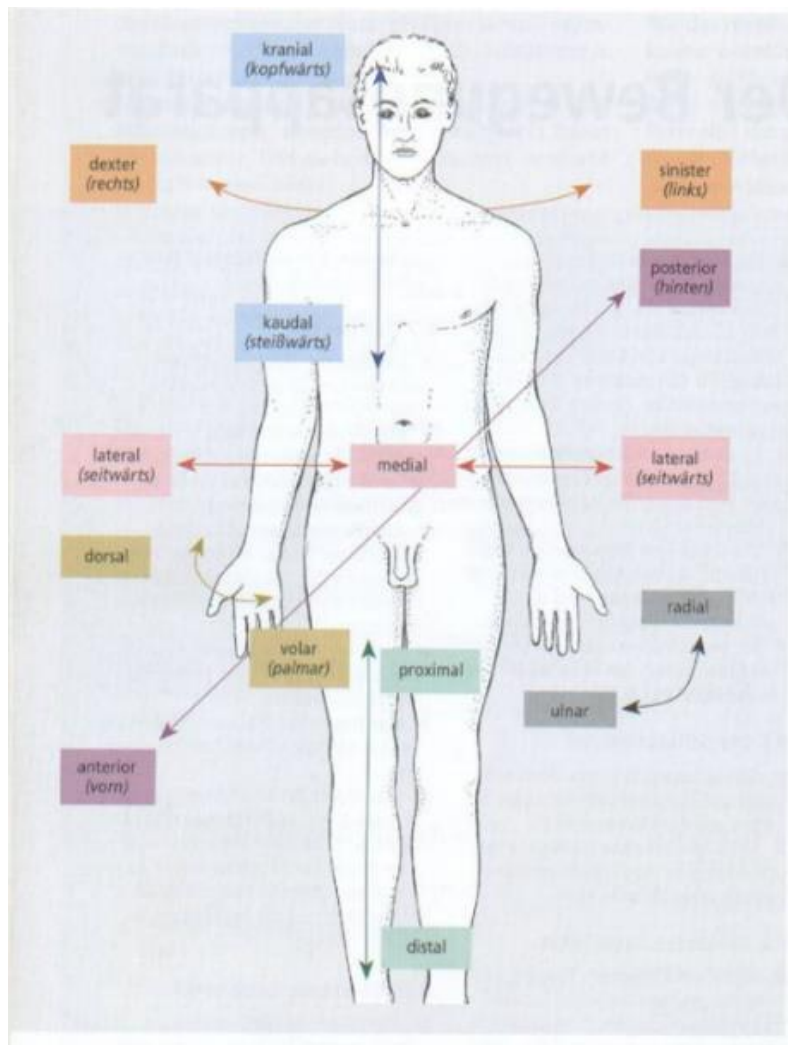
Bewegungsstörung

Fehlbildung der Wirbelsäule wie Kyphose (Buckel), Lordose (Hohlkreuz) oder Skoliose (seitliche Verbiegung)

TIC	psychosomatische Entwicklung beim Kind.
Paresen / Plegie	Paresen = unvollständige Lähmung, Plegie = vollständige Lähmung. Verursacht durch Schlaganfall, Hirnblutung, Unfall.
Schlurfender Gang	Neurologische Erkrankung. Parkinson, MS, Spastiken
Fehlende Kniebeuge	Das Bein wird im gestreckten Halbkreis noch vorn gezogen. Neurologische Erkrankung, Schlaganfall, Lähmung.
Unsicherer Gang	mit Fallneigung. MS, Parkinson. Muskelgruppen spielen nicht geordnet miteinander = Gangataxie
Abkippen	Schwindel, Alkohol, Drogen
Hinken	Rheumatische Erkrankung führt zu Schonhaltung (Schmerzverminderung)
Psychogene Gangstörung	Buckel, depressive und psychische Ereignisse.
Borreliose	Durch Zeckenbiss, Gelenkschmerzen und Sehstörung

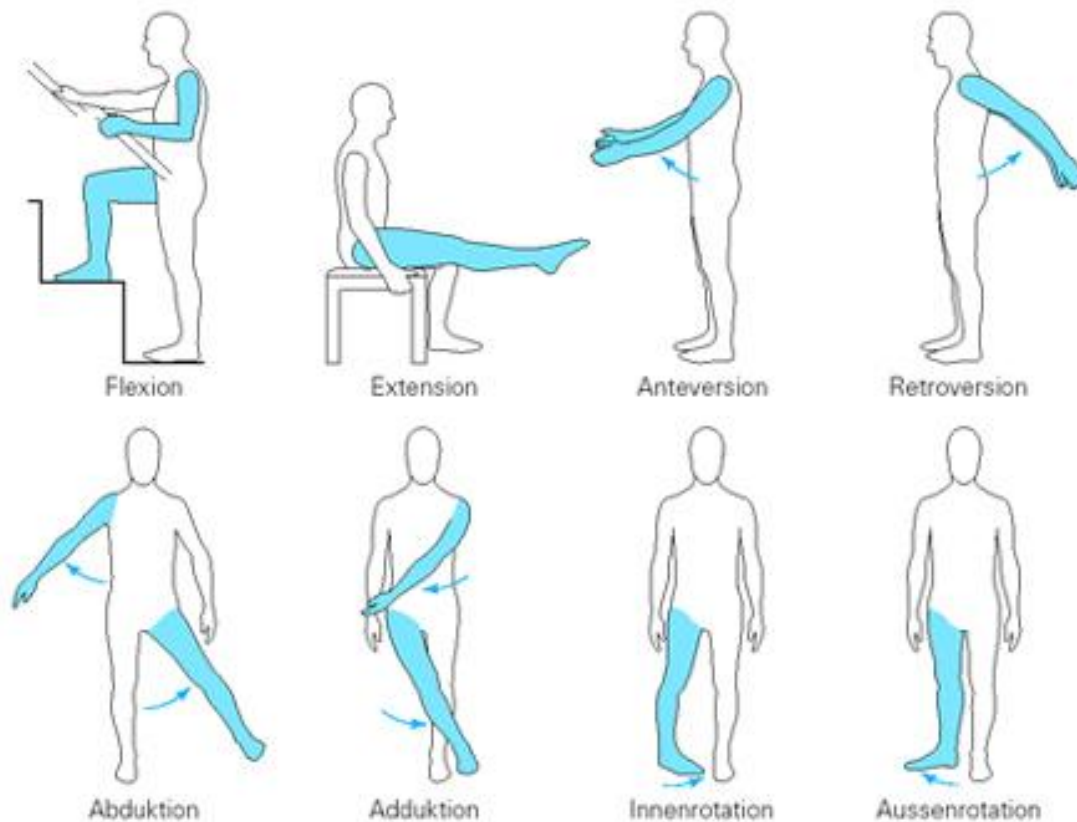
Weitere Kriterien zum Beobachten sind:

- Bewegung
- Gestik
- Mimik
- Sprache
- Stimme



Schwerpunkt / Kennen

superior/inferior	oberhalb/unterhalb (oben/unten)
anterior/posterior	vorderer/hinterer
cranial/kaudal	kopfwärts/steißwärts
ventral/dorsal	bauchwärts/rückenwärts
medial/lateral	zur Mitte hin / seitlich
zentral/peripher	zentrumsnah / vom Zentrum entfernt
internus/externus	innerer/äusserer
dexter/sinister	rechter/linker
proximal/distal	nah/fern (vom Rumpf oder Zentrum)



Supination = Auswärtsdrehung

Pronation = Einwärtsdrehung

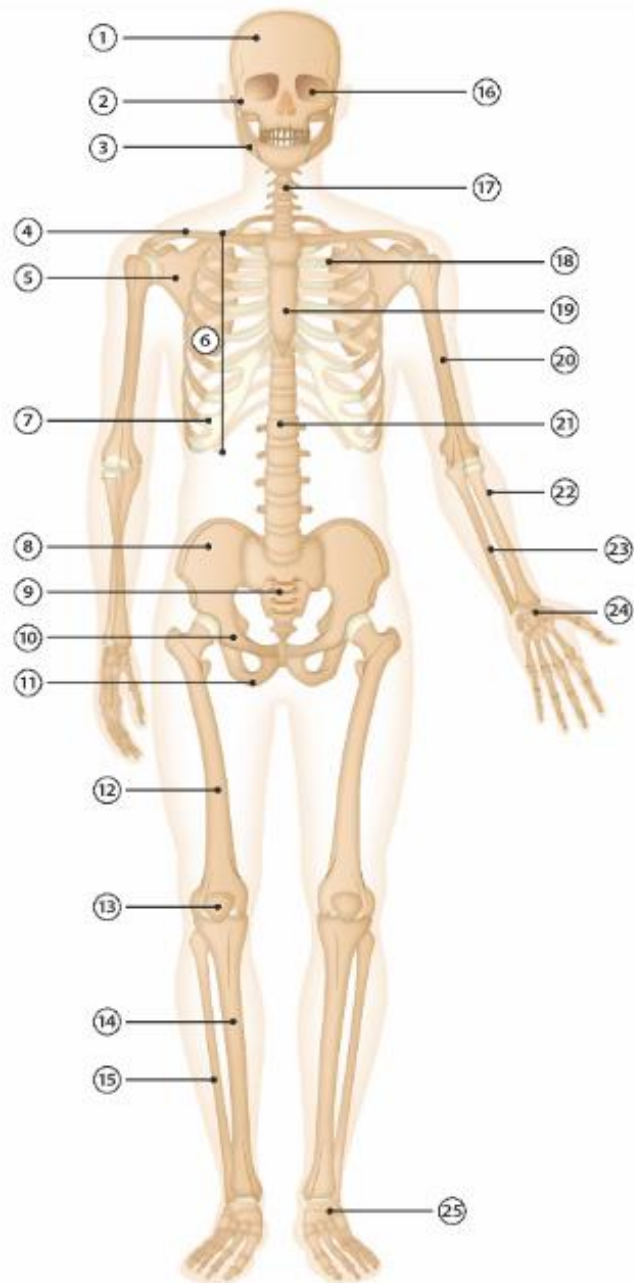
Schwerpunkt / Kennen

Flexion/Extension	Beugung/Streckung
Abduktion/Adduktion	vom Körper weg / an den Körper heran führen (z. B. Arm)
Innenrotation/ Aussenrotation	Einwärtsdrehung/Auswärtsdrehung
Anteversion/Retroversion	nach vorne / nach hinten führen (z. B. Arm)
Pronation/Supination	Unterarm innenrotiert, Handfläche nach unten / Unterarm aussenrotiert, Handfläche nach oben

Passiver Bewegungsapparat

Der passive Bewegungsapparat (BA) ist für Stabilität und Schutz, besteht aus Knochen, Gelenke und Knorpel

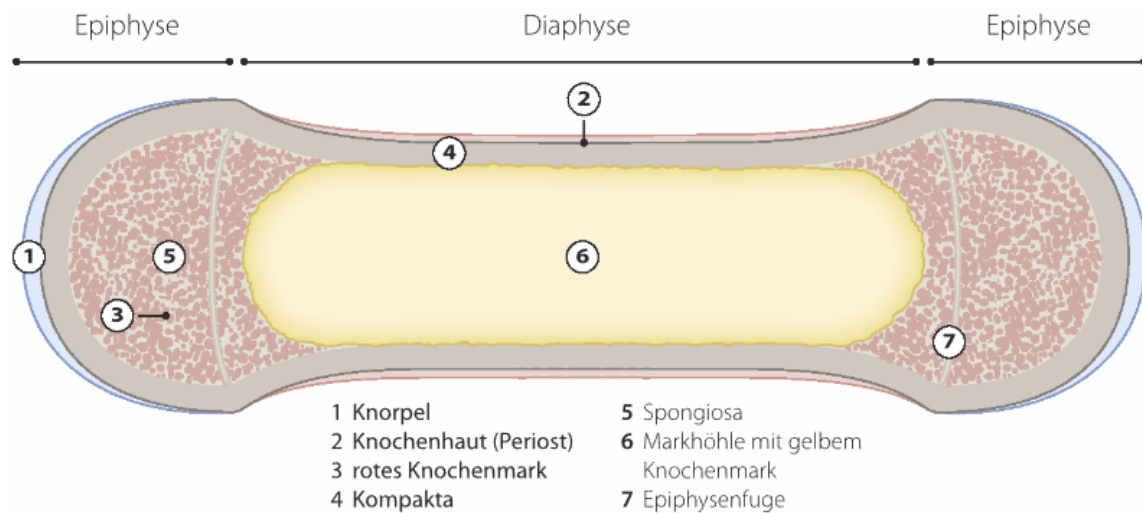
1. Schädel
2. Oberkiefer
3. Unterkiefer
4. Clavicula
5. Schulterblatt
6. Thorax
7. Rippenbogen
8. Darmbein
9. Kreuzbein
10. Schambein
11. Sitzbein
12. Femur
13. Patella
14. Tibia
15. Fibula
16. Augenhöhle
17. Halswirbelsäule
18. Rippen
19. Sternum
20. Humerus
21. Wirbelsäule
22. Radius
23. Ulna
24. Handwurzelknochen
25. Fusswurzelknochen



Knochen

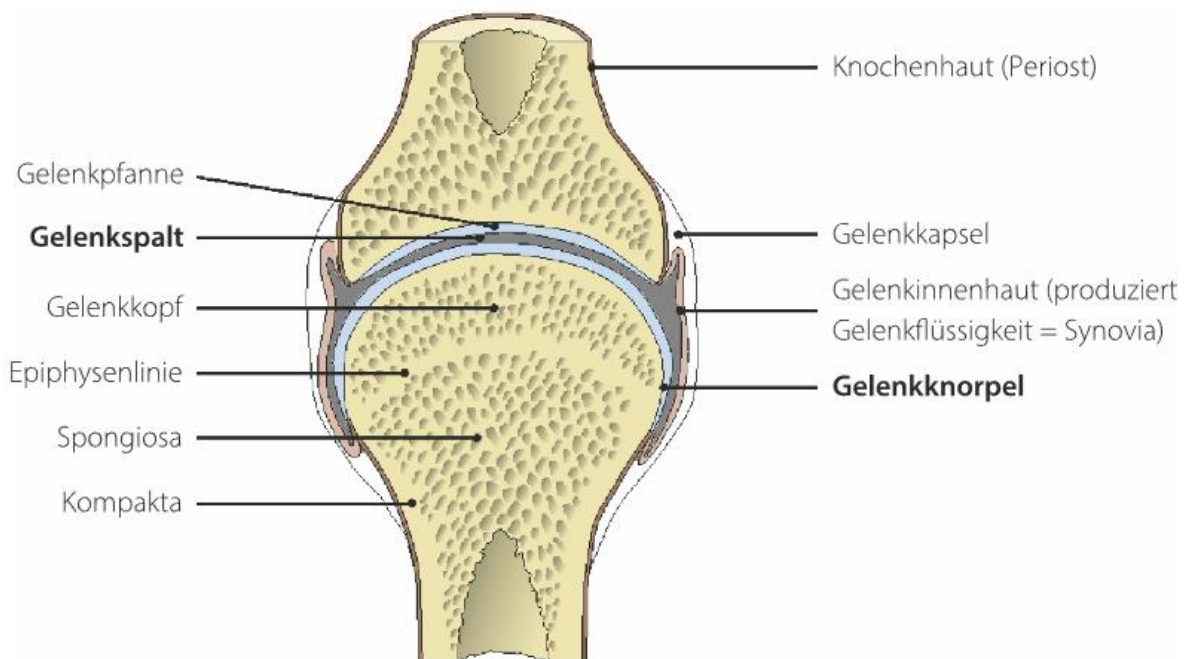
Es gibt 3 Arten:

Röhrenknochen	Beine, Ellen, Speichen,
Plattenknochen	Schlüsselbein, Schulterblatt
Kleine Knochen	Finger, Ohr



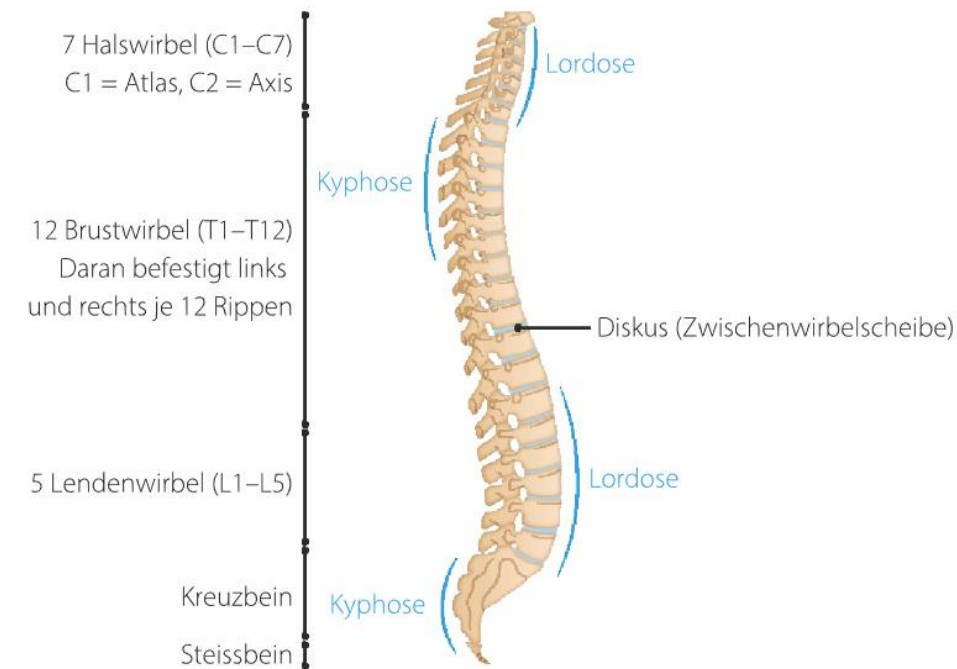
Gelenke

Definition: Ein Gelenk ist die bewegliche Verbindung zwischen zwei oder mehr Knochen



Scharniergelenk	Fingerknochen, Ellbogen, Knie
Kugelgelenk	Hüftgelenk, Schultergelenk

Wirbelsäule



7 Halswirbel – 12 Brustwirbel – 5 Lendenwirbel – Kreuzbein – Steissbein

Hilfseinrichtungen

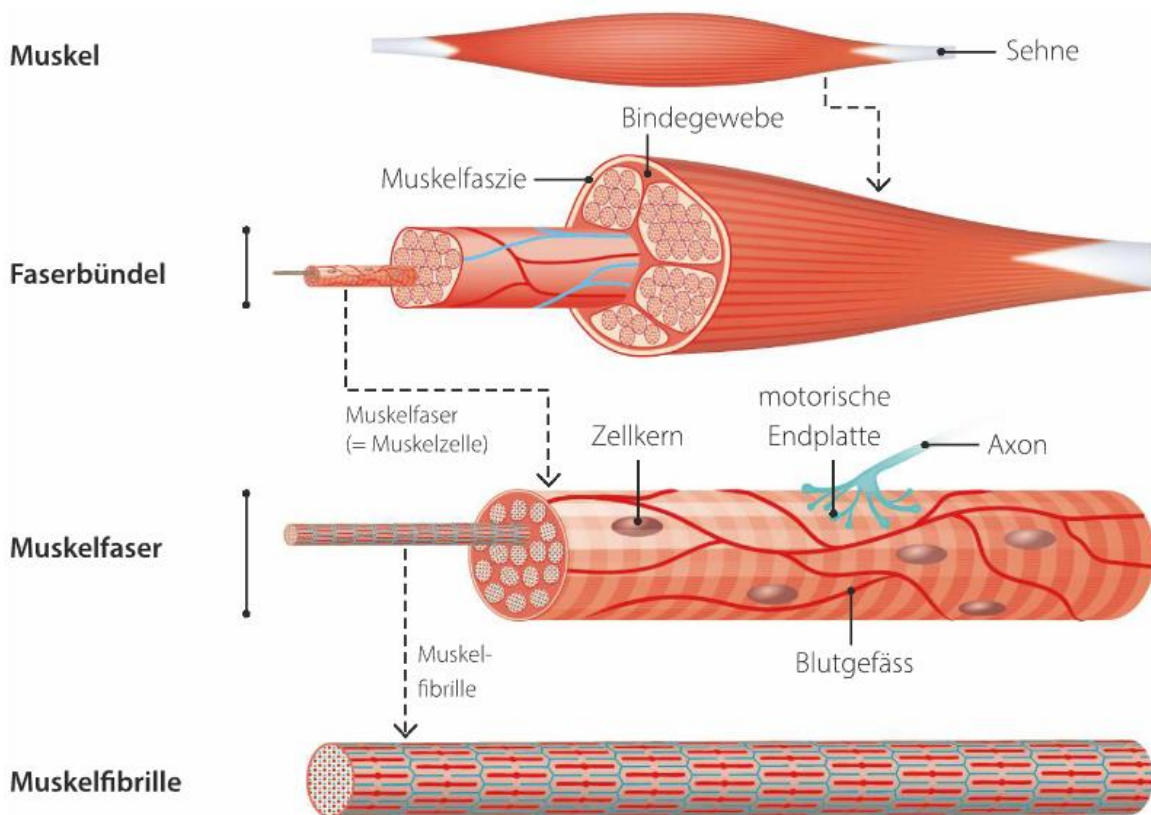
Die Hilfsmittel sind Bänder, Sehnen und Schleimbeute und sind wichtig für die Unterstützung und Sicherung der Bewegungsfunktion.

Sehnen	straffes Bindegewebe, fixiert Muskel an Knochen, langsame Heilung
Sehnenscheiden	Hüllen für lange Sehnen bei Füßen, Händen. Erleichtern das Gleiten der Sehne.
Schleimbeutel	Polsterkissen zw Sehnen und Knochen. Gelenke, Knie, Schulter, Hüfte, Ellbogen
Bänder	Verbindung Knochen – Knochen. Staffes Bindegewebe

Aktiver Bewegungsapparat

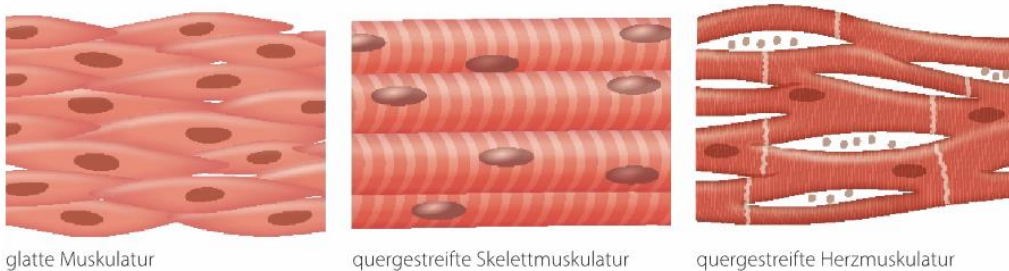
Der aktive BA besteht aus Muskeln und ist für die Mobilität

Der Muskelaufbau



Muskelgewebe

Glatte Muskeln finden sich in allen Organen, die unwillkürlich arbeiten. Mit 1 Ausnahme: Herzmuskel



Quergestreifte Skelettmuskulatur	- Steuerung: willkürlich - Vorkommen: Bewegungsapparat, äussere Schliessmuskel
Glatte Muskulatur	- Steuerung: unwillkürlich - Vorkommen: innere Organe
Quergestreifte Herzmuskulatur	- Steuerung: unwillkürlich - Vorkommen: Herzmuskel

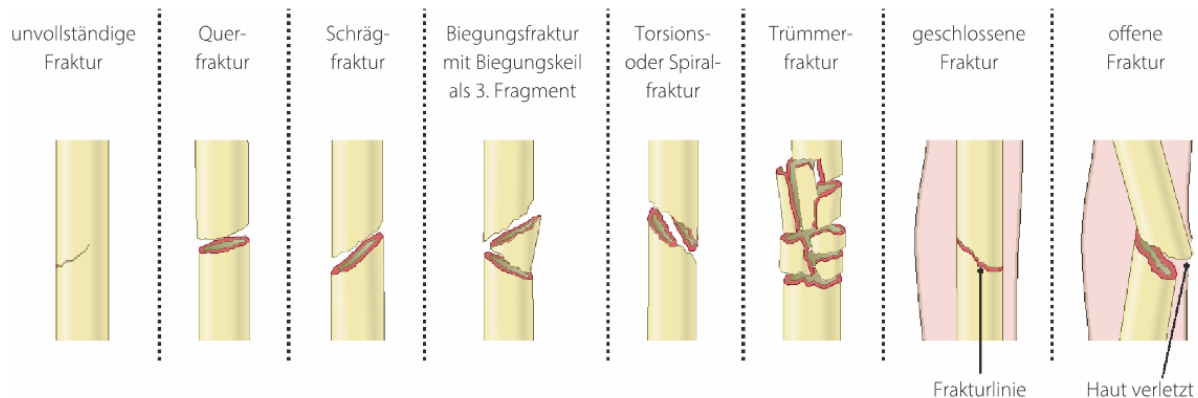
Frakturen

Traumatisch oder pathologisch

Pathologisch durch z.B. Osteoporose, Knochenkrebs, etc.

Traumatisch durch Unfall, Verletzung

Verschiedene Arten



Symptome

Schmerzen (Dolor), Schwellung (Tumor), sichtbare Hämatome. Sichere Frakturzeichen sind sichtbare Fehlstellung, abnormes Abknicken, Verdrehen der Extremitäten, Herausragen der Knochen.

Frakturen können lebensgefährlich sein z.B. bei Kopf- oder Rückenverletzungen.

Therapien

Operativ: die Stellung wieder korrekt herstellen

Konservativ: Durch alleinige Ruhigstellung, z.B. Rippenbruch

Vor/Nachteil: OP: Narkoserisiko, Infektion, Angst, Heilung geht schneller und weniger Folgeproblem.

DMS Kontrolle

Die DMS-Kontrolle ist eine obligate Massnahme bei der Versorgung von Frakturen, um Gefäss- oder Nervenverletzungen schnell zu erkennen.

- **Durchblutung** (Überprüfung der Durchblutung)
- **Motorik** (die Finger bzw. Zehen zu bewegen)
- **Sensibilität** (das leichte Streichen über Finger, Zehen, Hand und Fuss wahrnehmen, Berühren, Kribbeln)

3R

- **Reposition** (in korrekte Stellung bringen)
- **Ruhigstellen** (Gips, Schiene)
- **Rehabilitation** (Funktion wiederherstellen)

Orthesen

Ist ein medizinisches Hilfsmittel (äusserlich angelegtes Gerät) das die Funktion vom Muskel und/oder Skelett unterstützt und hilft.



Thrombosenprophylaxe

Definition

Ein Blutgerinnsel im Blut verstopft den Blutfluss. Gelangt das Gerinnsel in die Lunge, kann es eine Lungenembolie geben. Das Ziel der Prophylaxe: Die Verbesserung des venösen Rückflusses.

Ursache (Virchowsche Trias)

Schäden an der Gefäßwand (nach OP, Verletzung, Entzündung, Tumor)

Verlangsamung des Blutflusses (langes Fliegen, Beine übereinander, Langes Liegen)

Veränderung Zusammensetzung des Blutes (Gerinnungsmittel, Flüssigkeitsmangel)

Risiko

Geschlecht, Alter, wenig Bewegung, Lungenödem, Lebensgefahr.

Symptome

Veränderung der Hautfarbe, Temperaturanstieg, Druckempfindlichkeit, Schwellung, Schmerzen

Therapie/Intervention

- Frühmobilisation (fördert die Eigenständigkeit)
- Anleiten zu Bewegungsübungen (Beine, Füße)
- genügend Flüssigkeit zu sich nehmen
- Venenkompressen.

Wenn KD antikoaguliert ist:

- Medi Einnahme genau befolgen (Zeit, Wirkung)
- Stürze vermeiden
- Keine i.m. Injektionen
- Nicht nass rasieren.
- Blutungszeichen beobachten (Zahnfleisch, Nasenbluten, Blut in Ausscheidung)

Sturzprophylaxe

Definition

Ein unfreiwilliges und/oder unkontrolliertes Sinken oder Fallen auf eine tiefere Ebene.

3 Phasen

1. Ausgangsereignis, das den Sturz einleitet
2. Verlust des Gleichgewichts
3. Aufprall, Übertragung der Kräfte auf den Körper

Ursachen

Externe Faktoren:

Einrichtungsgegenstände, Beleuchtung, Hilfsmittel, Schuhe, etc.

Interne Faktoren:

Alter, Krankheit, Wirkung und Nebenwirkung von Medikamenten, Stress, Verwirrtheit

Risiko

- Anzahl und Schweregrad der Erkrankung
- Medikamente
- Geistige Funktion
- Sehvermögen
- Struktur des Umfeldes
- Gangunsicherheit
- Angst vor Stürzen, Schonhaltung

Therapie/Intervention

Personenbezogen: Gleichgewicht fördern, Kraft- und Ausdauertraining, Gehtraining

Medikamentös: Absetzen, anpassen der Medikamente

Umweltbezogen: Stolperfallen, Kabel, Stuhl, Gute Beleuchtung, Richtige Schuhe, Antirutschsocken

Allgemein: Klient Informieren, warum das Licht brennt, etc. fördert das Verständnis dafür.

Dekubitusprophylaxe

Definition

Ein Druckgeschwür, Druck vermindert die Durchblutung, bis es zum Absterben des Gewebes kommt. Gezielte Positionierung und Bewegungsförderung kann das Gewebe entlastet werden.

Grade

1. Nicht-wegdrückbare Rötung
2. Teilverlust der Haut
3. Vollständiger Hautverlust
4. Vollständiger Gewebeverlust

Ursache/Risiko

Reduzierte Mobilität, Bettlägerig, Exsikkose, Gewicht, seelische Verfassung, Hautpflege, Lage- und Verbandstechniken, Lage von Sonden, Katheter

Stellen

Ferse, Kreuzbein, Steissbein, Ellbogen, Schulterblatt, Hinterkopf

Therapie/Intervention

- Druckentlastung, Freilagerung,
- Weichlagerung, Umlagerung, Mikrolagerung
- Intervalle individuell anpassen
- Staunässe vermeiden (Ventilation, trocken, Hautpflege)
- Ernährung und Allgemeinzustand

Kontrakturen

Definition

Ist eine Funktions- oder Bewegungseinschränkung / Versteifung eines Gelenks, Verkürzung der Sehnen oder Muskeln. Oder auch als Folge der Schonhaltung bei Schmerzen.

Ziel: Eigenständigkeit und Eigenaktivität des Klienten fördern.

Ursache

- Immobilität
- Nach Operationen
- Verbrennungen
- Lähmungen
- Gips
- Bettlägerigkeit

Symptome

Spitzfuss, SZ bei Bewegung, erkennbarer Widerstand, Gelenk nicht beweglich, eingeschränkte Bewegung bei Beugung/Streckung.

Therapie/Intervention

Regelmässige Bewegungsübungen, zuerst aktive wenn möglich. Lagerungsschienen, Ergo-Physiotherapie,

Aktive Bewegungsübungen: KD macht Bewegung nach Anleitung, aber selbstständig.

Passive Bewegungsübungen: Die Pflegeperson übernimmt die Ausführung der Bewegungen.

Osteoporose

Definition

Osteoporose ist eine chronische Knochenerkrankung, die zum Verlust der Knochenmasse führt (porös). Wird oft erst bei einer Fraktur diagnostiziert.

Ursache/Risiko

Alter, Frauen (wenige Östrogen), Sturz, Frakturen

Symptome

Keine erkennbare Symptome. Eine frühzeitige Diagnose ist daher wichtig.

Therapie/Intervention

Kalzium zu sich nehmen, genügend Sonne tanken, Bewegung, Sturzprophylaxe, Medikamente zur Unterstützung des Knochenaufbaus. Physiotherapie.

Arthrose

Definition

Ist eine Abnützung des Gelenkknorpels, verursacht durch Überbeanspruchung oder falsche Belastung.

Ursache/Risiko

Übergewicht, extreme Sport, einseitige Arbeit, anatomische Fehlstellung wie z.b. X- O-Beine.

Symptome

Steifheit nach langer Ruhestellung (Nacht) Anlaufschmerzen, Dauerschmerz,

Therapie/Intervention

Bewegung, um Knorpel aufzubauen, (am Anfang ohne Gewicht, Lufradfahren, Aquafit) (wer rastet der rostet), gelenkschonende Sportarten wie Radfahren, Schwimmen, Wandern. Biologika (Medikamente, die aus biologischen Substanzen hergestellt werden)

Rheumatoide Arthritis (Rheuma)

Definition

Eine chronische Entzündung der Gelenkinnenhaut (Hand, Ellbogen, Knie etc), aufgrund von Autoimmunkrankheit. Polyarthritits befällt mehrere Gelenke gleichzeitig,

Ursache/Risiko

Autoimmunreaktion, Überreaktion des Immunsystems. Rauchen, vererblich

Symptome

Starke Schmerzen und Bewegungseinschränkungen. Typische Entzündungszeichen. Schubweise, druckempfindlich.

Therapie/Intervention

Bewegung bei schubfreien Zeiten, Medikamente, frühe Diagnose um Gelenk nicht noch mehr zu zerstören. Biologika (Medikamente, die aus biologischen Substanzen hergestellt werden)

Ergebnissicherung

Rheumatoide Arthritis

Symmetrischer Gelenksbefall
Immunsystem greift Gewebe im Gelenk an
Spontanheilung – Invalidität
Auch Organe können betroffen sein
Gelenk ist entzündet, geschwollen

Arthrose

degenerative Zerstörung Gelenkknorpel
Ermüdungsschmerzen nach längere Belastung
Gewicht reduzieren ist sinnvoll
nicht heilbar
progredient, also immer fortschreitend

B3 Klienten und Klienten bei der Ausscheidung unterstützen

Anatomie / Physiologie

Das Harnsystem besteht aus den Nieren, Harnleiter, Harnblase und Harnröhre. Der Urin wird in der Niere produziert und über die ableitenden Harnwege (Harnleiter, Harnblase und Harnröhre) ausgeschieden.

Lage

Unterhalb des Zwerchfells, dorsal, lateral der Wirbelsäule. Sie ist geschützt durch die unteren Rippen.

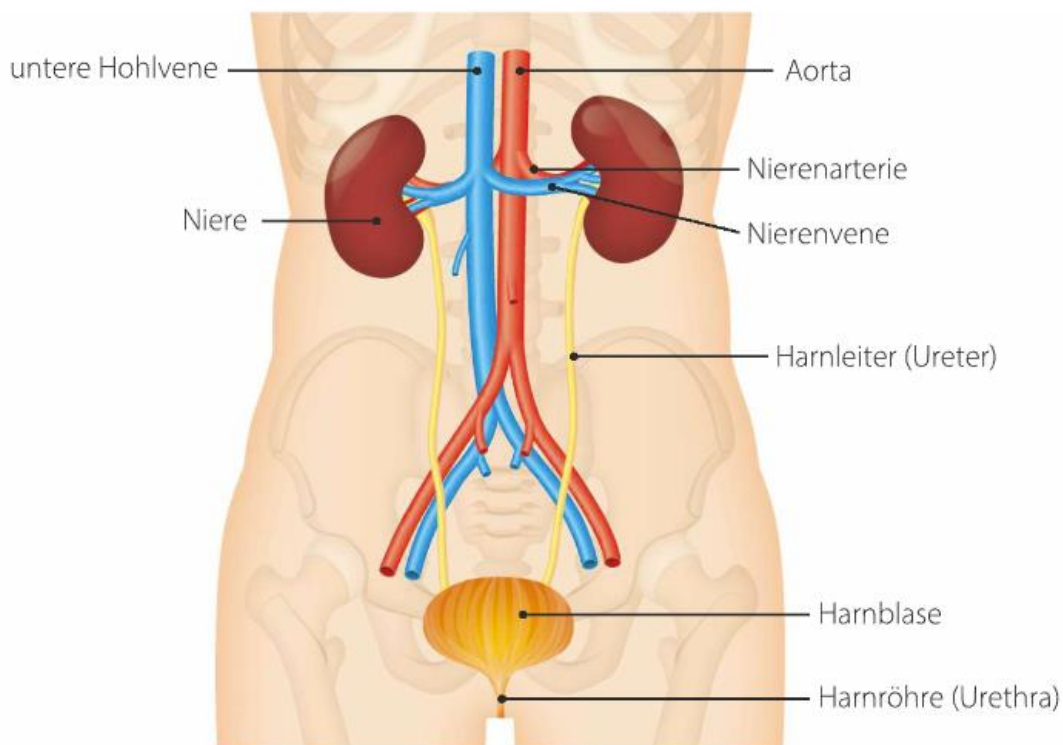
Harnbildung

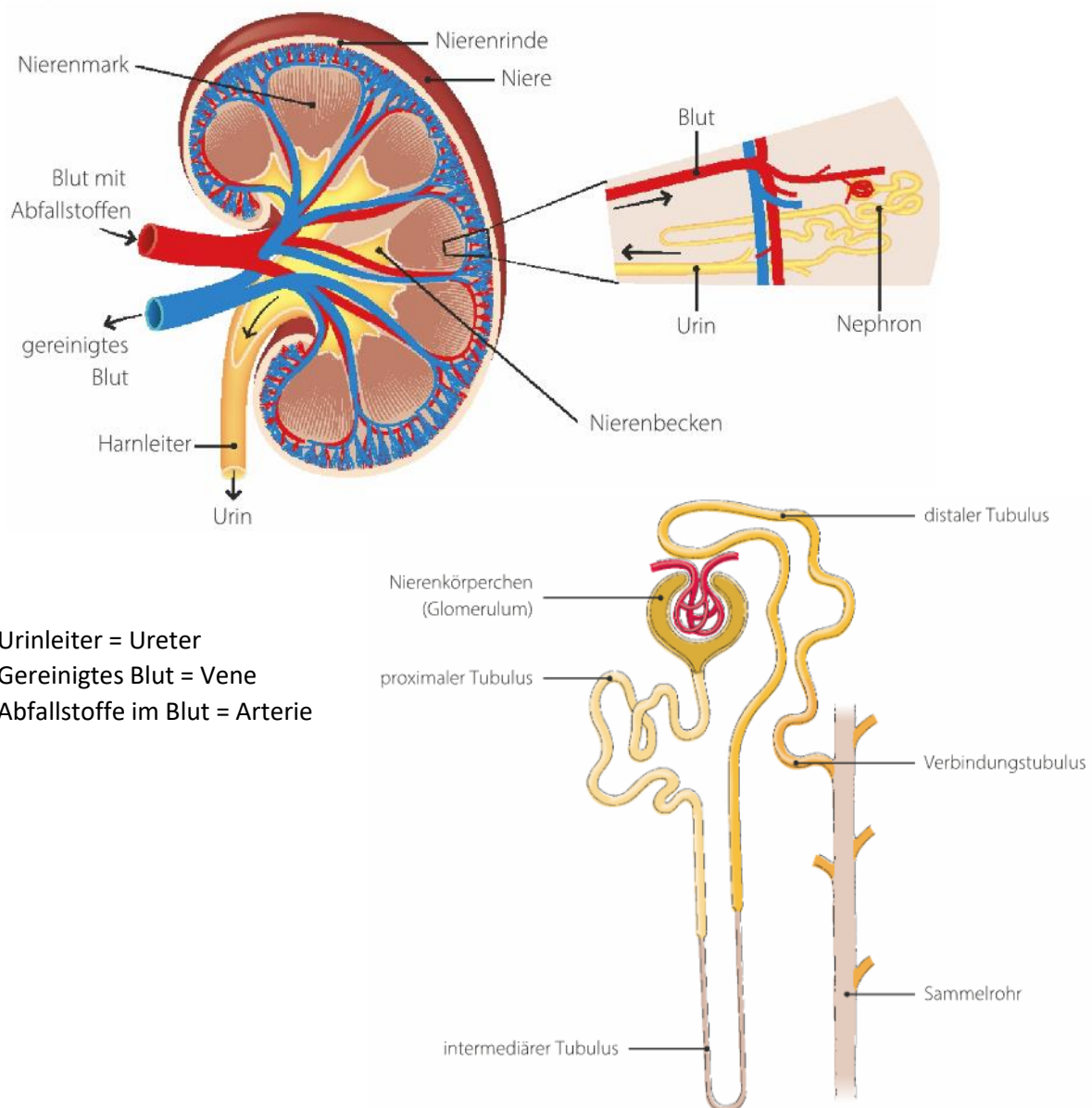
Primärharn: Filtrat im Glomerulum (ca 170L/Tag)

Sekundärharn: Wasser, Harnstoffe, Elektrolyte, Hormone, Farbe, Vitamine

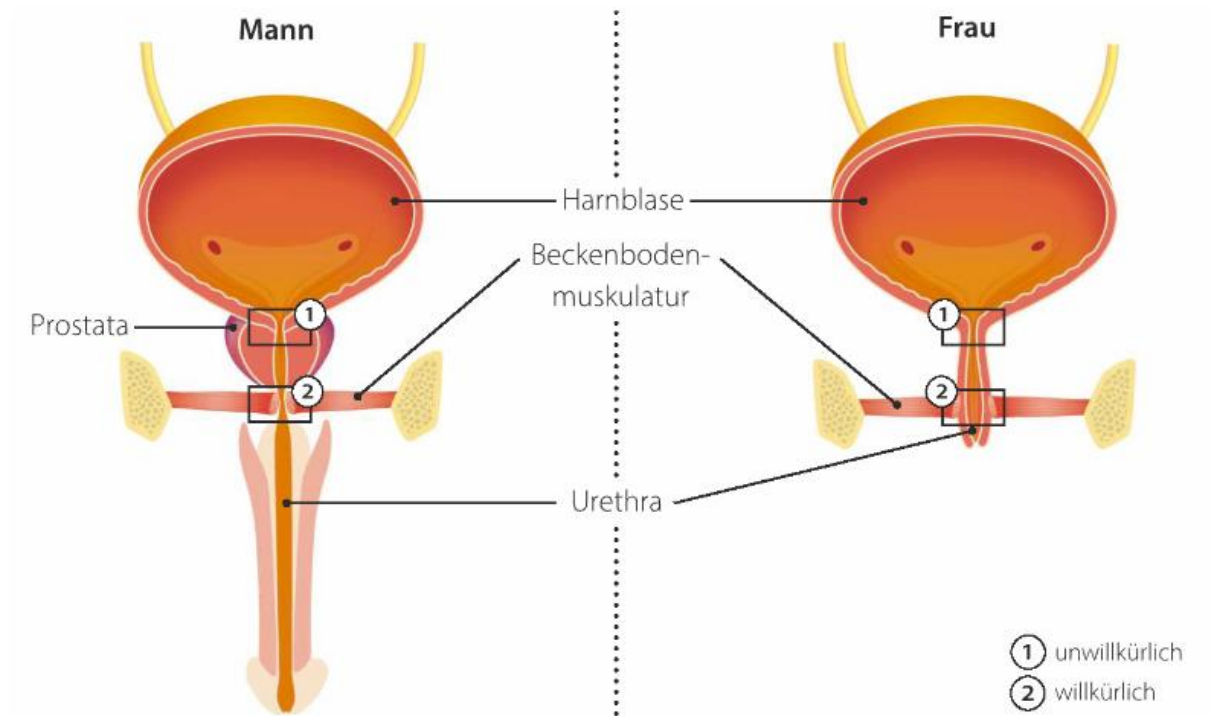
Aufgabe der Niere

- Ausscheidung von Giftstoffen und Stoffwechselstoffen (Kreatin, Harnsäure, Harnstoff, etc.)
- Regulation des Wasserhaushaltes
- Regulation des Elektrolythaushalt (Salze)
- Produktion von Hormonen
- Mitbeteiligung zur Bildung des Vitamin D





In der Nierenrinde befinden sich die Nierenkörperchen (Nephron), die im ersten Schritt Flüssigkeit (Primärharn) aus dem Blut filtern. Die Zusammensetzung ist dem Blutplasma sehr ähnlich. Dieser Primärharn wird im Tubulus nochmals gefiltert, wobei 1% als Harn abfällt und 99% zurück ins Blut (bestehend aus Wasser, Salze und Nährstoffe) zugeführt wird.



Das Urin wird in den Nierenbecken aufgefangen und fließt weiter durch den Harnleiter in die Harnblase, wo der Harndrang bei voller Blase ausgelöst wird.

Der Harnweg (Harnleiter, -Blase und -Röhre) besteht aus glatter Muskulatur und ist unwillkürlich gesteuert. Die Blasenentleerung geschieht über zwei Schliessmuskeln, den inneren (nicht kontrollierbar) und den äusseren. Der äussere Schliessmuskel liegt in der Beckenbodenmuskulatur und kann willentlich gesteuert werden (quergestreifte Muskeln)

Damit die Nieren das Blut reinigen kann, braucht es eine gute Durchblutung.

Die Niere produziert auch Hormone, wie z.B. Renin. Damit wird das Blutvolumen und der Blutdruck gesteuert. Die Niere kann nur gut arbeiten, wenn beides genügend vorhanden ist. Das Renin wirkt im Tubulus und steuert den Rückfluss (Rückresorption) des Wassers, womit der Blutdruck und Blutvolumen beeinflusst wird.

Definition

Eine Harnwegsinfektion HWI ist eine bakterielle (meist vom Darm) Entzündung. Sie beginnt in der Harnblase und kann weiter aufsteigen bis zum Nierenbecken. Eine Zystitis ist eine Blasenentzündung. Die Harnwegsinfektion kann auch das Nierenbecken betreffen, das viel schlimmere Folgen haben kann.

Ursache/Risiko

Bakterien lösen die Infektion aus. **Risiko:** Unterkühlung, z.b. sitzen auf kaltem Steinboden. Frauen, da die beiden Öffnungen (Harn/Darm) viel näher sind als beim Mann. Abflussbehinderung. Alte Menschen, Diabetes, Immunschwäche.

Symptome

Algurie / Dysurie = Brennender Schmerz beim Wasserlassen.

Pollakisurie = häufiges Wasserlassen in kleinen Mengen.

Hämaturie = Blut im Urin

Bei Niereninfektion, zusätzlich: Flankenschmerzen, Fieber

Therapie/Intervention

Antibiotika. Ausreichend trinken (Blasentee) , Blasenregion warmhalten, Hygienerichtlinie einhalten, Bettruhe

Katheter

Der Katheter kann transurethral (durch die Harnröhre) oder suprapubische durch die Blasendecke gesetzt werden.

Wahrnehmung / Beobachten

Der Stuhl wird am häufigsten auf Blut untersucht.

Die Urinuntersuchung dient zur Diagnostik für Erkrankungen auf die Niere oder Harnwege. Dabei gibt es drei Arten um Urin zu Sammeln:

Spontanurin: der Mittelstrahl wird eingefangen, sofern der Urinstrahl kontrolliert unterbrochen werden kann.

Sammelurin: meist 24h lang gesammelt, um z.b. Hormone nachzuweisen.

Katheterurin: Aus dem Silikonschlauch kann Urin abgenommen werden. Mit einer Kanüle sticht man in den zuvor desinfizierten Schlauch.

Beobachtungskriterien Urin

- Häufigkeit der Miktion
- Menge pro 24h oder pro Miktion
- Farbe/Geruch
- Beimenge
- Ph-Wert

Ein erwachsener Mensch löst ca 1-2 Lter Urin aus pro Tag.

Ist die Farbe hell und gelb, ist sie physiologisch in Ordnung. Ist der Urin rötlich (Blut) oder bräunlich (Lebererkrankung) gefärbt, gilt sie pathologisch.

Übelriechender Urin weist auf entzündliche Prozesse. Essen und Medikamente können sowohl Farbe oder Geruch beeinflussen.

Fachwörter

Leukozyturie vermehrte Ausscheidung von weißen Blutkörperchen im Urin

Proteinurie..... Eiweiss im Urin

Bakteriurie..... Bakterien im Urin

Hämaturie..... Erythrozyten (rote Blutkörper) im Urin

Pyurie Eiter im Urin

Glucosurie..... Glukose (Zucker) im Urin

Anurie..... weniger Urin als 100ml/tag

Oligurie..... weniger Urin als 500ml/tag

Polyurie mehr Urin als 3000ml/tag

Nykturie..... vermehrter nächtlicher Harndrang > 2 x / Nacht

Dysurie/Algurie.. SZ beim urinieren, oft mit brennen

Miktion..... Entleerung der Harnblase

Pollakisurie vermehrten Harndrang mit Entleerung kleiner Urinportionen

Harnverhalt..... Unfähigkeit, die Blase ganz oder teilweise zu leeren

Restharn unvollständige Entleerung der Harnblase

Inkontinenzformen

Hyperaktive Blase (Reizblase)

Häufiger Harndrang in kleinen Mengen, wobei Nykturie nachts bedeutet, Pollakisurie tagsüber. Kann z.T. mit WC-Training verbessert werden.

Belastungs- Stressinkontinenz

Abgabe von kleinen Mengen Urin bei Anstrengung, z.B. bei schwache Beckenbodenmuskulatur.

Überlaufinkontinenz

Störung bei der Blasenentleerung, Verengung der Harnröhre z.B. bei vergrößerter Prostata oder Tumor.

Reflexinkontinenz

Schliessmuskel kann nicht kontrolliert werden, weil Nerven zu den Schliessmuskeln unterbrochen sind. Oder der Blasenmuskel kann (wegen durchtrennten Nerven) den Befehl ans Hirn nicht weiterleiten. Typisch bei Querschnittlähmung, kann auch bei Demenz auftreten.

Akute Niereninsuffizienz

Definitin

Plötzliche Abnahme der Nierenfunktion während Stunden oder gar mehrere Wochen.
Reversibel, d.h. heilbar

Prärenales akutes Nierenversagen

Unzureichende Sauerstoffversorgung, wegen verminderter Durchblutung der Niere. Bei Unfall.

Grund: Infektion, Blutverlust, Hypotonie

Therapie: Kreislauf mit Medi / Infusion stabilisieren

Renales akutes Nierenversagen

Schädigung des Nierengewebes.

Grund: Toxine, Medikamente, allergische Reaktion, Bakterielle Erreger

Therapie: Glomerulieschäden beseitigen, Medi anpassen

Postrenales akutes Nierenversagen

Abflussstörung im Harntrakt.

Grund: Harnsteine, Nierensteine, Tumor, Stenosen (Verengung) Prostata

Therapie: OP, Antibiotika

Symptome

Verminderte Urinmenge, Ödeme, Lungenödem, Arrhythmie, Hirnödem,

Komplikationen

Chronischen Niereninsuffizienz, Sepsis, Lungenödeme, Herzrhythmusstörungen.
Entgleisungen des Wasser- und Elektrolythaushaltes.

Chronische Niereninsuffizienz

Definition

Schleichend fortlaufender Prozess Es werden über Jahre hinweg immer mehr Nephronen zerstört. Irreversibel, d.h. nicht heilbar

Ursache/Risiko

Häufig als Spätfolge von Diabetes mellitus. Der hohe Blutzucker verändert auch die kapillaren Arterien in den Nierenkörperchen. Sie sterben ab und vernarben. Rauchen, hoher Blutdruck.

Risiko

Diabetes mellitus, Rauchen

Symptome

Lange Zeit ohne Symptome. Evtl. erhöhter Blutdruck (Ausschüttung von Renin) weil die Niere zuwenig gut funktioniert. Wenn Symptome auftreten, dann: Kurzatmigkeit, sehr schwach, Ödeme, Lungenödeme, Schwindel, Erbrechen, Übelkeit. Kann zum Tode führen!

Therapie/Intervention

Nierenersatztherapie mit Dialyse (3-4 mal pro Woche Blut gereinigt, mehrere Stunden). Nierentransplantation.

Ausscheidung Stuhlgang

Beobachtungskriterien Stuhlgang

Durchschnittlich hat der Mensch 1-2 StG pro Tag. Die Menge ist ca. 500 – 1000 Gramm pro Tag. Ist der Stuhlgang häufiger und dünner spricht man von Diarrhoe. Eine Obstipation besteht, wenn weniger als 3 StG pro Woche anfallen.

Die Farbe ist Hell- bis dunkelbraun. Bei Eisenhaltiger Nahrung wird der Stuhl dunkler, bis fast schwarz. Ist der Geruch über längere Tage sehr auffallend (säuerlich, faulig) kann die Ursache pathologisch sein.

Zusammensetzung Stuhl

- 75% Wasser
- unverdaute, teilweise zersetzte Nahrungsmittelbestandteile (hauptsächlich Zellulose)
- abgestossene Epithelien der Darmschleimhaut
- Schleim
- Bakterien
- Gallenfarbstoff

Fachwörter

Obstipation fester Stuhlgang

Diarrhoe Durchfall

Nausea Übelkeit

Emesis Erbrechen

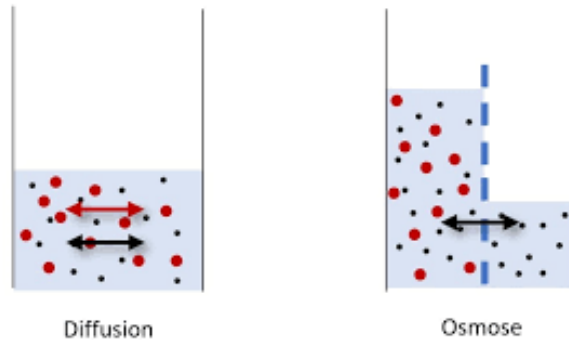
Flatulenz Furzen

Meteorismus Blähungen

Passive Stoffwechselvorgänge

Diffusion

Bei der Diffusion tauschen sich die kleinen Teilchen durch die semipermeable Wand aus, bis Gleichgewicht herrscht. Typisch Lungenbläschen mit O₂ Austausch.



Osmose

Bei der Osmose wird die Flüssigkeitsmenge verändert. Die Teilchen kommen nicht durch die Wand durch, daher wird die Wassermenge erhöht, um das gleiche Verhältnis von Wasser – Teilchen zu erreichen. Z.B: im Tubulus, um Wasser zu entziehen.

Filtration

Die Teilchen werden durch den Filter/Sieb zurück gehalten. Es braucht einen Druck, damit das funktioniert. Beispiel in der Niere, in den Glomerulus passiert ein Filter.

Obstipation

Definition

Ist eine erschwerte Darmentleerung. Der STG ist hart und findet weniger als 3 x die Woche statt.

Ursache/Risiko

Essenumstellung bei Ferien, Reisen, (Darm ist ein Gewohnheitstier) Analfissuren, Medikamente, Hypothyreose (Unterfunktion der Schilddrüse)

Symptome

Blähungen, harter STG, weniger als 3 x die Woche

Therapie/Intervention

Ernährung umstellen: mehr Ballaststoffe mit Wasser, Obst, Gemüse. Genug Flüssigkeit, Bewegung.

Tagesablauf mit KD besprechen, regelmässiger Toilettengang. In Ruhe und regelmässig Essen. Ein Glas lauwarmes Wasser vor dem Essen regt die Darmaktivität an.

Colonmassage: Bauchmassage

3-Tages Regel

Der Dickdarm besteht aus einem aufsteigenden, waagrechten und absteigenden Teil. Beim Stuhlgang wird meistens nur der letzte Teil entleert. Ist der Darm komplett leer (Abführmittel) kann es bis 3 Tage dauern, bis der ganze Darm gefüllt wird und es zur Ersten Entleerung kommt.

Laxanzien

Wichtig, nur mit Absprache HA verwenden.

Indikation

- Chronische Verstopfung
- Nichts anderes hilft
- Bei Opioid Abgabe
- Hämorrhoiden, Analfissuren
- Bettlägerigkeit

Kontraindikation

- Akutes Abdomen (starke Bauchschmerzen)
- Ileus (Darmverschluss)
- Colitis ulcerosa (chronische Dickdarmentzündung)
- Morbus Crohn (chronische entzündliche Ganzdarmkrankheit, Diarrhoe)

Nebenwirkungen

- Aufstossen, Blähung
- Bauchkrämpfe
- Übelkeit, Schwindel
- Darmverschluss

Sonstiges

- Komplikationen bei Herzinsuffizienz
- Bei Überdosis: Flüssigkeitsverlust, Arrhythmie, Nierenversagen
- Abhängigkeit bei Missbrauch

Quellmittel, wirkt osmotisch: Sie binden viel Wasser und machen den StG geschmeidiger. Benötigen mehrere Tage, unbedingt genügend trinken. Flohsamen, Leinsamen, Agar-Agar, Macrogol.

Gleitmittel: Paraffin bindet sich nicht mit dem StG und wirkt daher als Gleitmittel. Als Zäpfchen oder Klistier. Letzteres wirkt schon nach wenigen Stunden.

Füllmittel: Anreichern des Stuhls mit Wasser. Medi auf Basis von Zucker, Glaubersalz, Bittersalz, Sorbit, Lactose. Diese regulieren den Elektrolythaushalt und NICHT für Nierenerkrankungen indiziert!

Antiabsortive Mittel: wirkt wie eine Barriere bei der Diffusion. Elektrolyte aus der Nahrung werden nicht ins Blut absorbiert, die Nahrung bleibt stark salzhaltig. Der Körper will das verdünnen und lässt Wasser in den Darm fließen. Rizinusöl, Faulbaumrinde, Aloe

Diarrhoe

Definition

Unter Diarrhoe wird ein ungeformter, flüssiger Stuhlgang von mehr als dreimal pro Tag verstanden.

Ursache/Risiko

Magen-Darm Infektion, NW von Medis. Laxantien, Psychische Probleme (Angst, Stress)

Risiko: Dehydration

Symptome

Dauert sie mehr als 3 Wochen, wird von einer chronischen Diarrhoe gesprochen.

Therapie/Intervention

Hautinspektion wichtig! STG Beobachten und Dokumentieren, genug trinken, Körpergewicht erfassen.

F1 Mit Klienten Gruppen den Alltag gestalten

Kenntnisse / Haltung

- Erkennen Bedeutung Partizipation
- Erkennen Bedeutung der Biografie, Generation
- Verstehen von Ressourcen - Defizit - Modell
- Reflektieren von Aktivierungsmöglichkeiten

Biografie

Wissen über die Biografie hilft, die Menschen besser zu verstehen und die Pflegeintervention gezielter auf sie abzustimmen. Punkte für eine Biographiearbeit:

- Ursprungsfamilie (Eltern, Geschwister, etc.)
- Eigene Familie (Kinder, wo leben diese, Verheiratet?)
- Wohnen (Wo und wie haben sie gelebt)
- Arbeiten (Beruf, Stellenwert, Zufriedenheit)
- Gesellschaft (Verein, Sport)
- Sinn finden (Bezugspersonen, Glaube, Rituale)

Alltagsgestaltung

Die professionelle Gestaltung des Alltages wird durch Rhythmisierung von sinnvollen Aktivitäten (Ruhe, Mahlzeiten, soziale Kontakte) erreicht.

Zielsetzung

Erleben von Gemeinschaften
Mobilität fördern
Motorik fördern
Alltagsbewältigung
Sinnhaftigkeit erleben
Wahrnehmung fördern
Entwicklung
Lebenslust, Spass, Freude
Teilhaben am soz. Leben

Beispiele

Filmabend, Feste, Jassen, Spiele
Gymnastik, Tanzabende, Bewegungsübungen
Kreatives Gestalten, Handwerkgruppe
Kochgruppe, Orientierungstraining, Mithilfe Haushalt
Gruppengespräche, Lesen
Sinnesstimulierung durch Tastspele
Lernangebote
Kultur, Konzert, Backen, Besuche (Clown bei Kinder)
Gemeinsame Ausflüge, Internetnutzung

Einsatz von Technologie

Beispiele: Online Einkaufen, Internet (Musik, Spiele, etc.) Pflegeroboter, Rollatoren mit Sensoren (Sturzprophylaxe) Roboter als Gesprächspartner, etc.

Der Einsatz von Technologie kann eine wertvolle Unterstützung sein, ersetzt die PP jedoch nicht!

Partizipation

Partizipation heisst Beteiligung

Das heisst, das Leben den körperlichen und kognitiven Möglichkeiten entsprechend mitgestalten. Mitbestimmen, Entscheidungen, Einbringen, Lösungsfindung, etc.

Wir Menschen befinden uns im ganzen Leben im Gleichgewicht von:

- Passiv – Aktiv
- Beschäftigung – Musse
- Anspannung – Entspannung

Aktivierung

Aktivierung bedeutet zielgerichtete, zeitlich strukturierte und kontinuierliche Intervention.

Ziel:

Erhalten	geistige, sozialen, körperlichen Ressourcen, Selbständigkeit, soz. Kontakte
Fördern	geistige, sozialen, körperlichen Ressourcen.
Begleiten	Tätigkeiten aus Freude, Interesse, Zeitvertreib

Ressourcen - Defizit - Modell

Das Modell unterscheidet zwischen innere und äussere Ressourcen und Defizite:

Innere Ressourcen

Fähigkeiten, Interessen, Bedürfnisse

Äussere Ressourcen

Technische Hilfsmittel, Umgebung wahrnehmen, soziale Kontakte,

Innere Defizite

pers. Probleme, Verluste, Beeinträchtigungen

Äussere Defizite

Probleme die aus Mangel von Umgebung und Mitwelt entstehen.

Es gilt die Ressourcen wahrzunehmen und die Defizite berücksichtigen. Den Fokus nicht nur auf die Defizite (Helfersyndrom) setzen.

Teufelskreis sozialer Rückzug

Mangelnder sozialer Kontakt kann zu einem Rückzug der Gesellschaft führen. Dies führt zur Vereinsamung und er verliert die Beziehungsfähigkeit. Das führt weiter zur Verbitterung und aggressives Verhalten – der Betroffene gerät in einen Teufelskreis.

Sinnstiftende Aktivitäten

- Spiele
- Therapien
- Musische / Kulturelle Angebote
- Selbsthilfegruppen
- Fest / Veranstaltungen
- Medianangebote
- Besuche

F2 Aufbau und Einhalten der Tagesstruktur

Kenntnisse / Haltung

- Haltung und Recovery
- Tagesstruktur
- Therapie und Milieuthérapie
- Depression

Psychische Erkrankungen

Pflegerische Haltung

- Mit Freunden in Kontakt bleiben
- Um Hilfe fragen
- Sich entspannen
- Sich nicht aufgeben
- Sich beteiligen
- Aktiv bleiben, Bewegen
- Sich annehmen/akzeptieren
- Neues Lernen
- Kreatives tun
- Reden

Einflussfaktoren in Bezug auf die Tagesstruktur

Körperlich: Unfall, Krankheiten, Verlust der Mobilität, Seh-/Hörverminderung

Seelisch: Beziehungsprobleme, Verluste, Ängste

Soziale: Verhalten aus der Herkunft, Umfeld, Familie, Religion, Finanziell

Ökologisch: Wohnort, Temperatur, Umwelt

Pflegerische Haltung

- Empathie, Mitfühlen, Einfühlen
- Selbstbefähigung fördern (Empowerment)
- Begleitend zur Seite stehen, weniger als Experte
- Neugierig auf Person (nicht nur Krankheit) sein
- Verantwortung liegt beim Klienten

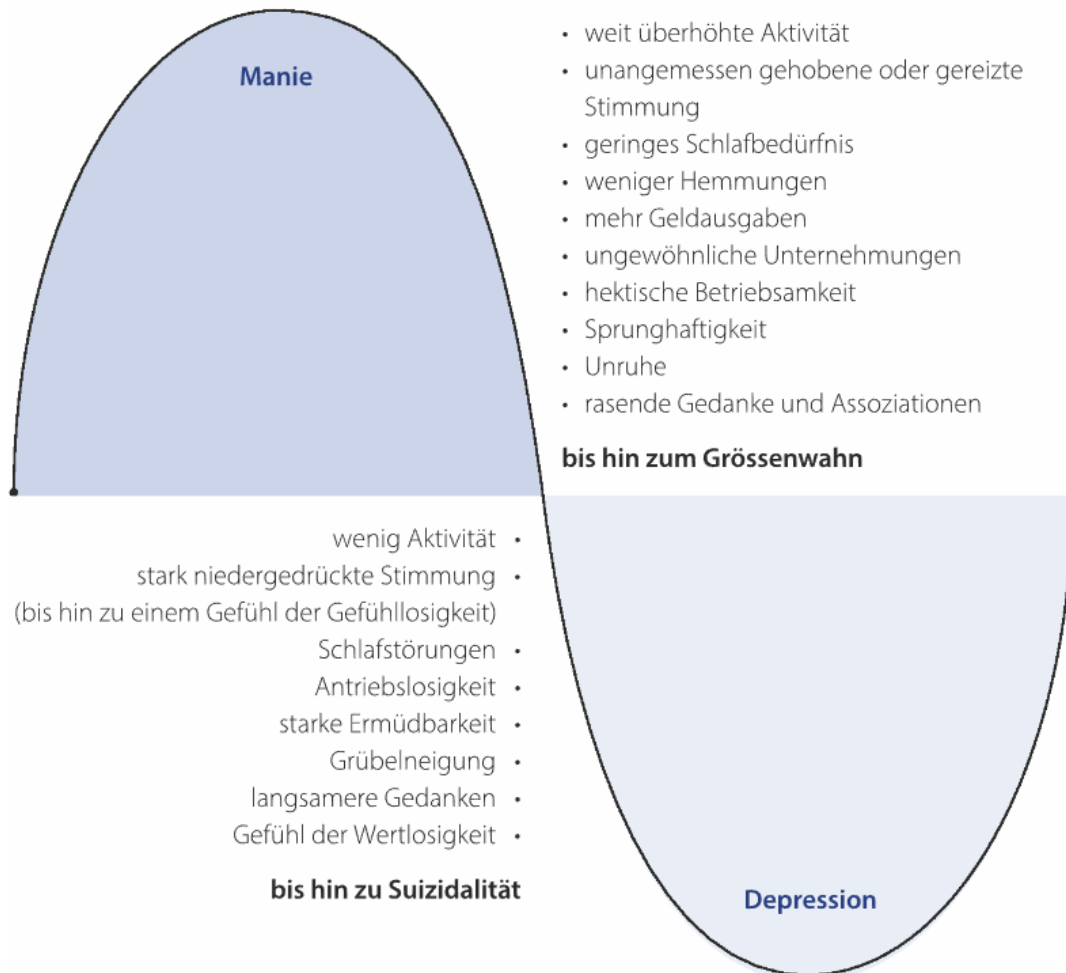
Depression

Depression kann alle Menschen betreffen, unabhängig von Alter, Geschlecht, Status oder Intelligenz.

Definition

Eine Depression ist eine psychisch Niedergeschlagenheit, bei der die Betroffenen sich freudlos und ohne Antrieb fühlen.

Bipolare Störung



Manie und Depression sind pathologisch (Krankheit)

Der Mittelwert wäre ein ausgeglichener Zustand, physiologisch

Menschen schwanken dabei oft von «himmelhoch jauchzend» bis «zu Tode betrübt»

Milieuthherapie

Die Milieuthherapie ist eine eigene Therapieform, um psychisch erkrankte Menschen zu unterstützen. Dabei werden die Umgebung, soziale Umfeld und Tagesstruktur genutzt (animieren, Gruppendynamik), um den Alltag neu zu erleben und erfahren.

Ziel

Partizipation
Offen Kommunikation
Soziales Leben
Leben in Gemeinschaft

Therapie

Wochenplan erstellen, Einkaufen, Kochen
Transparenz, Kongruenz, respektvoller Umgang
Kontakte pflegen
Konflikte konstruktiv lösen, Kontrolle der Tagesabläufe

Recovery

Das Ziel dabei ist, nicht auf die Heilung der Krankheit zu arbeiten, sondern mit der Krankheit ein hoffnungsvolles und konstruktives Leben führen zu können.

Ein wichtiger Aspekt ist die Ressourcenorientierung, den Fokus auf den gesunden Aspekt des Menschen -> SELBSTVERTRAUEN fördern! Selbstakzeptanz stärken.

Ein weiterer Ansatz ist der «**Peers**» Einsatz: Mitarbeiter mit selbst betroffener Krankheit beteiligen sich am Prozess, um so auf einer gleichwertigen Stufe mit Klienten stehen können.

Psychopharmaka

Tranquilizer, Beruhigungsmittel (Suchtgefahr)

Beruhigend, angstlösend, schlaffördernd, entspannend

Antidepressiva (Wochen bis volle Wirkung)

Stimmungsaufheller, antriebssteigernd

Neuroleptika

Dämpfend, Antipsychotisch

F3 Sexualität

Im Selbststudium

Was ist Ihre persönliche Haltung gegenüber Menschen mit einer anderen Orientierung?

Was ist die Haltung Ihrer Institution?

Wie können die Menschen in einem Pflegeheim ihre Sexualität, die ja ein Grundbedürfnis ist, leben?

Was ist die Aufgabe der Pflege?

Wo sind die Grenzen?

H1 Ein / Austritte

Relokationssyndrom

Als Folge eines Wechsels der Umgebung (Wohnung) können Symptome wie Angst, Zorn, Unsicherheit, Depression und Schlafstörungen entstehen.

Bedeutung

- Verlust sozialer Funktion und Mobilität
- Trennung von Angehörigen
- Belastung durch familiäre Sorgen
- Leben in einem Raum (Spital)
- Abschied vom autonomen (selbständigen) Leben

Folgen

Verschlechterung des AZ, negative Beeinflussung des Heilungsprozesses

Prävention

- Freundlicher Empfang
- Angepasste Information
- Aufmerksamkeit
- Anteilnahme
- Aufbau von Vertrauen