

# GESUND VOR ORT

Die Patientenzeitschrift der AMEOS Klinika Bremerhaven und Geestland

## Patienten und Pflegende bilden eine Einheit

### Das Aktivitas Pflege® Konzept

Wenn eine Person durch eine Erkrankung oder andere Umstände in ihrer Mobilität eingeschränkt ist, benötigt sie Hilfe bei vielen alltäglichen Dingen wie aufsetzen im Bett, ein paar Schritte gehen, Mahlzeiten zu sich nehmen oder Körperpflege. Dabei sind Pflegekräfte den Patienten behilflich. Mit der bei uns 2011 eingeführten Pflege nach Aktivitas gehen wir noch einen Schritt weiter und unterstützen pflegebedürftige Menschen gezielt dabei, diese Bewegungsabläufe soweit wie möglich selbst auszuführen beziehungsweise wieder neu zu erlernen.

Geht es beispielsweise um das Aufstehen von der Bettkante in den Stand, wird diese für Gesunde so selbstverständliche Bewegung in viele kleine Sequenzen unterteilt. Gemeinsam bewegen sich Pflegekraft und Patient Schritt für Schritt, wobei Positionsverlagerungen wenig Kraft kosten und den Schritt in das Vertrauen der eigenen Fähigkeiten erleichtern. Ob etwa die Füße ein paar Zentimeter weiter vorn oder hinten stehen, bevor sie belastet werden, macht einen großen Unterschied aus. All dies wird bewusst erlebt und auch

besprochen. Die Pflegekraft ist dabei stets an der Seite des Patienten und führt ihn mit sanftem und zugleich sicherem Händedruck. Jeder Patient findet so auf entspannte Weise das eigene Tempo und die optimale Lösung für sich. Gleichzeitig entwickelt er wieder Vertrauen zu seinen Fähigkeiten und wird selbstbewusster. Dies wirkt sich häufig auch positiv auf den Heilungsprozess aus. Einige Patienten verlassen das Klinikum selbstständiger als sie es betreten haben, denn mit dieser Methode können sie sogar wieder Tätigkeiten erlernen, die sie vor der Erkrankung nicht ohne Hilfe ausführen konnten.

Im Rahmen des Gesundheitsmanagements und vor dem Hintergrund des demographischen Wandels ist das Aktivitas Pflege® Konzept für Patienten und Pflegende ein großer Gewinn. Es finden regelmäßig Schulungen durch eine dem AMEOS Klinikum St. Joseph angehörende Aktivitas Trainerin in Ausbildung statt. Unser Ziel ist es, dass alle Pflegekräfte einen Grundkurs absolvieren und somit Pflegende und Patienten zu jeder Zeit, 24 Stunden am Tag vom Aktivitas Pflege® Prinzip profitieren können.

Doris Habich

### ■ Pflege/Begleitung

**Annedore Dierksen**  
Pflegedirektion  
AMEOS Klinikum St. Joseph  
Tel. 0471 4805-210



**Doris Habich**  
Examierte Krankenschwester,  
Aktivitas Trainerin in  
Ausbildung



Fachpflegerin Doris Habich demonstriert Teilnehmerinnen der Weiterbildung die aktivierende Pflege