

Die eigenen Kräfte schonen und Patienten stärken:
Antriani Steenebrügge dirigiert eine Patientin vom Stuhl
ins Bett, Schwester Romana Kanikula lernt das Verfahren.



Personal entlasten und zugleich Patienten stärken

Zurück auf Station: Kinästhetik-Trainerin Antriani Steenebrügge zieht einen Stuhl vors Bett und setzt sich der Rheumapatientin direkt und auf Augenhöhe gegenüber. Sie hält der Patientin ihre Hände mit der Handfläche nach oben entgegen, die Frau legt ihre Finger mit den dick geschwollenen Gelenken hinein. Mit sanftem Druck dirigiert Steenebrügge die Patientin vom Sitzen in den Stand.

Kinästhetik ist eine Methode, um menschliche Bewegungsmuster zu analysieren. Für die Pflege heißt das: Das Gewicht bleibt während der Bewegung beim Patienten, die Bewegungen werden ihm nicht abgenommen, sondern zusammen mit ihm ausgeführt. „Ein Patient, der sich mitbewegt, muss nicht getragen werden“, erklärt Steenebrügge. Damit ist beiden geholfen: Der Patient wird in seiner Bewegungsfähigkeit gefördert, die Pflegekraft entlastet. Kinästhetik ist eines von vielen Konzepten in Deutschland, Patienten in der Pflege zu bewegen.

Hauptaufgabe von Steenebrügge ist es, die Mitarbeiter zu schulen und Multiplikatoren auszubilden, bei Bedarf bietet sie den Beschäftigten auch Hilfestellung am Bett an. Eine Multiplikatorin ist zum Beispiel Romana Kanikula. Die engagierte Mittvierzigerin stellt den Toilettenstuhl neben das Bett, arretiert die Bremse und gibt der Patientin Tipps, wie sie am besten vom Bett auf den Toilettenstuhl rutschen kann. „Stützen Sie sich am Bett ab, ganz langsam, keine Angst, ich halte den Stuhl fest.“ Die Krankenschwester drückt die Patientin nur leicht am Arm, um ihr bei der Orientierung zu helfen. Die alte Frau ballt ihre Hand zur Faust und stützt sich darauf ab. „Ich würde Ihnen gerne eine andere Idee geben“, sagt die Schwester und zeigt ihr, wie sie sich bewegen kann, ohne dabei die rheumageplagte Hand zu belasten. Die Patientin überlegt kurz und sagt: „Das ist wirklich eine gute Idee, so werde ich das auch zu Hause machen.“ ■

Michaela Böhm/mir,

✉ redaktion@arbeit-und-gesundheit.de

Fotos: Paul Esser