



Grundlagen zur Kommunikation und Ansprache



Lernziel: Respektvoller und wertschätzender Umgang

Eine klare, freundliche und aufmerksame Kommunikation ist wichtig für eine erfolgreiche Betreuung. Unsere Sprache und Körpersprache beeinflussen direkt unser Gegenüber und seine Reaktionen.

Hier sind nützliche Tipps für eine achtsame Kommunikation:

- **Respekt und Wertschätzung:** Achten Sie darauf, wie Sie mündlich und mit Ihrem Körper kommunizieren. Eine höfliche Anrede und freundliche Umgangsform sind wichtig. Sprechen Sie sich zum Beispiel höflich mit Ihren Vornamen an.
- **Individuelle Bedürfnisse:** Gehen Sie auf die betreute Person ein. Berücksichtigen Sie individuelle Bedürfnisse und Einstellungen. Achten Sie auf Unbehagen.
- **Verständnis und Geduld:** Zeigen Sie Verständnis und haben Sie Geduld. Hier kann ein Hinweis auf bevorstehende Handlungen durch eine Andeutung oder sanfte Berührung auf der Schulter hilfreich sein.
- **Zuhören und Verstehen:** Hören Sie aktiv zu und zeigen Sie Interesse. Teilen Sie Ihrem Gegenüber mit, wenn Sie etwas nicht verstanden oder Bedenken haben.
- **Angepasste Sprache:** Beobachten Sie, ob die Person Sie versteht. Passen Sie Ihre Geschwindigkeit und Lautstärke der Person an. Machen Sie deutlich, wenn Sie etwas nicht verstanden haben. Zeigen Sie auf Gegenstände oder nutzen Sie Übersetzungshilfen.

Quellen:

Altmann, K; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiler, C; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Hilfemaßnahmen bei Bewusstseinsverlust



Lernziel: Richtiges Verhalten bei Kollaps/Ohnmachtsanfall

Ein Kollaps oder Ohnmachtsanfall ist ein plötzlicher und kurzer Bewusstseinsverlust. Die betroffene Person lässt sich dabei in einen Sessel sinken oder fällt zu Boden und ist nicht ansprechbar.

Führen Sie folgende Maßnahmen durch:

- Stellen Sie sicher, dass die betroffene Person sicher liegt oder sitzt. Überprüfen Sie die Umgebung auf mögliche Gefahren.
- Sprechen Sie die Person laut an und versuchen Sie, sie zu wecken. Fragen Sie nach ihrem Namen und wie es ihr geht.
- Wenn die Person wieder ansprechbar ist, überprüfen Sie diese auf Verletzungen.
- Wichtiger Hinweis: Wenn der Bewusstseinsverlust länger als eine Minute dauert, handelt es sich um Bewusstlosigkeit – ein akuter Notfall!
- Bleiben Sie bei der Person, bis sie sich vollständig erholt hat. Kontrollieren Sie gegebenenfalls Blutdruck und Puls und bieten Sie ihr etwas zu trinken an.
- Beobachten Sie, ob der Zustand der Person stabil bleibt und informieren Sie Angehörige über die Situation!
- Bei Unsicherheit oder Verschlimmerung suchen Sie sofort medizinische Hilfe auf und befolgen Sie den Notfallplan.
- Dokumentieren Sie alles rund um den Vorfall.

Quellen:

Altmann, K; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiger, C; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Hilfemaßnahmen bei Bewusstlosigkeit



Lernziel: Richtiges Verhalten bei Bewusstlosigkeit

Bei längerem Bewusstseinsverlust, das bedeutet über eine Minute, handelt es sich um einen akuten Notfall. **Leisten Sie Erste Hilfe**, in dem Sie die folgenden Schritte durchführen:

- Schütteln Sie die Person sanft an der Schulter und sorgen Sie für eine sichere Umgebung.
- Hören, sehen und fühlen Sie für maximal zehn Sekunden, ob die Person atmet.
- Wenn eine weitere Person im Haushalt ist, rufen Sie laut um Hilfe und machen Sie auf die Situation aufmerksam.
- Bei vorhandener Atmung bringen Sie die Person in die stabile Seitenlage.
- Hier sind unterschiedliche Techniken möglich.
- Entfernen Sie beengende Kleidung.
- Als letzten Schritt strecken Sie den Kopf und öffnen Sie den Mund der Person. Kontrollieren Sie ob der Mund frei ist und ob Blut, Erbrochenes oder Schleim abfließen können.
- Danach wählen Sie den Notruf 144 und überwachen die Atmung weiter.
- Orientieren Sie sich nach dem Notfallplan und bleiben Sie bei der Person, bis die Rettung eintrifft. Informieren Sie Angehörige über die Situation.
- Kontrollieren Sie gegebenenfalls Blutdruck und Puls und dokumentieren Sie alles rund um den Vorfall.
- Bei nicht vorhandener Atmung beginnen Sie mit Wiederbelebungsmaßnahmen! Informationen und genaue Anleitungen finden Sie zum Beispiel auf der Webseite des Roten Kreuzes. Auch der Besuch eines Erste-Hilfe-Kurses kann Ihnen zu mehr Sicherheit verhelfen.

Quellen:

Altmann, K; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiler, C; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Grundlagen der Mobilisation



Lernziel: Sichere Unterstützung bei Mobilisationstätigkeiten

Für Menschen mit Betreuungsbedarf ist eingeschränkte Mobilität eine Herausforderung. Mit den richtigen Mobilisationsmaßnahmen bleiben Beweglichkeit und Selbständigkeit erhalten und die Sicherheit wird gewährleistet.

- **Kommunikation:** Sprechen Sie klar und respektvoll mit der Person. Erklären Sie den Ablauf und den Zweck des Vorgangs.
- **Selbstständigkeit fördern:** Nutzen Sie die vorhandenen körperlichen Fähigkeiten der Person. Lassen Sie die Person aktiv mitarbeiten und übernehmen Sie keine Aufgaben, die sie selbstständig bewältigen kann.
- **Hilfsmittel verwenden:** Nutzen Sie geeignete Hilfsmittel wie Haltegriffe oder Gehhilfen, die den Bedürfnissen der Person entsprechen und die Beweglichkeit unterstützen.
- **Beobachtung:** Führen Sie Bewegungen sanft aus. Achten Sie auf Anzeichen von Unbehagen oder Schmerzen und reagieren Sie darauf.
- **Sicherheit:** Entfernen Sie Stolperfallen und sorgen Sie für freie Wege. Achten Sie darauf, dass die Person passendes und rutschfestes Schuhwerk trägt.
- **Selbstfürsorge:** Achten Sie auf Ihre eigene Körperhaltung, um ihren Bewegungsapparat zu schützen. Ergonomische Techniken können dabei helfen.

Diese Maßnahmen tragen dazu bei, die Mobilität und Selbstständigkeit der betreuten Person sicher zu unterstützen.

Quellen:

Altmann, K; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiler, C; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Richtige Unterstützung bei Positionswechsel



Lernziel: Positionswechsel sicher durchführen

Hier ist eine **Schritt für Schritt Anleitung**, die zeigt, wie Sie eine Person aus dem Bett oder von einem Sofa sicher in einen Sessel oder Rollstuhl bringen.

Vorbereitung: Erklären Sie der Person, was Sie tun und warum und kontrollieren Sie die Umgebung auf Stolperfallen. Motivieren Sie zur Mithilfe und Selbstständigkeit. Achten Sie auf rutschfestes Schuhwerk. Verwenden Sie gegebenenfalls Hilfsmittel wie rutschfeste Matten oder Umsetzhilfen.

Körperposition: Setzen Sie die Person auf. Die Person sollte aufrecht sitzen und sich sicher fühlen. Prüfen Sie, ob die Füße fest auf dem Boden stehen. Stellen Sie den Sessel oder Rollstuhl seitlich neben das Sofa oder das Bett und ziehen Sie die Bremse an.

Durchführung des Positionswechsels: Bitten Sie die Person, sich leicht nach vorne zu lehnen. Stabilisieren Sie die Person. Hier können die Arme um Ihren Hals gelegt werden. Gehen Sie leicht in die Hocke, heben Sie die Person aus dem Bett beziehungsweise dem Sofa und drehen Sie sie vorsichtig in Richtung Sessel oder Rollstuhl. Setzen Sie die Person sanft hinein.

Überprüfung: Kontrollieren Sie, ob die Person bequem und sicher im Sessel oder Rollstuhl sitzt und sich wohlfühlt.

Diese Anleitung hilft Ihnen, einen Positionswechsel sicher und effektiv durchzuführen.

Quellen:

Altmann, K; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiger, C; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Unterstützung nach einem Sturz



Lernziel: Sichere und schonende Unterstützung nach einem Sturz

Nach einem Sturz führen Sie folgende Unterstützungsmaßnahmen durch:

Schritt 1: Einschätzung der Situation

Bewahren Sie Ruhe und beruhigen Sie die Person. Überprüfen Sie auf Schmerzen oder mögliche Verletzungen. Falls erforderlich, rufen Sie einen Rettungsdienst.

Schritt 2: Vorbereitung

Erklären Sie, was Sie vorhaben und warum. Ermöglichen Sie der Person, sich zu entspannen, bevor sie aufsteht. Legen Sie hierzu beispielsweise ein Polster unter den Kopf. Überprüfen Sie die Umgebung auf Stolperfallen oder andere Gefahren. Stellen Sie zur Unterstützung zum Beispiel einen stabilen Sessel neben die Person.

Schritt 3: Durchführung

Drehen Sie die Person zur Seite und helfen Sie ihr, sich langsam aufzurichten. Zur Unterstützung können Sie ihr die Hände reichen oder Sie dazu anleiten, sich am Sessel anzuhalten. Setzen Sie die Person sanft in den Sessel.

Schritt 4: Überprüfung

Bleiben Sie bei der Person, bis sie sich sicher fühlt und bieten Sie weitere Unterstützung an. Beobachten Sie den Zustand der Person eine Zeit lang weiter.

Schritt 5: Dokumentation

Dokumentieren Sie den Vorfall und informieren Sie die zuständige Ansprechperson. Wichtig: Bei schweren Verletzungen oder Unwohlsein holen Sie sofort professionelle medizinische Hilfe.

Quellen:

Altmann, K; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiler, C; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Allgemeine Informationen zur Hygiene



Lernziel: Hygienemaßnahmen verstehen und anwenden

Bei der Betreuung einer Person sind drei Hygiene-Bereiche besonders wichtig:

Handhygiene: Waschen Sie ihre Hände vor und nach bestimmten Tätigkeiten wie beispielsweise:

- Vor der Zubereitung von Mahlzeiten
- Nach dem Toilettengang
- Nach dem Nachhausekommen
- Nach Kontakt mit Abfällen oder Tieren
- Vor und nach Kontakt mit Medikamenten oder Kosmetika
- Nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen.

Persönliche Hygiene: Hierzu zählen die Körperpflege und Hauthygiene, sowie das äußere Erscheinungsbild.

- Achten Sie auf ein gepflegtes Erscheinungsbild.
- Ermutigen Sie die betreute Person zur Selbstständigkeit und Eigenverantwortung.
- Bei der Unterstützung bei der Körperpflege oder beim Reinigen nach Ausscheidungen können Handschuhe oder Schürzen getragen werden.

Hygienische Umgebung:

- Halten Sie gemeinsam genutzte Räume und Flächen sauber. Folgen Sie dem Haushaltsplan und speziellen Reinigungsregeln.

Indem Sie die Hygieneregeln einhalten, können Krankheiten verhindert, das Wohlbefinden verbessert und eine gute Gesundheit aufrechterhalten werden.

Quellen:

Altmann, K; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiler, C; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Informationen zum Essen und Trinken



Lernziel: Bedürfnisse erkennen und richtig unterstützen

Eine gute Ernährung trägt wesentlich zur Gesundheit und zum Wohlbefinden bei und ist daher in der Betreuung wichtig. Jeder Mensch hat individuelle Vorlieben und entscheidet selbst, was, wann und wie viel er isst und trinkt. Diese Regeln gelten für Menschen ohne spezielle Ernährungspläne oder Erkrankungen. Informieren Sie sich zu Beginn über eventuell notwendige Richtlinien oder Diäten!

Um eine gute Betreuung zu gewährleisten, beachten Sie Folgendes:

- **Speisepläne erstellen:** Erstellen Sie gemeinsam Speisepläne, die die Vorlieben aller berücksichtigen.
- **Zeit und Druck vermeiden:** Vermeiden Sie Zeitdruck, Zwang und Bevormundung beim Essen und Trinken.
- **Selbstständigkeit fördern:** Fördern Sie die Selbstständigkeit der betreuten Person. Nutzen Sie bei Bedarf Hilfsmittel wie dicke Griffe oder Becher.
- **Richtige Sitzposition:** Achten Sie darauf, dass die Person beim Essen und Trinken aufrecht sitzt.
- **Probleme erkennen:** Manche Menschen verweigern das Essen aufgrund von Zahnprothesen, Schluckbeschwerden oder Mundverletzungen. Seien Sie aufmerksam und holen Sie professionelle Hilfe, wenn nötig! Führen Sie Protokolle über das Ess- und Trinkverhalten bei Problemen.
- **Verdauung beobachten:** Veränderungen beim Essen und Trinken können die Verdauung beeinflussen. Achten Sie auf Auswirkungen auf die Verdauung.
- **Ausreichend Trinken:** Beachten Sie, dass die betreute Person ausreichend Flüssigkeit zu sich nimmt.

Diese Maßnahmen helfen, die Ernährungsbedürfnisse der betreuten Person zu erkennen und zu berücksichtigen.

Quellen:

Altmann, K.; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiler, C.; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Unterstützung beim An- und Auskleiden



Lernziel: Sicheres und respektvolles Unterstützen beim An- und Auskleiden

Für eine erfolgreiche Unterstützung ist die Selbstständigkeit der Person zu fördern und ihre individuellen Bedürfnisse und auch der Kleidungsstil zu respektieren.

Folgende Regeln sind zu beachten:

- **Handlungen ankündigen:** Erklären Sie, was Sie tun werden und stellen Sie sicher, dass die Person stabil steht oder sitzt.
- **Ruhig und geduldig sein:** Unterstützen Sie die Person mit Ruhe und Geduld, ohne ruckartige Bewegungen.
- **Privatsphäre und Würde:** Achten Sie besonders in intimen Situationen darauf, die Privatsphäre und Würde der Person zu wahren.
- **Temperaturempfinden berücksichtigen:** Wählen Sie Kleidung entsprechend dem Wärme- oder Kälteempfinden der Person.
- **Saubere Kleidung und Hygiene:** Stellen Sie sicher, dass die Kleidung sauber ist und ermutigen Sie zur persönlichen Hygiene.
- **Reihenfolge beachten:** Beim Kleiden von Personen mit eingeschränkter Beweglichkeit beginnen Sie mit der schwächeren Körperseite.

Indem Sie diese Regeln befolgen, tragen Sie dazu bei, die bestmögliche Unterstützung beim An- und Auskleiden zu bieten.

Quellen:

Altmann, K; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiger, C; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Sicher und informiert als Personenbetreuer:in - Rat und Unterstützung

Als 24-Stunden-Betreuer:in tragen Sie eine große Verantwortung für das Wohlbefinden der Person, die Sie betreuen. Ihre Aufgaben umfassen Tätigkeiten im Haushalt und Unterstützung im Alltag.

In besonderen Fällen dürfen Sie auch pflegerische und ärztliche Tätigkeiten übernehmen, die Ihnen zuvor von einer diplomierten Gesundheits- und Krankenpflegeperson oder einem Arzt oder einer Ärztin erklärt, gezeigt und übertragen werden müssen. Diese sogenannten Delegationstätigkeiten sind gesetzlich geregelt.

Informationen zu diesen Tätigkeiten sowie zu Fragen im Zusammenhang mit der Personenbetreuung finden Sie zum Beispiel auf der Website des Sozialministeriums oder der Wirtschaftskammer Österreich. Wenn Sie dennoch unsicher sind, was Sie tun dürfen und was nicht, wenden Sie sich an Ihre Agentur, den Fachverband für Personenberatung und Personenbetreuung bei der Wirtschaftskammer Österreich oder an die CuraFAIR Beratungsstelle der Volkshilfe für 24-Stunden-Betreuer:innen.

Ihre Anliegen und Interessen sind wichtig für eine gute Betreuung und ein angenehmes Arbeitsumfeld.

Sie müssen sich nicht unsicher fühlen – fragen Sie einfach nach!

Quellen:

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK) (Hg.) (2024): 24-Stunden-Betreuung zu Hause. Ein Überblick, Wien

Volkshilfe Oberösterreich (2024) [online] Startseite CuraFAIR <https://www.volkshilfe-ooe.at/dienstleistung/curafair/> [Zugriff am 13.11.2024]

WKO (2024): Gewerbe und Handwerk. Personenberatung und Personenbetreuung – Österreich [online] <https://www.wko.at/oe/gewerbe-handwerk/personenberatung-betreuung/start> [Zugriff am 13.11.2024]



Tipps für Alltagsaktivitäten

Aktivitäten verbessern die Stimmung, stärken soziale Bindungen und sorgen für einen abwechslungsreichen Tagesablauf. Je nach Vorliebe können Spaziergänge, gemeinsames Kochen oder Rätsel und Kartenspiele den Alltag positiv gestalten. Daher sind diese in der 24-Stunden-Betreuung sehr wichtig.

Auch regelmäßige Bewegungsübungen haben viele Vorteile: Sie stärken die Muskulatur, erhalten die Beweglichkeit und Flexibilität, fördern die Selbstständigkeit und verbessern somit das Wohlbefinden und die Lebensqualität. Hier sind einige einfache Übungen, die Sie gemeinsam und auch im Sitzen durchführen können:

- Arme beugen
- Füße kreisen
- Schulterheben
- Beine und Knie heben

Achten Sie darauf, dass die Übungen sicher und geeignet sind. Einige Bewegungen sind für Menschen mit bestimmten Krankheiten oder Verletzungen ungeeignet.

Regelmäßige, angepasste Aktivitäten fördern die Gesundheit der zu betreuenden Person sowie Ihre eigene.

Quellen:

Altmann, K; Keller, C. (Hg.) (2021): Pflegeassistenz Heute. Elsevier Health Sciences, München

Braunschweiger, C; Köder, C. (2022): Praxisanleitung Pflege: Lehrbuch für die Weiterbildung. Elsevier Health Sciences, München



Qualitätssicherung in der häuslichen Pflege

Informationen zu Hausbesuchen für Personen, die eine Förderung für eine 24-Stunden-Betreuung bekommen

Die Qualitätssicherung in der häuslichen Pflege ist eine kostenlose Maßnahme für Menschen mit Betreuungs- und Pflegebedarf. Eine speziell geschulte Gesundheits- und Krankenpflegeperson führt diese Hausbesuche durch. Die Besuche helfen der 24-Stunden-Betreuung, der betreuungsbedürftigen Person und den Angehörigen. Ziel ist es, praktische Anleitungen, Tipps und Ratschläge zu Hilfsmitteln oder weiteren Angeboten zu geben und statistische Daten zu erfassen.

Der Hausbesuch ist keine Kontrolle der 24-Stunden-Betreuungsperson, sondern eine Unterstützung für Menschen mit Pflege- und Betreuungsbedarf. In Zukunft gibt es mehr Hausbesuche, um die Qualität der Versorgung zu verbessern.

Die Sozialversicherungsanstalt für Selbstständige organisiert die Hausbesuche für das Sozialministerium. Die Regeln für die Hausbesuche finden Sie der Website des Sozialministeriums oder der Sozialversicherungsanstalt für Selbstständige.

Quellen:

Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen (2024): Pflege daheim. Pflegegeld und Informationen für pflegende Angehörige [online]. Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen. <https://www.svs.at/cdscontent/load?contentid=10008.763422#page=29> [Zugriff am 29.10.2024]

BMSGPK (2024): 24-Stunden-Betreuung [online]. Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz. https://www.sozialministeriumservice.at/Angehoerige/Pflege_und_Betreuung/24-Stunden-Betreuung/24-Stunden-Betreuung.de.html [Zugriff am 29.10.2024]

BMSGPK (2024): Qualitätssicherung [online].- Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz. <https://www.sozialministerium.at/Themen/Pflege/Qualitaetssicherung.html> [Zugriff am 29.10.2024]